


# GILBERT SINOÛÉ

LE PETIT LIVRE  
DES GRANDES  
COÏNCIDENCES



 /editions.telemaque

[www.editionstelemaque.com](http://www.editionstelemaque.com)

éditions  
TÉLÉMAQUE



© DR

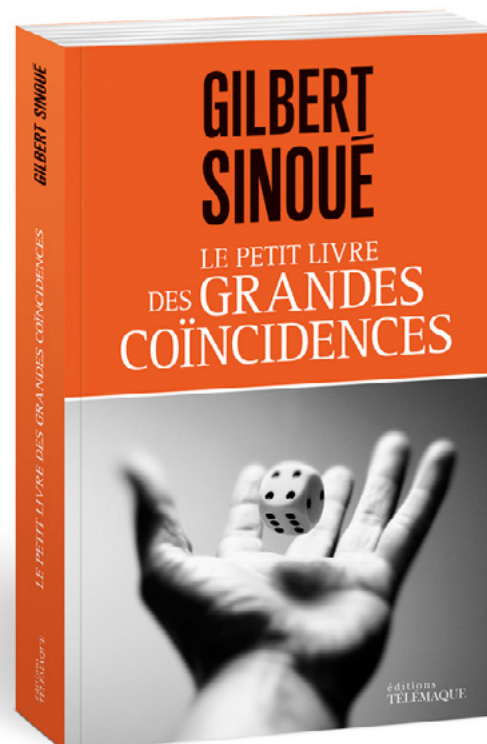
## L'AUTEUR

**Gilbert Sinoué est l'auteur de plus de 30 romans et biographies centrés sur des destins hors du commun.**

D'origine égyptienne, il est particulièrement attaché à l'histoire du Moyen-Orient.

Son dernier roman, *La Nuit de Maritzburg*, mettait en scène un épisode méconnu de la vie de Ghandi.

[sinoue.fr](http://sinoue.fr)



PARUTION  
18/06  
2015

ESSAI

Format : 14,5 x 21,5 cm

Pagination : 224 pages

Prix : 18 €

ISBN : 978-2-7533-0253-2

Code Sodis : 779 964 0

## DU MÊME AUTEUR

*À mon fils à l'aube du troisième millénaire*, essai

*Akhenaton, le Dieu maudit*, biographie

*Avicenne ou la route d'Isphahan*, roman

*Des jours et des nuits*, roman

*Douze femmes d'Orient*, biographies

*Douze passions*, biographies

*Erevan*, roman

*Inch Allah – Le cri des pierres*, roman

*Inch Allah – Le souffle du jasmin*, roman

*L'Ambassadrice*, biographie

*L'Enfant de Bruges*, roman

*L'Égyptienne*, roman

*L'homme qui regardait la nuit*, roman

*La Dame à la lampe*, biographie

*La Fille du Nil*, roman

*La nuit de Maritzburg*, roman

*La Pourpre et l'Olivier*, roman

*La Reine crucifiée*, roman

*Le colonel et l'Enfant roi*, roman

*Le Dernier Pharaon*, biographie

*Le Livre de saphir*, roman (Prix des libraires 1996)

*Le Livre des sagesse d'Orient*, anthologie

*Les nuits du Caire*, récit

*Les Silences de Dieu*, roman (Grand Prix de littérature policière 2003)

*Moi, Jésus*, roman

*Nasser, l'Aigle égyptien*, biographie.

*Un bateau pour l'Enfer*, récit

## LE LIVRE

« Soit les coïncidences ne sont rien de plus que le fait du hasard et tout leur intérêt consiste à nourrir les conversations de salon. Soit elles font partie d'un mécanisme hautement plus complexe dont la véritable teneur nous échappe à ce jour ».

Gilbert Sinoué a traversé une expérience personnelle singulière qui l'a plongé au cœur du phénomène des coïncidences et de la synchronicité.

Interrogeant l'histoire et les travaux de chercheurs qui se sont passionnés pour cette question, il nous propose un voyage vertigineux où s'entremêlent idées et histoires vécues.

« Toute coïncidence, se dit Miss Marple,  
mérite d'être étudiée.  
Il sera toujours temps plus tard de l'oublier  
s'il ne s'agissait que d'une coïncidence. »  
Agatha Christie.

Non, il ne s'agit pas d'un roman.

Il ne s'agit pas non plus d'une réponse à une requête éditoriale. Ces pages, synthèses d'interrogations personnelles, vivaient en moi depuis près de quinze ans ; dix-huit, très précisément. Elles ne demandaient qu'à être transmises et Stéphane Watelet a bien voulu accepter de jouer le rôle de passeur. Je l'en remercie.

Tout a commencé en 1996.

Au cours de l'automne, très précisément. À cette époque, il m'a été donné de vivre un événement d'une très grande intensité émotionnelle, imprévue, comme la plupart des événements exceptionnels et donc hors du commun. La curiosité du lecteur dut-elle en souffrir, la pudeur impose que je n'en révèle pas la teneur. Précisons néanmoins qu'il ne s'agissait pas d'un événement malheureux, mais au contraire d'un très grand bonheur ; de ceux que l'on croise une fois ou deux au cours d'une existence et qui vous marquent à jamais. Étrangement, le temps de l'allégresse passée, j'ai commencé, sans aucune raison apparente, à glisser dans les ténèbres, gagné par une infinie tristesse et un épouvantable sentiment de vide. Insomnies, suées, incapacité à me concentrer (et donc à écrire), dégoût de tout, des êtres comme des choses et même, par moments, des pensées suicidaires. On aurait dit (expérience plutôt rare pour un homme), que j'étais victime d'une

dépression post-partum.

Ce type de dépression ne dure la plupart du temps qu'une quinzaine de jours. Ce ne fut pas le cas. Ma descente se prolongeait et semblait n'avoir pas de fin. Un mois, deux, trois, six. Et plus je dérivais, plus je me disais que jamais plus je ne reverrai la lumière. C'est exactement la même sensation que j'allais éprouver des années plus tard, alors que je nageais au large de Tarifa. Entraîné par un courant aussi soudain que violent, je me suis retrouvé à mon insu très éloigné du rivage. Assez loin en tout cas pour être pris de panique. Je me suis mis aussitôt à nager comme un forcené (grossière erreur) pour revenir vers la plage. Dix mètres en avant, quinze en arrière. À un moment donné, à bout de forces, épuisé, irrésistiblement aspiré par le fond, j'ai lâché prise. Et tandis que la lumière du jour disparaissait à vue d'œil, je me suis dit que, à moins d'un miracle, j'allais mourir noyé. Apparemment les miracles existent.

En temps normal, chez un être sain, le corps aspire à vivre. Peut-être même plus que nous-mêmes. Tous nos mécanismes internes, tous nos fonctionnements physiologiques ont pour seul but commun de survivre le plus longtemps possible. En 1996, ce n'était plus mon cas. J'imagine que celui qui me lit et qui a peut-être lui aussi traversé un jour cette « vallée des larmes », a éprouvé la même chose : le corps veut survivre, mais pas l'inconscient. Or, lorsque l'inconscient rend les armes, le corps ne gouverne plus rien. Je ne parle pas ici de l'inconscient réduit par le célèbre Sigmund Freud à une dimension « strictement individuelle », mais de ce que son disciple, le psychiatre suisse Carl Jung, a baptisé « l'inconscient collectif » ; c'est-à-dire un niveau d'inconscient beaucoup plus profond. Il postule

l'existence d'un « second système psychique de nature impersonnelle et universelle », et considère qu'il est constitué de formes de pensée préexistantes, nommées « archétypes », donnant forme à un certain matériel psychique qui pénètre alors le conscient. Des exemples d'idées, telle celle de renaissance, qui se présentent de façons indépendantes parmi des cultures et des époques variées, sont présentées comme l'évidence d'un inconscient collectif.

Qu'est-ce qu'un archétype ? Pour faire simple, il s'agit d'une image originelle incrustée au tréfonds de notre inconscient et qui n'est pas issue de notre expérience personnelle. On ne peut pas l'acquérir. Elle est innée. Chacun de nous vient au monde avec une part de ce « dépôt » originel qui s'adresse à nous à travers la forme de langage la plus archaïque et la plus naïve : le rêve. L'archétype serait en quelque sorte l'expression d'informations préexistantes venues des premiers temps de l'humanité.

« C'est pour nous une question vitale que de nous occuper de l'inconscient », écrit Jung. Et d'ajouter : « Il s'agit d'être ou de ne pas être, spirituellement parlant. »

Bien entendu, ce que je vous confie ici, je l'ignorais totalement à l'époque de ma dépression et vivais à mille lieues des archétypes et de l'inconscient collectif. Néanmoins, j'ai toujours pressenti au tréfonds de moi que si tout dans notre vie se déroulait strictement selon nos plans, qu'ils soient raisonnables ou non, grandioses ou modestes, elle serait plutôt insipide. Nous ne vivrions jamais ces émotions, ces bouleversements qui nous font grandir et font de nous ce que devons être depuis toujours.

Il n'existe pas de vie totalement programmée. Survient toujours un

moment où nous rencontrons quelqu'un, nous vivons une émotion à travers un livre, un film, où nous sommes victimes d'une maladie, d'un accident pour que notre monde, jusque-là si prudent, si organisé, s'engage sur une nouvelle voie qui fera à l'arrivée toute la différence.

Des semaines, des mois se sont écoulés, je survivais, plongé dans une léthargie destructrice. Et puis, un matin, le téléphone a sonné. Coïncidence ? C'était le jour où j'étais au plus bas moralement.

Dans le haut-parleur, (je filtrais les appels) j'ai reconnu une voix amie. C'était N... une journaliste qui avait travaillé à une époque lointaine comme critique littéraire dans un grand quotidien. Trois ou quatre ans plus tôt, elle avait plié bagage pour Montréal et je n'avais plus eu la moindre nouvelle d'elle.

J'ai décroché.

Nous avons échangé quelques mots. Elle était de passage à Paris et proposait que nous déjeunions ensemble avant son retour pour le Canada. J'ai accepté. Pourquoi ? Sans doute parce que N... et moi partagions les mêmes intérêts pour la vie, l'amour, Dieu, la mort, la réincarnation ou encore le bouddhisme, et que j'avais toujours éprouvé un grand plaisir dans nos échanges. Je me suis peut-être dit aussi qu'elle au moins ne m'entendrait pas, mais qu'elle m'écouterait. Le lendemain, nous nous sommes retrouvés. Il n'a pas fallu longtemps à N... pour constater que je n'étais pas au mieux de ma forme.

— Raconte.

Lorsque j'ai fini de me livrer, elle est restée un moment silencieuse avant de me suggérer :

— Tu devrais consulter un psychiatre ou un psychanalyste.

On s'en doute, la réponse habituelle a fusé :

— Je ne suis pas fou !

— Tu serais bien le seul. La folie n'est-elle pas le propre de l'homme ? Loin de moi l'idée de minimiser l'importance de l'épisode que tu as vécu, mais au risque de te surprendre, je ne crois pas qu'il soit la cause principale de ta dépression. Il est juste un interrupteur, un déclencheur, le révélateur de quelque chose de beaucoup plus profond.

— Explique.

— Tu as déjà eu peur du noir étant enfant ?

— Certainement. Quel rapport ?

— Ce n'est pas le noir qui est responsable de nos peurs, mais les images et les récits conservés dans notre cerveau depuis la naissance : fantômes, dragons, ogres, sorcières etc. Le choc auquel tu as été confronté il y a quelques mois a dû réveiller un dragon. Tant que tu ne l'auras pas identifié, nommé, tu continueras de souffrir.

— Je ne crois pas à la psychanalyse.

— Tu as tort.

— Ceux qui la pratiquent me font penser à des garagistes qui soulèvent le capot d'une voiture en panne et qui s'imaginent être capables de réparer le moteur. Seulement, il n'y a pas de moteur dans notre cerveau. Juste des interactions chimiques.

— Tu me rappelles une anecdote. Un dirigeant africain affirmait que si les Américains avaient marché sur la lune, lui, il enverrait un équipage vers le soleil. Et comme on lui faisait remarquer que son vaisseau spatial aurait le temps de griller cent fois avant de s'en approcher, il a répliqué : « Vous ne comprenez rien. Nous ne partirons

pas de jour, mais de nuit ! »

— Quel est le lien avec mon rejet de la psychanalyse ?

— Aucun. Sinon qu'il dénote d'un esprit quelque peu...

— Attardé...

— Tu es comme les gosses : tu dis non, avant d'avoir goûté.

— Je ne connais pas de psy. Et à ma connaissance, personne dans mon entourage proche n'en fréquente.

— Je peux te suggérer quelqu'un. J'ai bien connu cet univers figure-toi. Il y a longtemps.

— Je l'ignorais. Tu ne m'en as jamais parlé.

Elle éluda ma remarque, farfouilla dans son sac, en sortit un calepin (nous étions encore loin des Smartphones) et me proposa de noter un nom : Marie-Laure. « Je ne la connais pas personnellement. Mais du temps où j'étais suivie, on m'en a dit le plus grand bien. Tu peux l'appeler de la part de... (Elle cita un autre nom et un numéro de téléphone). C'est l'une de ses collègues. »

— Et pourquoi n'appellerais-je pas directement la collègue ?

— Parce qu'il vaut mieux s'adresser à Dieu qu'à ses saints.

Je m'inclinai.

Étrangement, une fois rentré chez moi, malgré mes réticences, je n'ai pas hésité. J'ai composé le numéro de téléphone de Dieu. Répondeur. J'ai laissé un message, Marie-Laure m'a rappelé et m'a proposé un rendez-vous à son cabinet.

Elle m'a accueilli comme je suppose vous accueille la plupart des pys : froidement, détachée.

Elle m'a conduit ensuite au bout d'un couloir et entra la première

dans une petite chambre très sobre, éclairée d'une grande fenêtre. Après m'avoir invité à prendre place dans un canapé (pas un divan) elle s'est glissée dans un fauteuil. À portée de sa main, posé sur un guéridon, j'ai aperçu un petit cahier d'écolier et un gobelet rempli de crayons. Elle a pris au hasard l'un d'entre eux, a récupéré le cahier et posé le tout sur ses cuisses.

J'ai gardé le silence. Que dire face à ce regard abrité derrière des lunettes, qui dégageait une impénétrabilité de sphinx? Et comme elle non plus ne disait rien, j'en ai profité pour examiner les lieux. Une grande table de monastère était disposée dans l'un des angles de la pièce. On y apercevait quelques ouvrages en pile, des dossiers, une lampe sous un abat-jour mauve en verre cannelé. Non loin, sur une table basse de style chinois, trônait une statuette en bois de rose représentant une divinité hindoue.

Sur la gauche, un petit secrétaire se détachait contre le mur. Une chaise. Et sur la chaise, un petit animal moustachu qui dardait sur moi ses prunelles mordorées. Un chat. J'ai cru reconnaître un Birman. J'aime passionnément les chats. Mais celui-ci tenait-il la comptabilité des âmes naufragées venues s'épancher en ce lieu? Éprouvait-il quelque compassion devant la fragilité des hommes? ou bien s'amusait-il de leur orgueil à vouloir à tout prix pénétrer le sens profond des choses?

Un bruit de tissu froissé m'a arraché à ma méditation. Marie-Laure s'était calée dans son fauteuil, la tête toujours inclinée sur ses gribouillis.

Décidément, cette femme m'agaçait...

J'ai lâché :

— Écoutez, je crois que je ferais mieux de partir. Je ne trouve rien à vous dire. Je me demande même pourquoi je suis ici.

— Vous devez certainement avoir une bonne raison. Sinon pourquoi êtes-vous venu en effet?

— Je n'en sais rien. Une amie. Elle a pensé qu'un psy me ferait du bien.

— Pourquoi?

— Parce que je vais mal sans doute.

Elle est restée impassible, ce qui ne fit qu'accroître mon agacement. J'ai lancé :

— Êtes-vous médecin?

— Psychanalyste. Jungienne plus précisément.

— Pourriez-vous être plus claire? Vous avez devant vous un parfait analphabète en la matière.

— Dans les grandes lignes, disons que la paternité de la psychanalyse revient à Sigmund Freud. Par la suite, l'un de ses disciples, Carl Gustav Jung a pris ses distances d'avec le maître et développé ses propres théories.

— En quoi les deux écoles sont-elles différentes?

— À mes yeux, il ne s'agit pas d'une affaire d'opposition, mais de complémentarité; d'autant que pour Freud, comme pour Jung, le rêve est la voie royale. Jung en particulier professe le plus grand respect à l'égard du songe et du message qu'il contient. Pour lui, les symboles que le rêve met en œuvre ne sont pas uniquement des signes, des métaphores créées par une «censure» intérieure, ce qui est la conception freudienne. Pour Jung, ce sont des images qui ont leur raison d'être en elles-mêmes et possèdent leur dynamisme propre.



J'ai ironisé :

— Et vous seriez capable de déchiffrer mes images et de m'en fournir une explication concrète ?

— Ne pensez-vous pas qu'à deux nous aurions plus de chance ? Il me semble que vous ignorez tout de la relation qui devrait s'établir entre l'analysé et l'analysant.

— Vous voulez dire, le patient et...

— Il n'est pas question ici de patient, non plus de médecin. Un être qui cherche et qui décide d'accomplir un voyage au sein d'une galaxie qui sommeille en lui n'a rien d'un malade. Il possède une âme, c'est tout, et il a décidé de se mettre à son écoute. La maladie au sens propre du terme, c'est autre chose. Entre l'analysé et l'analysant doit s'établir avant tout un rapport de confiance. De même, il est indispensable que l'analysé soit totalement déterminé à se lancer dans une analyse. Enfin — et c'est probablement tout aussi important — vous devez savoir qu'un psychanalyste n'a rien d'un garagiste à qui l'on dirait...

— Vous avez dit garagiste ? C'est amusant. J'ai employé ce terme il y a quelques jours en évoquant la psychanalyse. Pardonnez-moi, je vous ai coupé.

Elle a esquissé ce qui aurait dû être un sourire.

— Coïncidence... Et elle a poursuivi :

— Un psychanalyste n'a rien d'un garagiste à qui l'on dirait : « Venez vite ! Mon véhicule n'avance plus. Prévenez-moi quand vous l'aurez trouvé. » Je ne suis pas un garagiste. Si vous en cherchez un, vous vous êtes trompé d'adresse.

Curieusement, malgré la fermeté de ses propos, je n'ai pas eu

l'impression qu'elle me donnait congé.

Après une brève réflexion, j'ai questionné :

— Très bien. Qu'attendez-vous de moi ?

— Tout simplement ce que vous attendez de moi : un échange. Il s'avère que je fais partie de ces psychanalystes qui privilégient la communication au monologue stricto sensu. Nous partons à deux. Nous voyageons à deux. C'est encore à deux que nous tissons l'invisible pont de corde qui reliera nos deux inconscients.

— Vous voulez dire que nos deux (j'ai hésité sur le mot) esprits entreront en communication ?

— C'est un raccourci. Mais il n'est pas entièrement faux. Ôtez-vous de la tête que l'inconscient de l'analysant soit protégé par de hauts murs. Il se produit nécessairement une intercommunication.

— Une intercommunication...

Une fois de plus j'ai ironisé.

— Ne craignez-vous pas que je chamboule votre vie intérieure ?

— Non.

Elle n'avait pas eu l'ombre d'une hésitation.

— Et ce voyage doit durer longtemps ?

— La durée est comparable à la fréquence des tempêtes ou des accalmies : imprévisible.

Aujourd'hui encore, des années plus tard, je ne sais toujours pas pourquoi j'ai déclaré sourdement :

— C'est humiliant.

— Je vous demande pardon ?

— Venir chez une inconnue, déballer sa vie intime comme on vomit sur un veston, confier des secrets qui nous ont toujours appartenu,

révéler nos faiblesses – car je ne suis pas dupe, il s’agit aussi de cela – oui, c’est humiliant. Après tout en quoi êtes-vous différente de moi? D’un être fait de chair et de sang? Qu’est-ce qui vous confère des qualités que je n’aurais pas?

— Rien de particulier, c’est vrai. Rien, sinon dix ans de ce que vous appelez «l’humiliation». Dix ans d’analyse. Je suis passée par là.

— Dix ans?

— Dix ans. Au cours desquels j’ai connu la peur, le désir de fuir, la honte, la lassitude et même la désespérance.



© Sirio Timossi/Getty Images

---

## QUELLE EST LA RAISON D’ÊTRE DE CES EXPÉRIENCES SYNCHRONISTIQUES?

Gilbert Sinoué s’entretient avec Marie Laure Colonna, philosophe et psychanalyste jungienne. Celle qui, vingt ans auparavant, lui avait ouvert les portes de cet univers.

---

(...)

### Marie-Laure Colonna :

En fait on en revient aujourd’hui, avec la théorie de la synchronicité formulée en termes modernes, à des conceptions philosophiques et des expériences qui ont toujours été là, par exemple chez les Chinois dans leur notion de *Tao*.

### Gilbert Sinoué :

Le *Tao*?

### Marie-Laure Colonna :

C’est un terme qui signifie la «voie», le «chemin». Le *Tao* est la «Mère du monde», le principe qui engendre tout ce qui existe, l’axe central de l’univers, «d’où tout part et où tout revient». On trouve aussi cette même notion dans toute la filière platonicienne jusqu’à la Renaissance, où l’Homme a une vocation de mage qui relie dans sa vie et ses œuvres les énergies du Ciel et de la Terre. Puis, jusqu’au XVIII<sup>e</sup> siècle au départ des sciences proprement dites. Donc, pour moi, en faisant ces expériences synchronistiques, nous retrouvons, dans des formulations qui correspondent à notre époque, des savoirs qui ont été oubliés pendant les deux siècles où le rationalisme a prévalu. Ces expériences colorent notre vie et lui donnent du sens (...)



# GILBERT SINOUÉ

## LE PETIT LIVRE DES GRANDES COÏNCIDENCES

*«Non, il ne s'agit pas d'un roman.*

*Ces pages vivaient en moi depuis près de quinze ans.*

*Elles ne demandaient qu'à être transmises...*

*Tout a commencé en 1996 par un très grand bonheur, de ceux que l'on croise une fois ou deux au cours d'une existence et qui vous marquent à jamais.*

*Étrangement, le temps de l'allégresse passée, j'ai commencé, sans aucune raison apparente, à glisser dans les ténèbres.*

*Entraîné par un courant aussi soudain que violent, je me suis retrouvé à mon insu très éloigné du rivage.*

*Et tandis que la lumière du jour disparaissait à vue d'œil, je me suis dit que, à moins d'un miracle, j'allais mourir noyé.*

*Apparemment les miracles existent.»*

Gilbert Sinoué a traversé une expérience personnelle singulière qui l'a plongé au cœur du phénomène des coïncidences et de la synchronicité. Interrogeant l'histoire et les travaux de chercheurs qui se sont passionnés pour cette question, il nous propose un voyage vertigineux où s'entremêlent idées et histoires vécues.

Ce *Petit livre des grandes coïncidences* a pour ambition de nous inviter à ouvrir les yeux et éveiller notre attention à ces événements imprévisibles, qui échappent à notre contrôle, mais font peut-être de nous ce que nous sommes, et ce que nous devons être depuis toujours.