DREAMS SHIFTING, RÊVE LUCIDE, RÊVERIE COMPULSIVE

2024 | 54' | Long métrage | Documentaire | Tous publics

GÉNÉRIQUE
Réalisation : Jeanne Mayer

PRODUCTION, DISTRIBUTION, ...
Production : Talweg production

SOUTIENS
| France Télévisions | Région Bretagne | CNC | Procirep-Angoa

MOTS CLÉS
rêve



SYNOPSIS

Grâce à leurs pratiques oniriques, Charlotte, Elona et Raphaëlle explorent des mondes extraordinaires. Avec le shifting, une technique d'auto-hypnose, Charlotte voyage mentalement dans des univers fictionnels, et partage ses aventures sur les réseaux sociaux. Les endroits qu'elle crée de toutes pièces, tout comme les mondes fictifs dont elle est fan (Harry Potter, My Hero Academia...) lui offrent un refuge face à la solitude et aux difficultés du monde réel. Mais des tensions animent la communauté du shifting en ligne, et Charlotte va devoir choisir : ses rêves, ou la réalité. La nuit, quand elle dort, Elona dirige ses rêves : des "rêves lucides" qu'elle parvient à modeler selon ses désirs depuis l'enfance. Au fil du temps, des liens - riches et complexes - se sont tissés entre ce monde onirique et la pratique artistique d'Elona. Mais peu à peu, l'angoisse a pris le dessus : comment faire pour lâcher prise, lorsque l'on a l'habitude de tout contrôler, de jour comme de nuit ? Raphaëlle, quant à elle, apprivoise le trouble dit de la "rêverie compulsive", qui l'emmène quotidiennement dans des rêveries éveillées très immersives et addictives. Une façon de rêver sa vie plutôt que de la vivre, qui lui apporte autant de joies que de peines. Elle apprend à s'en défaire pour se confronter au réel, vivre son homosexualité sereinement et écrire. En échangeant avec des spécialistes, et à travers un atelier d'écriture mené par l'écrivaine Sabrina Calvo, Charlotte, Elona et Raphaëlle se rencontrent et confrontent leurs approches du rêve, dans une quête onirique et existentielle