

Rêve

☞ Pour l'article homonyme, voir Rêve (homonymie).

Le **rêve** désigne un ensemble de phénomènes psychiques éprouvés au cours du sommeil.

Au cours de l'Histoire, différents domaines de la connaissance se sont intéressés au rêve, y cherchant du sens ou une fonction.

Le rêve se distingue de l'hallucination et de la rêverie qui, eux, sont vécus à l'état éveillé. Le nom scientifique de l'étude des rêves est l'oniologie.

Au réveil, le souvenir du rêve est souvent lacunaire, parfois inexistant. Il est cependant possible d'entraîner la remémoration onirique. Les rêves sont les plus élaborés pendant les phases de sommeil paradoxal.



Le Rêve de Dickens (Dickens' Dream) tableau inachevé de Robert William Buss (1804-1875) - Musée Charles Dickens de Londres

Généralités

Les humains sont intrigués par leurs rêves et tentent d'expliquer leur existence. Comme ils remarquent que tous les rêves ne se ressemblent pas, ses explications vont de « sans importance, il ne s'agit que d'une réminiscence du jour précédent » à « un message divin » en passant par la perception des images des rêves comme symboles qui prédiraient l'avenir si on savait les interpréter. La partie historique de l'article montre que toutes ces approches se retrouvent régulièrement au cours de l'histoire de l'humanité.

À partir du XIX^e siècle de nouvelles idées voient le jour, qui aboutissent depuis une centaine d'années à deux approches différentes :

- Des explications psychologiques qui partent du principe que le rêve est intimement lié à la vie du rêveur et que l'interprétation de ses rêves pourra l'aider à mieux se comprendre;
- Une approche par les sciences exactes, plus particulièrement par les neurosciences, qui cherchent la réponse à la question « pourquoi rêvons-nous ? » par l'étude de l'activité du cerveau pendant le sommeil.

Comme l'étude du cerveau a montré que beaucoup de personnes se souviennent de leurs rêves si on les réveille pendant le sommeil paradoxal et que le sommeil paradoxal existe chez les mammifères placentaires, les marsupiaux et les oiseaux ^[1], on en a conclu qu'ils doivent manifester une activité onirique.

Perception

Aux origines : croyances et rêve

La croyance à l'origine divine des songes est universelle. Des découvertes archéologiques prouvent que les Égyptiens de la X^e dynastie croyaient déjà qu'un rêve pouvait révéler l'avenir et avaient recours à des clés des songes^[2]. Le songe comme message divin existe également dans la mythologie grecque, à travers les rêves que Zeus envoie à Agamemnon ou les visions qu'accorde Apollon à Delphes, notamment à Oreste^[3]. Dans l'orphisme et l'école de Pythagore on enseigne que la communication avec le Ciel s'effectue uniquement pendant le sommeil, moment où l'âme s'éveille, doctrine identique qu'on retrouve chez les écrivains juifs et arabes du Moyen Âge. Ibn Khaldoun évoque la pratique ritualisée des rêves mantiques chez les musulmans. L'oniromancie babylonienne n'avait rien à apprendre de la Grèce. Le songe prophétique est bien connu chez les Sémites, ce dont témoigne l'Ancien Testament^[4]. On s'intéressait déjà aux rêves à Sumer vers -3000, et dans l'Égypte ancienne (-2500).

Le rêve est également important au sein des chamanismes. La croyance la plus répandue chez tous les peuples sibériens est que la vie du corps dépend de l'âme. Gardant une certaine autonomie, elle peut s'évader pendant la phase du sommeil, et le rêve témoigne de cette évasion. Cette absence temporaire est sans danger, à condition qu'on ne réveille pas brutalement quelqu'un qui dort. Chez les Xant-Mansi, on dessine un *tétrás* sur les berceaux des nourrissons afin que l'âme de celui-ci ne s'en aille pas trop loin. Si elle se fait prendre par les esprits, la mort est inéluctable, à moins que le chaman n'intervienne. Cette absence d'âme peut aussi être attribuée à d'autres états proches du rêve comme l'ivresse et la maladie, la folie aussi. Dans les sociétés chamaniques, certains types de rêves vont apporter de la chance au chasseur. S'il rêve de la fille de l'esprit de la Forêt (et des Eaux aussi pour les Selkup), c'est-à-dire du donneur de gibier (donneur de chance), sa chasse sera couronnée de succès par exemple. La fille de l'esprit de la Forêt peut apparaître différente à chaque rêve, en vertu de la « pluralité d'entités particulières, localisées »^[5]. Les chamans sibériens voient aussi en rêve l'élan ou le renne dont la peau va lui servir à confectionner son tambour. Le rêve lui permet de savoir où le trouver et comment le reconnaître. Il ne lui restera plus qu'à faire part de ces renseignements au chasseur pour que celui-ci aille le tuer. Cette recherche peut durer une année entière. Certains types de rêves s'inscrivent dans le cadre de l'initiation également. Ils se produisent d'ailleurs souvent pendant une maladie. Dans ces rêves, il existe des thèmes récurrents : rencontres avec des figures divines (Dame des Eaux, Seigneur des Enfers, Dame des animaux), esprits-guides, révélations sur les maladies et leur traitement, dépeçage et découpage du corps du chaman^[6]. On connaît de nombreuses sociétés "à rêves", c'est-à-dire des peuples pour lesquels le rêve revêt une importance particulière. c'est le cas des Mohave d'Arizona (largement décrits par Devereux) ou encore des Zapara (voir les articles ou ouvrage de Bilhaut) d'Amazonie équatorienne, moins connus du grand public.

Grèce antique

Articles détaillés : Médecine et religion en Grèce antique, Culte d'Asclépios, Oniromancie et Incubation.

Dans la mythologie grecque, les songes ont leurs propres divinités, les Oneiroi, la plus connue est Morphée, dieu des rêves prophétiques. Aussi bien les philosophes que les médecins grecs se sont intéressés aux rêves et leurs sens. Ils y ont répondu de manière différentes allant d'un évènement sans conséquences (Aristote) à l'aide au diagnostic d'une maladie (Hippocrate) ou encore d'un outil de divination.

- Selon Platon (428 - 427 av. J.-C.), Socrate (V^e siècle av. J.-C.) définit le rêve comme un lieu où les désirs honteux, réprimés le jour, se réalisent^[7].
- Le médecin grec Hippocrate (460 av. J.-C.-370 av. J.-C.) est l'auteur du *Traité d'hygiène d'Hippocrate ou l'Art de prévoir les maladies du corps humain par l'état du sommeil*. Suivant l'état du soleil, de la lune ou des astres vus en rêve, Hippocrate disait savoir si le sujet était en bonne santé, ou au contraire malade. Les rêves avaient qualité de prodromes concernant l'état de santé d'une personne. Le traité étudie aussi les rapports entre les contenus oniriques et les diverses maladies. Ainsi, voir en rêve une mer agitée pronostique l'affection du ventre ; voir du rouge témoigne d'une surabondance de sang, etc.
- Aristote (-384 à -322) traite les rêves^[8] dans son *Petits Traités d'histoire naturelle* (titre latin : *Parva naturalia*). Il les considère comme un phénomène somatique lié au vécu de la journée.
- Artémidore de Daldis développe un système d'interprétation des rêves très élaboré au II^e siècle av. J.-C. dans l'*Onirocriticon* (ὄνειροκριτικόν).

- L'incubation, du latin *incubatio* (sommeil du temple en latin) signifie « dormir dans le sanctuaire » se pratiquait dans des grottes. Dans l'incubation thérapeutique, les malades se rendaient dans un temple dédié au dieu de la médecine et s'étendaient sur une peau d'animal, dans l'adyton, pour y dormir, après avoir reçu les instructions des prêtres leur recommandant d'être particulièrement attentifs à l'aspect qu'aurait le visage du dieu si celui-ci leur apparaissait en rêve.



Le Rêve par Pierre Puvis de Chavannes.

Dans les religions monothéistes

Les références aux songes (*somnium*) et aux visions (*visio*) prophétiques occupent une place importante dans l'Ancien et le Nouveau Testament^[9]. Le rêve est en effet un instrument privilégié du divin pour communiquer avec les hommes : « S'il y a parmi vous un prophète, c'est en vision que je me révèle à lui, c'est dans un songe que je lui parle »^[10]. Bien que les visions ne soient pas subordonnées au sommeil, comme c'est le cas dans les songes, il n'est pas toujours aisé de différencier les deux dans les textes bibliques. La prophétie est cependant contraignante et expose le prophète^[11]. Inversement, lorsque la prophétie fait défaut, les songes ne sont plus habités par Dieu : ainsi Saül se plaint « Et Dieu m'a abandonné et ne me répond plus, ni par les prophètes ni par les songes »^[12].

Selon Maïmonide, toutes les prophéties et manifestations révélées aux prophètes se font en songe ou en vision, apportées ou non par un ange, que les voies et moyens utilisés soient mentionnés ou non. Selon lui, les révélations s'obtiennent dans une vision, et le prophète en saisit la signification dès son réveil. Les prophètes sont les interlocuteurs privilégiés de Dieu, ils sont choisis par Lui. L'état de sommeil permet la suppression des sens corporels, et c'est une des théories fournies par Maïmonide pour expliquer la réception de l'émanation envoyée par Dieu. Sur la base d'une faculté imaginative très développée, la prophétie est une perfection acquise, mais qui peut être troublée par la tristesse, la colère et la fatigue. D'après lui, Moïse seul fit exception à la règle qui veut que Dieu communique sa volonté à ses prophètes par les songes et les visions : « Il n'en est pas ainsi de mon serviteur Moïse, toute ma maison lui est confiée. Je lui parle face à face dans l'évidence, non en énigmes »^[13]. Bien que les songes ordinaires soient considérés comme des vanités, trompeurs et impurs, dans la vision apocalyptique du livre de Joël, la descente sur terre de l'Esprit se répandra sur tous : « vos fils et vos filles prophétiseront, vos anciens auront des songes, vos jeunes gens des visions »^[14]. La loi biblique récuse pourtant la divination par les songes : « Vous ne pratiquerez ni divination ni incantation ». Le *Deutéronome* ordonne de se méfier des faux prophètes : « Si quelque prophète ou faiseur de songes surgit [...] tu n'écouteras pas les paroles de ce prophète ni les songes de ce songeur »^[15]. Jérémie y consacre également un livret^[16], et il revient sur ce sujet au ch. 29, v. 8 et 9 : "Car ainsi parle Yahweh : Ne vous laissez pas séduire par vos prophètes qui sont au milieu de vous, ni par vos devins, et *n'écoutez pas les songes que vous vous donnez*. C'est faussement qu'ils vous prophétisent en mon nom ; je ne les ai pas envoyés, dit Yahweh."

Pour l'Arabe Ibn Khaldoun, il y avait deux types de songes pour rendre compte des écritures saintes : le « songe véridique » qui est une révélation évidente de la présence divine et le « songe ordinaire » qui nécessite un effort de remémoration et une interprétation. Pour le philosophe et exégète, les songes de réelle et totale importance viennent de Dieu et ceux qui demandent à être interprétés viennent des anges. Youssouf, fils de Jacob, est décrit comme connaissant la manière d'interpréter les songes. Ce talent lui servira à sortir de la prison dans laquelle il sera enfermé puis à interpréter le songe de pharaon, ce qui lui permettra de devenir gérant des récoltes dans l'administration égyptienne.

Interprétations au Moyen Âge

Provenant d'originaux byzantins, les traductions latines de l'*Achmetis Oneirocriticon* (X^e siècle) et de la *Clef des songes* du Pseudo-Daniel (VII^e siècle), tout en étant dans une continuité avec la conception chrétienne antique, permettent au pouvoir royal de s'affirmer^[17]. Ils établissent notamment une correspondance du macrocosme et du microcosme.

Pape en 590, Grégoire le Grand distingue trois grands types de rêves : ceux dus à la nourriture et à la faim, ceux envoyés par les démons et ceux d'origine divine. À sa suite, seuls les rêves d'origine divine seront tolérés. L'oniromancie devient en effet une pratique interdite.

Mohamed Ibn Sirine était spécialiste de l'interprétation et l'analyse des rêves selon la tradition islamique qui vécut au VII^e siècle. Pionner en matière d'oniromancie musulmane, il est l'auteur du recueil *Rêves et Interprétations* où selon l'auteur il existe trois sortes de rêves : le rêve véridique (*rahmani*), le rêve représentant un désir personnel (*nafsani*) et le rêve provenant du diable (*shaitani*). Il développe également une liste non-exhaustive qui offre une interprétation possible de différentes visions.

D'après Jacques Le Goff, le savoir sur le rêve commence à s'affirmer à partir du XII^e siècle, s'affranchissant de ses origines divine et satanique^[réf. nécessaire]. C'est l'ouvrage *Liber de spiritu et anima* (*L'Esprit et l'âme*), rédigé par un moine cistercien au XII^e siècle, Alcher de Clairvaux, qui permet cette transition. Assez semblable aux conceptions de Macrobie, il existe, selon Alcher de Clairvaux, cinq types de rêves.

- l' *oraculum*, rêve que Dieu envoie à ses émissaires
- la *visio*, rêve prophétique clair
- le *somnium*, rêve nécessitant une interprétation
- l' *insomnium*, rêve commun et sans intérêt
- le *phantasma*, apparitions fantomatiques, pendant les premières phases du sommeil, dont fait partie le cauchemar ou l' *éphialtès*.

Interprétations modernes

Caspar Peucer (1525 - 1602), auteur du *De somniis*, l'abbé Richard (XVIII^e s.) et sa *Théorie des songes*, Franz Splittgerber (*Schlaf und Tod*, 1866) ou encore Gerolamo Cardano (Jérôme Cardan) sont les continuateurs des conceptions médiévales.

La période moderne est caractérisée par une profusion d'études sur le mécanisme onirique, ainsi que par un développement des théories, soit biologiques, soit métaphysiques. Karl Albert Scherner (*La Vie des rêves*, 1861) distingue deux types de symboles : ceux sexuels évoquant soit le pénis soit le vagin, et ceux somatiques renseignant sur l'état physiologique du corps. Il est selon Freud le « véritable découvreur de la symbolique onirique ». Hervey de St-Denis compile ses rêves depuis l'âge de treize ans. Dans *Les rêves et les moyens de les diriger* (1867) il tente une approche du rêve lucide qui préfigure les méthodes de conditionnement modernes. Selon lui le rêve s'apparente à un rébus, logique et signifiant, et que le dormeur doit décoder. W. Robert (*Der Traum als Naturnotwendigkeit erklärt*, 1886) considère que le rêve est un processus vital qui permet au cerveau de ne conserver que les données et images importantes, les rêves sont donc des fragments des images en processus d'élimination. Il montre que si l'on prive le dormeur de la capacité de rêver, celui-ci peut en décéder. Robert parle même du « travail du rêve », concept repris par la psychanalyse. Parmi les nombreux scientifiques s'étant intéressés à la question du rêve, il y a encore le médecin russe Marie de Manacéine qui, en 1897, dans *Sleep: its physiology, pathology, hygiene, and psychology*^[18] pense que le rêve permet de se connecter à un imaginaire collectif.

Dans *Le Sommeil et les rêves* (1861), Alfred Maury réalise une série d'études expérimentales, exposant le dormeur à des stimuli externes pour observer si ceux-ci influencent le contenu onirique. Il est le principal représentant d'une théorie organique du rêve.

Dans son ouvrage *Le Rêve* (1920) le biologiste français Yves Delage étudie les images oniriques provenant d'actions ou de perceptions de la journée. Il expérimente le rêve lucide également. Selon lui le rêve met en jeu deux phénomènes : la fusion de représentations dans une image et l'attribution d'un acte à un autre sujet.

Des savants se sont, avant la psychanalyse, et souvent dans des termes proches, intéressés aux rêves comme productions sensées de l'esprit. Leur approche est celle de la psychologie expérimentale, qui apparaît à la fin du XIX^e siècle. Pour Françoise Parot, les principaux sont le médecin allemand Carl Gustav Carus et le naturaliste Gotthilf Heinrich von Schubert^[19]. Les premières expériences de privation de sommeil ont cependant été réalisées en 1894 par Marie de Manacéine chez des poussins. Il montre que ceux-ci mouraient après 4 à 6 jours sans sommeil^[20].

Interprétation en psychanalyse

Article connexe : Interprétation des rêves.

Articles détaillés : L'Interprétation des rêves, Travail du rêve et Rêve selon la psychologie analytique.

Deux principales écoles de psychologie accordent une importance cruciale à l'interprétation des rêves: la psychanalyse de Sigmund Freud et la psychologie analytique de Carl Gustav Jung. Au XX^e siècle, le psychanalyste Sigmund Freud voit dans le rêve l'accomplissement d'un désir. Pour Carl Gustav Jung, le rêve a pour rôle de rétablir l'équilibre du psychisme. Par la suite de nombreux psychanalystes ont étudié le rêve en se référant à Freud ou à Jung : Géza Róheim (1891-1953), Medard Boss (1903-1990), Masud Khan (1924-1989) et James Hillman (né 1926).

La publication en 1900 du livre *Die Traumdeutung* (*L'Interprétation des rêves*) par Sigmund Freud marque un tournant dans la compréhension du rêve.

Selon Sigmund Freud, l'« interprétation des rêves est la voie royale qui mène à la connaissance de l'inconscient »^[21]. Le rêve, loin d'être un phénomène absurde ou magique, possède un sens : il est l'accomplissement d'un désir. Il a pour fonction de satisfaire le rêveur. Pour Freud les rêves sont des *réalisations hallucinatoires de désirs* refoulés dans l'inconscient. Le contenu manifeste du rêve est le produit d'un travail intrapsychique qui vise à transformer le contenu latent, par exemple un désir œdipien en un contenu manifeste, en l'occurrence, le souvenir puis le récit du rêve au psychanalyste. Au niveau épistémologique, le geste de Freud consiste à réintroduire la production onirique dans la psychologie^[22]. Il rompt avec l'idée romantique d'un rêve contenant une clé ou un secret et seul le travail du rêve en explique la nature.

Dès 1916 Carl Gustav Jung publie la première ébauche de sa propre façon d'interpréter le rêve dans une revue anglaise *The Psychology of Dreams*^[23]. Par la suite, il développe sa conception et sa théorie du rêve dans deux ouvrages: *L'Homme à la découverte de son âme*^[24] et *Sur l'interprétation des rêves*^[25].

Pour lui, le rêve est aussi une porte ouverte sur l'inconscient, mais il élargit sa fonction par rapport à Freud. Son interprétation et son rôle dans la psyché diffèrent de la perspective freudienne. Jung explique en effet que « la fonction générale des rêves est d'essayer de rétablir notre équilibre psychologique à l'aide d'un matériel onirique qui, d'une façon subtile, reconstitue l'équilibre total de notre psychisme tout entier. »^[26]. C'est ce qu'il appelle la fonction compensatrice (ou complémentaire) des rêves dans notre constitution psychique. En ce sens, le rêve participe du développement de la personnalité, en même temps qu'il lie le sujet au vaste réservoir imaginaire qu'est l'inconscient collectif. Le rêve est par conséquent au cœur de la psychothérapie jungienne qui vise, par son étude et par la méthode de l'amplification, à rapporter chacun des motifs oniriques à l'imaginaire humain, et ainsi à en développer le sens pour le rêveur.

Critiques

Suivant la psychologue Patricia Garfield, il existe une certaine plasticité des rêves, c'est-à-dire que le contenu des rêves peut varier en fonction des croyances des sujets et de l'« attente » du thérapeute dans le cas d'une psychothérapie. Ainsi dans une thérapie freudienne, un patient aura des rêves dont le contenu est plutôt sexuel ou agressif alors que dans une thérapie jungienne les rêves seront plus orientés vers des mandalas et des archétypes^[réf. nécessaire].

Selon le psychologue, sociologue et essayiste G. William Domhoff et le psychologue cognitiviste David Foulkes l'idée selon laquelle l'association libre permet d'accéder au contenu latent du rêve est infirmée par des travaux de psychologie expérimentale qui ont conclu au caractère arbitraire de cette méthode^[27]. Le neuropsychiatre Allan Hobson a critiqué l'ouvrage de Domhoff en lui reprochant de méconnaître les mécanismes neurobiologiques qu'il étudie^[28] et Drew Westen (en) remarque que Foulkes partage des points de vue avec la théorie de Freud, notamment qu'il existe un contenu latent et un contenu manifeste qui en est la transformation, et que cette transformation relève d'un langage à déchiffrer^[29].

Neurophysiologie

Introduction

Depuis les années 1950, la neurophysiologie a pour objet l'étude descriptive et fonctionnelle du cerveau qui rêve. Mais il n'y a, à ce jour, aucune certitude scientifique quant à l'utilité objective du rêve. Le rêve correspond à l'état mental conscient, mais labile, qui résulte de l'auto-stimulation du cerveau déconnecté du monde extérieur lors des sommeils profond et paradoxal. Le rêve, en effet, n'est généré ni par les stimulations sensorielles en raison de l'activation cyclique d'une région du tronc cérébral appartenant à la formation réticulée mésopontique lors du sommeil paradoxal.^[pas clair]

Le rêve désigne un ensemble de phénomènes psychiques éprouvés au cours du sommeil. Au réveil, le souvenir du rêve est souvent lacunaire, parfois inexistant. Il est cependant possible d'entraîner la remémoration onirique. Les rêves sont les plus élaborés pendant les phases de sommeil paradoxal.

Les caractéristiques neuropsychologiques du rêve^[30] varient continuellement du sommeil lent au sommeil paradoxal: le rêve s'apparentant à la pensée à l'état de veille lors du sommeil profond, puis devenant de plus en plus comparable à un état hallucinatoire sensori-moteur lors du sommeil paradoxal.

D'un point de vue neurophysiologique, l'activité cérébrale observée lors du sommeil paradoxal s'avère proche de l'état de veille en se traduisant, en particulier, par un tracé électroencéphalographique désynchronisé (rapide et de bas voltage), et une intense activation thalamocorticale entraînée par un générateur mésopontique situé dans le tronc cérébral. Cette activation cérébrale visualisée en imagerie fonctionnelle (tomographie par émission de positons ou TEP-scan^[31]) diffère cependant de celle observée à l'état de veille par l'inactivation de certaines régions du cerveau comme le cortex préfrontal. Le rêve se distingue de l'hallucination et de la rêverie qui, eux, sont vécus à l'état éveillé.



Attrape-rêves amérindien.

Généralités

La fonction éventuelle du rêve reste débattue entre ceux qui n'y voient qu'une manifestation épiphénoménale du sommeil paradoxal dépourvue de toute fonction propre, et ceux qui supposent que le rêve reflète un processus d'abstraction des représentations mentales^[32] ou de régulation émotionnelle. Les données scientifiques réfutent l'interprétation psychanalytique du rêve^[33].

La neurophysiologie du rêve se distingue des théories psychologiques en ce sens qu'elle permet l'étude descriptive et fonctionnelle de l'activité du cerveau qui rêve, aux niveaux biochimique, biologique et anatomique. Les prémisses de la neurophysiologie se font jour avec Alfred Maury^[34], professeur au collège de France. Jusqu'alors le rêve n'avait pas de structure temporelle au sein du sommeil. En réveillant des sujets à intervalles réguliers il remarqua que les souvenirs de rêve étaient rares, infirmant l'idée qu'ils survenaient de façon permanente pendant le sommeil. Il fit l'hypothèse que le rêve était un phénomène épisodique ou aléatoire survenant à des moments particuliers : pendant l'endormissement, sous l'influence de stimuli externes ou internes ou avant le réveil. Aujourd'hui, des chercheurs comme Peretz Lavie considèrent que Maury n'étudiait pas les rêves, car les expériences se faisaient juste après son endormissement, mais des hallucinations hypnagogiques^[35].

La neurophysiologie du rêve proprement dite commence véritablement au XX^e siècle, à partir des années 1950. Les découvertes antérieures à cette date ne furent tout simplement pas reliées à l'activité onirique, bien qu'elles la concernaient plus ou moins directement. C'est ainsi qu'en 1880 le docteur Jean-Baptiste Gélinau décrit la narcolepsie avec ses phases d'abolition du tonus musculaire à la suite d'une émotion (cataplexie) ou d'irruption irrépressible du sommeil, épisodes pendant lesquels certains patients rêvent. En 1937, l'Allemand Klaue fit la différence chez le chat entre deux activités corticales au sein du sommeil, l'une rapide, l'autre lente, sans les associer à une activité onirique. En 1944, l'Allemand Ohlmeyer décrivit des cycles d'érections pendant le sommeil, qui correspondent en fait aux périodes de rêve, mais sans relier les unes aux autres.

Recherche depuis 1953

En 1939, Nathaniel Kleitman publie un livre sur le sommeil qui fait référence^[36]. Deux de ses étudiants font également des découvertes importantes : Eugen Aserinsky et William C. Dement. En 1953, Aserinsky émit l'hypothèse que les périodes de mouvements oculaires rapides survenant pendant le sommeil et enregistrés grâce à un électro-oculogramme correspondaient aux périodes des rêves. Cette activité oculaire fut nommée « PMO » (pour « phase de mouvements oculaires ») ou « REM » (« *rapid eye movements* ») par opposition aux mouvements oculaires lents et ondulants observés pendant la phase d'endormissement. W. Dement constata que 80 % des dormeurs réveillés pendant les phases REM se rappelaient leurs rêves, contre 7 % seulement pendant les périodes de sommeil profond^{[réf. à confirmer][37]}. Le rêve survenait par périodes de 20 à 25 min, séparées par des intervalles de 90 minutes, et caractérisé par une activité corticale similaire à celle de l'endormissement et des mouvements oculaires rapides. Ces travaux furent confirmés par Michel Juvet chez le chat. Il découvrit en outre que pendant les phases REM existait une disparition du tonus musculaire axial, associée à une activité cérébrale intense, proche de l'éveil les yeux ouverts, et de l'endormissement les yeux fermés (soit une durée de 6 min toutes les 25 min chez le chat). C'est ce qui le conduisit à introduire la notion de sommeil paradoxal, faisant ainsi du rêve le troisième état physiologique du cerveau. Ces critères d'atonie, d'activité cérébrale^[38], et des mouvements oculaires se retrouvèrent également chez l'homme.

Plusieurs groupes de chercheurs ont tenté de refaire les expériences de Maury, en vain. L'intégration de stimuli externes dans le rêve était au mieux partielle, souvent nulle. Dans aucun cas le stimulus ne devint le sujet central d'un rêve. Cette difficulté de détourner l'attention du rêveur de sa création interne a été nommée par Allan Rechtschaffen le « processus monomaniaque » (« *single-minded process* »)^[39].

Michel Juvet, neurobiologiste français, et d'autres chercheurs ont montré que chez les rats et les souris certaines fonctions que l'on croyait héréditaires ne le sont pas. Si l'on met le souriceau dans une nouvelle famille, il se comportera comme celle-ci. M. Juvet en déduit que ces adaptations doivent se faire pendant le sommeil paradoxal

et que celui-ci sert donc à la programmation de l'individuation, c'est-à-dire la différenciation des individus^[40]. En outre, le moi conscient n'est actif que pendant l'éveil (attention volontaire, prendre une décision, etc.). Ce moi ne contrôle plus le cerveau pendant le sommeil. Celui qui regarde les images des rêves n'est pas le moi conscient, mais d'après lui : *« C'est ton soi, ou ton inconscient, qui te rêve en dehors de ta volonté »*^[41] Pour ce neurobiologiste, le rêve n'est ni du sommeil, ni de l'éveil, mais un troisième état du cerveau aussi différent du sommeil que celui-ci hors de l'éveil^[42].

En 1991 le psychologue cognitiviste David Foulkes se rend compte que tout le monde n'entend pas la même chose si on lui demande au réveil « avez-vous rêvé ? » Il y a par exemple des gens qui, s'ils ont rêvé d'un fait quotidien, ne considèrent pas cela comme un rêve et répondront donc par la négative à la question. La question a donc été reformulée de manière plus neutre « quelque chose vous a-t-il traversé l'esprit avant votre réveil ? » En analysant les récits obtenus dans les laboratoires de sommeil, il devint alors évident que les rêves des stades de sommeil autres que le sommeil paradoxal étaient plus fragmentés, plus proches d'une simple pensée. « J'ai pensé à mon examen de math. » Tandis que le même thème pendant le sommeil paradoxal est plus développé avec une intrigue ou des détails^[43]. Par la reformulation, Foulkes peut montrer que la fréquence de récits de rêves de sujets réveillés pendant un sommeil lent profond peut atteindre plus de 70 %. Tous les stades du sommeil sont donc propices à la production de rêves. Toutefois, la faculté de mémorisation est supérieure lorsque le sujet est réveillé en période de sommeil paradoxal, ce qui permet d'ailleurs d'obtenir des récits de rêve auprès de presque toutes les personnes (soit 80 %), y compris celles qui prétendent ne jamais rêver, et ces rêves sont les plus vifs et les plus riches en images. En revanche, la remémoration est très difficile après un réveil en sommeil lent. Dans tous les cas, le rêve qui survient le plus aisément à la conscience est celui qui précède immédiatement le réveil.

Dans son laboratoire du sommeil à Haïfa en Israël, Peretz Lavie a étudié la quantité de rêves dont se souvenaient un groupe de survivants de la Shoah qui s'étaient bien adaptés à la vie après leur libération, un groupe de survivants qui avaient toujours des problèmes et des cauchemars et un groupe d'Israéliens nés en Israël. Les dormeurs étaient toujours réveillés lorsque les enregistrements électriques montraient une période de sommeil paradoxal, si le troisième groupe avait un nombre de rêves proche de la moyenne 78 %, ce nombre baissait à 55 % pour le deuxième groupe et n'était que de 33 % pour les personnes s'étant bien réadaptées à la vie quotidienne. La seule différence concernant le sommeil des différents groupes était sa profondeur. Les personnes ayant subi un traumatisme avaient un sommeil plus profond que les personnes en bonne santé^[44].

Les chercheurs en neurosciences qui étudient le rêve divergent quant aux fonctions ou à l'absence de fonction des rêves. Le thérapeute comportementaliste Jacques Montangero constate : *Aujourd'hui encore certains neurobiologistes admettent avec difficulté l'existence de ces faits [càd la présence de rêves en sommeil lent], car en décrivant ce qui se passe au niveau du cerveau pendant le sommeil paradoxal, ils aimeraient convaincre qu'ils décrivent les bases biologiques du rêve.*^[45]

Typologie

Souvent, une typologie des rêves est utilisée pour les distinguer suivant leur forme et contenu :

- le rêve d'actualité semble se calquer sur la réalité (par exemple le futur marié qui rêve de son mariage),
- le rêve concomitant coïncide à l'environnement au moment du rêve (un bruit rêvé qui coïncide à un bruit extérieur),
- les rêves récurrents sont des rêves plus ou moins similaires qui apparaissent plus ou moins fréquemment.

Cauchemar

Le cauchemar est un rêve à forte charge anxieuse qui survient pendant le sommeil paradoxal et qui se différencie des terreurs nocturnes qui surviennent pendant le sommeil lent profond.

Rêve créatif

Il s'agit d'un rêve duquel le sujet tire une nouveauté : idée d'une œuvre artistique, invention d'un nouveau concept ou réponse à un questionnement. L'induction des rêves créatifs rappelle le procédé d'incubation de l'antiquité^[Quoi ?], mais dans le but d'une création artistique ou de la résolution d'un problème plutôt que dans celui de la guérison. De nombreux créateurs ont trouvé l'inspiration en rêve par hasard. Mais il est possible de la provoquer volontairement. L'induction des rêves créatifs se fait selon un processus similaire au processus créatif en général, tel que décrit par Don Fabun^[46]. Ce processus s'élabore grâce à une motivation suffisante, une préparation adéquate et une manipulation intensive. Une forte implication affective est nécessaire. Les étapes d'incubation, de pressentiment de la solution et d'illumination peuvent alors survenir dans le rêve, ou juste après l'éveil^[47]. L'étape de vérification permet d'évaluer si la solution est correcte. De nombreux écrivains ou scientifiques se sont inspirés de rêves créatifs : Howard Phillips Lovecraft s'inspira très souvent de ses rêves afin de rédiger ses nouvelles (l'exemple le plus frappant est la nouvelle intitulée *La Tombe*, qui est une retranscription quasi-exacte d'un rêve), l'œuvre *Kubla Khan* de Samuel Taylor Coleridge a été entièrement élaborée en rêve, William Blake a mis en œuvre un procédé de gravure sur cuivre que lui indiqua en rêve son frère cadet décédé, la *Sonate des trilles du Diable* composée par Giuseppe Tartini fut, d'après lui, une reproduction moins réussie que celle entendue en rêve, et enfin Friedrich Kekulé von Stradonitz rêva la structure cyclique du benzène et révolutionna la chimie moderne.

Rêve lucide

Article détaillé : Rêve lucide.

Dans le rêve lucide, il y a comme une irruption de la conscience éveillée dans le déroulement du processus onirique habituel. Le rêveur sait que le monde qui l'entoure n'est qu'une construction de son esprit et peut ainsi analyser et réagir de façon plus ou moins rationnelle selon son degré de « lucidité ». Cette prise de conscience, involontaire ou obtenue par certaines techniques, permet au rêveur de contrôler le contenu et le déroulement du rêve.

Rêve prémonitoire

Article détaillé : Rêve prémonitoire.

Rêves jugés prophétiques, qui n'ont pas forcément de lien avec la vie privée du rêveur et annoncent un événement futur censé se réaliser.

Rêve sexuel

8 % des rêves ont un contenu sexuel dont la nature est, dans l'ordre : propositions sexuelles, baisers, fantasmes divers et variés, masturbation. Dans 4 % des cas les sujets (hommes et femmes confondus) disent avoir éprouvé un orgasme^[48]. Chez l'homme, d'après le rapport 1948 Kinsey^[49] : 83 % des hommes de 45 ans déclarent avoir connu des éjaculations nocturnes. La fréquence annuelle des rêves sexuels avec éjaculation nocturne varie de 4 à 11 % chez les hommes de 20 à 35 ans et de 3 à 5 % chez les hommes plus âgés. 5 % des sujets étudiés connaissent ce type de rêve plus d'une fois par semaine, avec un maximum entre l'adolescence et 30 ans. La fréquence annuelle des rêves érotiques avec orgasme est de 3 à 4 %, 1 % en ayant plus d'un par semaine. L'incidence des orgasmes oniriques est maximale à la quarantaine.

D'après le psychologue Abraham Maslow^[50] les rêves sexuels explicites sont plutôt le fait des femmes confiantes en elles-mêmes, posées, indépendantes et généralement actives. En cas de peu d'estime de soi ou d'inhibition, les rêves sexuels sont plutôt de type symboliques. Ces résultats sont corroborés par Joseph Adelson^[51], mais plutôt sur le critère de la créativité d'un groupe de jeunes filles.

Le rêve sexuel n'a aucun lien avec l'érection nocturne^[52].

Médias

Arts

Le rêve constitue un sujet pour tous les arts que ce soit la littérature, la musique, la peinture et sculpture ou le film.

Littérature

Dans les œuvres de fiction, on trouve fréquemment des rêves comme élément du récit. Toutefois, il est plus rare qu'il soit un thème central. On peut citer Arthur Schnitzler, *La nouvelle rêvée* écrit en 1925.

Dans *Rêverie et fécondité*, roman de Dominique Sels paru en 2009, une femme s'abrite dans un univers merveilleux à la perspective d'une maternité, contrariée par certains obstacles : « Les femmes qui attendent un enfant - mais davantage encore celles qui attendent d'attendre un enfant - rêvent beaucoup »^[53].

Le rêve semble plus présent encore dans les œuvres poétiques, soit comme source du poème pour les images qui y abondent (voir Surréalisme), soit comme objet d'un questionnement approfondi - lequel se distingue toutefois de l'interprétation psychanalytique - (voir par exemple *Façons d'éveillé, façons d'endormi* d'Henri Michaux), ou encore comme moteur principal d'un récit. Parmi les textes contemporains on peut citer *Bascule*, de Pierre Guéry, publié en 2006; un long poème procédant de ces trois approches et dans lequel toutes les limites entre cauchemar, rêve lucide et somnambulisme semblent abolies pour laisser place à un univers indéterminé, flottant, et dans lequel la parole devient progressivement nekuaia, rituel d'évocation et de convocation des morts.

Écrits

Cette section est vide, insuffisamment détaillée ou incomplète. Votre aide^[54] est la bienvenue !

Des hommes de lettres comme René Descartes^[55] ont noté leurs rêves.

- Bruce Chatwin, *Le chant des pistes*, récit qui fait connaître le Temps du rêve un thème central de la culture des Aborigènes d'Australie.
- Carlos Castaneda *L'art de rêver*, 1993.
- Namkhai Norbu Rinpoché, Michael Katz, *Le yoga du rêve*, Ed. l'Originel, 1993.

Romantisme

Article détaillé : Le rêve et la rêverie comme thème romantique.

Les écrivains romantiques s'intéressaient beaucoup aux rêves. L'œuvre de Jean Paul comporte beaucoup de récits oniriques. En outre il écrit trois textes sur le sujet. *La magie naturelle de l'imagination* (1795), *Sur le rêve* (1798) et *Coup d'œil sur le monde des rêves* (1813). Le poète anglais Samuel Taylor Coleridge écrit en 1816 son poème *Les souffrances du sommeil*. En France on peut citer Gérard de Nerval : *Aurélia ou le rêve et la vie* (1855). Le public de l'époque avait un goût pour le rêve, l'occultisme et le fantastique. Les clés des songes se referaient aux clés plus anciennes^[56]. Le fragment *Heinrich von Ofterdingen* (Henri d'Ofterdingen) de Novalis commence avec le rêve de la fleur bleue qui devient le visage d'une jeune fille. A son réveil Heinrich se met à la recherche de cette fleur. Par la suite la fleur bleue devient un symbole du romantisme allemand.

Le roman anglais *Les Aventures d'Alice au pays des merveilles* de Lewis Carroll de 1865.

Surréalisme

Cette section est vide, insuffisamment détaillée ou incomplète. Votre aide ^[54] est la bienvenue !

C'est dans les années de formation d'André Breton que se trouve l'origine du rêve surréaliste. En 1916, Breton fut affecté à l'hôpital militaire de Saint Dizier. Il exerça dans un service de neurologie spécialement créé pour traiter les troubles psychiques des combattants de Verdun. Il s'y familiarise avec la nosologie psychiatrique et découvre les travaux de Freud. L'automatisme psychique des délirants dont il a la charge et qui s'exprime à travers la méthode des associations libres le met sur la voie de la véritable pratique psychanalytique et lui ouvre des horizons sur l'éventualité d'un automatisme littéraire dont le simple rêve apparaît déjà comme la pratique non concertée.

En peinture

Quelques exemples à travers les siècles :



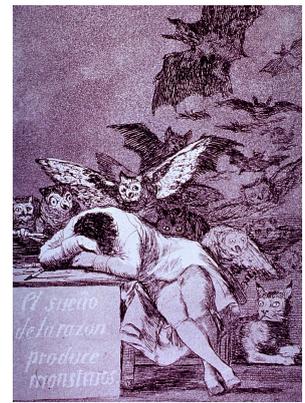
Simone Martini, *Le rêve de saint Martin* (1322-1326)



Un démon féminin s'entretient avec un roi, illustration d'un manuscrit de 1602



Giovanni Battista Tiepolo, 1757



Francisco de Goya



Paul Gauguin, *Le Rêve* (1897)

- Salvador Dalí, *Le Rêve*, 1931
- Salvador Dalí *Rêve causé par le vol d'une abeille autour d'une pomme grenade, une seconde avant l'éveil*, 1944
- Pablo Picasso, *Le Rêve*, 1932

Musicographie

Cette section est vide, insuffisamment détaillée ou incomplète. Votre aide ^[54] est la bienvenue !

- Franz Liszt, *Rêves d'amour*, nocturnes pour piano (S541) 1850
- Jacques Offenbach, *Les Contes d'Hoffmann, un opéra fantastique, 1851*
- Le Ballet Casse-noisette de Piotr Ilitch Tchaïkovski (1891-1892) Comme *les Contes d'Hoffmann* c'est une adaptation d'un conte d'E.T.A. Hoffmann.
- Songe d'une nuit d'été de Felix Mendelssohn, ouverture, op. 21 (1826), et musique de scène, op. 61 (1843)
- Gabriel Fauré, *Après un rêve*, op. 7 (1871), Romance pour voix et piano
- Gabriel Fauré, *Rêve d'amour*, op. 5 (1871-1879), Romance pour voix et piano
- Richard Wagner, *Träume* issu des *cinq chants pour voix de femme*, Studie zu Tristan und Isolde (Rêves), 1857

Musique rock

- Sting, l'album *The Dream of the Blue Turtles*, 1985
- Muse, la chanson *Micro Cuts*

Filmographie

- *Le charme discret de la bourgeoisie*, de Luis Buñuel
- *Un chien andalou*, de Luis Buñuel
- *La Science des Rêves*, de Michel Gondry
- *Mille et un rêves*, documentaire de Patrick Le Gall
- *Existenz*, de David Cronenberg
- *Mulholland Drive (film)*, de David Lynch
- *Inception*, de Christopher Nolan
- *Ça tourne à Manhattan*, de Tom DiCillo
- *Paprika*, de Satoshi Kon
- *Les Griffes de la Nuit*, de Wes Craven (1984)
- *Rêves (film, 1990)*, de Akira Kurosawa

Chez les animaux

Les mammifères placentaires, les marsupiaux et les oiseaux connaissent le mouvement oculaire rapide et le sommeil paradoxal, et suivent les mêmes phases du sommeil que l'humain^[57].

Notes et références

[1] *The Evolution of REM Dreaming: New Research Includes All Mammals* (http://www.improverse.com/ed-articles/richard_wilkerson_2003_jan_evolution.htm), Richard Wilkerson, *Electric Dreams*, n° 10, vol. 1, janvier 2003.

[2] Sophie Jama, *Anthropologie du rêve*, PUF, 1997, 12.

[3] Ovide, *Les Métamorphoses*, « Le jugement des armes. Ajax », livre XIII, 1-381.

[4] Alfred Guillaume, *Prophétie et divination*, Payot, Paris 1941.

[5] Roberte Hamayon, *La Chasse à l'âme Esquisse d'une théorie du chamanisme sibérien*, Société d'ethnologie, 1990, .

[6] Mircea Eliade, *Le Chamanisme et les techniques archaïques de l'extase*, PUF, 1968, .

[7] Platon, *La République*, livre 9.

[8] Des rêves - Wikisource / Aristote : *Des rêves*. Trad. J. Barthélémy St Hilaire, Paris, 1847

[9] Alfred Guillaume *Prophétie et Divination*, Payot, 1941.

[10] *Livre des Nombres*, 12, 6.

[11] *Livre de Jérémie*, Livre de Jérémie#Chapitre 20.

[12] *Premier livre de Samuel*, Premier livre de Samuel#Premier livre de Samuel 28.

[13] *Livre des Nombres*, 12, 7-8.

[14] *Livre de Joël*, 3, 1.

[15] *Deutéronome*, 13, 2-4.

- [16] Livre de Jérémie - Crampon#Chapitre 23.
- [17] Valérie Bach, *Les Clefs des songes médiévaux (XIII-XV siècles)*, Strasbourg, Presses universitaires de Strasbourg, coll. « Sciences de l'Histoire », 2007.
- [18] Marie de Manacéine, *Le Sommeil, tiers de notre vie*, Paris, 1896.
- [19] Françoise Parot, *L'Homme qui rêve*, Presses Universitaires de France, coll. « Premier cycle », 1995, 75.
- [20] Vimont-Vicary P., Jouvét-Mounier D. et Delorme F., « Effets EEG et comportementaux des privations de sommeil paradoxal chez le chat » (http://sommeil.univ-lyon1.fr/articles/jouvet/ecn_66/sommaire.php), in *Electroencephalography and Clinical Neurophysiology*, 20 (5), 1966, 439-449.
- [21] Sigmund Freud, *Cinq leçons sur la psychanalyse*, (1909), Payot, Paris, 1966, p. 38
- [22] Paul-Laurent Assoun, *La Psychanalyse*, Presses universitaires françaises, coll. « Quadrige manuels », 2007, , 148.
- [23] C.G. Jung : *The Psychology of Dreams*, IN : *Collected Papers on Analytical Psychology*. Baillière, Tindall and Cox:London 1916
- [24] C. G. Jung, *L'Homme à la découverte de son âme*, 193 à 337 ; le livre III : « Les rêves » constitue une introduction synthétique à la pensée de Jung sur le processus onirique.
- [25] Cet ouvrage rassemble les notes de séminaire de Jung de 1936 à 1941 concernant l'analyse des rêves.
- [26] C. G. Jung, *L'Homme et ses symboles*, Robert Laffont, 1964, 49.
- [27] Foulkes D., *A grammar of dreams* (1978), Basic Books, 1998 et Domhoff G.W., *The scientific study of dreams*, American Psychological Association, 2003.
- [28] J. Allan Hobson, « Book Review: The Scientific Study of Dreams, by G. William Domhoff. APA Press, 2002 » in *Dreaming*, September 2003, Volume 13, Issue 3, pp. 187-191.
- [29] Drew Westen, *Psychologie : pensée, cerveau et culture*, De Boeck Supérieur, 2000, p. 496.
- [30] Muzur A. (2005) "Towards an integrative theory of sleep and dreaming" *Journal of Theoretical Biology* 233: 103-118; Hobson JA (2009) "REM sleep and dreaming: towards a theory of protoconsciousness. *Nature Review Neuroscience* 10: 1-11
- [31] Maquet P (2000) "Functional neuroimaging of normal human sleep by positron emission tomography. *Journal of Sleep Research* 9: 207-231
- [32] Domhoff GW (2003) "The scientific study of dreams. neural networks, Cognitive Development, and Content Analysis" American Psychological Association; Foulkes D (1985) "Dreaming: a cognitive-psychological analysis. Lawrence Erlbaum Associates
- [33] Hobson JA (2002) *Dreaming. A very short introduction*, Oxford Press
- [34] Alfred Maury, *Le Sommeil et les rêves. Études psychologiques sur ces phénomènes et les divers états qui s'y rattachent, suivies de recherches sur le développement de l'instinct et de l'intelligence avec le phénomène du sommeil*, Didier, 1861.
- [35] Peretz Lavie, *Le monde du sommeil*, Odile Jacob, 1998, 91.
- [36] Nathaniel Kleitman, *Sleep and wakefulness as alternating phases in the cycle of existence*, University of Chicago Press, 1939.
- [37] Pierre Etévenon, *Du Rêve à l'éveil, bases physiologiques du sommeil*, Albin Michel, 1987/
- [38] le tracé électroencéphalographique n'est pas une preuve que le sujet rêve, mais le reflet d'un état physiologique du cerveau différent de celui de l'éveil ou du sommeil profond.
- [39] Lavie, p. 100
- [40] Jouvét, p. 79.
- [41] Jouvét, p. 89-90 et Hobson, 1988
- [42] Michel Jouvét, *Le sommeil et le rêve*, Paris, Odile Jacob, 1992, p.15
- [43] Lavie, p. 90
- [44] Lavie, p. 103-107
- [45] (Jacques Montangero : *Comprendre ses rêves pour mieux se connaître*, 2007 p.66)
- [46] *Three roads to awareness*, 1970
- [47] Patricia Garfield, *La Créativité onirique*.
- [48] les inrockuptibles, *Sexe 2007*, n° triple 609/611, aout 2007, une enquête de l'université de Montréal
- [49] *Le comportement sexuel de l'homme*, Du Pavois, 1948-1953
- [50] *Self-Esteem (dominance-feeling) and sexuality in women* in M.F. De Martino (éd), *Sexual behavior and personality characteristics*, Grove Press, New York, 1963
- [51] *Creativity and the dream*, Merrill Palmer Quaterly, 1960
- [52] Woo Sik Chung et coll. , **The Journal of urology, vol. 143, no2, pp. 294-297, 1990**
- [53] Dominique Sels, *Rêverie et fécondité*, éditions de la Chambre au Loup, 2009, p. 27
- [54] <http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=R%C3%AAve&action=edit>
- [55] Sophie Jama: *La nuit des songes de René Descartes*. Aubier, 1998
- [56] Sophie Jama, *Anthropologie du rêve*, PUF, 1997, p. 52-54
- [57] « Animals have complex dreams, MIT researcher proves » (<http://web.mit.edu/newsoffice/2001/dreaming.html>), Massachusetts Institute of Technology, 24 janvier 2001.

Annexes

Bibliographie

Sciences humaines

- Roger Caillois et Gustave Von Grunebaum, *Le Rêve et les sociétés humaines*, Gallimard, 1967.
- Michel Perrin, *Les Praticiens du rêve : Un exemple de chamanisme*, Presses Universitaires de France, 2001, (ISBN 2130519474)
- Georges Devereux, *Psychothérapie d'un indien des plaines: réalités et rêve*, [1951], rééd. Fayard, 1998, ISBN 2-213-60024-4
- Anne-Gaël Bilhaut, *Des nuits et des rêves, Construire le monde zapara en Haute Amazonie*, Editions de la Société d'ethnologie, coll. Anthropologie de la nuit, 2011.
- Olivier Moyano, *Rêve et Chamanisme*, Editions Accarias L'Originel, Paris, 1998, (ISBN 2-86316-068-0).

Neurosciences

- Michel Jouvet, *Le sommeil et le rêve*, Paris, Odile Jacob, 1992 (ISBN 2-7381-0154-2)
- Michel Jouvet, *Pourquoi rêvons-nous ? Pourquoi dormons-nous ? Où, quand, comment ?*, Odile Jacob, 2000 (ISBN 2738108458)
- Peretz Lavie, *Le Monde du sommeil*, Odile Jacob, 1998 (ISBN 2738105521)
- Pierre Cheymol, *Les Empires du rêve*, José Corti, 1994 (ISBN 2-7143-0512-1)
- Françoise Parot, *L'Homme qui rêve*, PUF, 1995 (ISBN 2130468152)
- [\(en\)](#) Maquet P, Smith C, Stickgold R, *Sleep and brain plasticity*, Oxford University Press

Psychanalyse

- Charles Baudouin, *Introduction à l'analyse des rêves*, Genève, Mont-Blanc, 1942, ed. l'Arche, 1950.
- Sigmund Freud, *Le rêve de l'injection faite à Irma*, Payot, coll. "Petite Bibliothèque Payot", 2011 (ISBN 9782228906579)
- Sigmund Freud, *L'Interprétation des rêves*, PUF, 2003 (ISBN 213052950X) (includ: *Le rêve de l'injection faite à Irma*)
- Sigmund Freud, *Sur le rêve*, Gallimard-Poche, 1990 (ISBN 2070325547)
- Carl Gustav Jung, *Sur l'interprétation des rêves*, LGF - Livre de Poche, 2000 (ISBN 2-253-90463-5)

Divers

- Henri Bergson, *Le Rêve* (1901), Payot, coll. Petite Bibliothèque Payot, 2012 (ISBN 9782228907767).
- Albert Béguin, *L'Âme Romantique et le Rêve. Essai sur le romantisme allemand et la poésie française*, Biblio essais, 1939.
- Tony James, *Le Songe et la Raison. Essai sur Descartes*, Éditions Hermann, 2010.
- Jacqueline Carroy, *Nuits Savantes, Une histoire des rêves (1800-1945)*, éditions EHESS, Paris, 2012

Articles connexes

- Attrapeur de rêves
- Divination et culte des morts dans la mythologie berbère
- Tjukurpa : Le Temps du rêve
- Rêve prémonitoire
- Serge Venturini
- Rêve planétaire
- Oniroscope
- langage de rêve
- Interprétation des rêves

Liens externes

- (fr) Site de l'université de Lyon-1 sur le sommeil, les rêves et l'éveil (http://sommeil.univ-lyon1.fr/index_f.html)
- (fr) Joseph Delbœuf, Le sommeil et les rêves (<http://www.psychanalyse-paris.com/-Le-sommeil-et-les-reves-.html>) considérés principalement dans leurs rapports avec les théories de la certitude et de la mémoire, Éd. Félix Alcan, Paris, 1885, 262 pages.
- (fr) Base de textes pour l'étude du rêve (<http://reves.ca/>): plus de 1400 récits de rêves littéraires d'époques et de cultures diverses, ainsi que des textes fondamentaux sur l'interprétation et la théorie du rêve (Platon, Maury, Hervey de Saint-Denys, Delboeuf, etc.)
-  Portail des neurosciences
-  Portail de la psychologie

Sources et contributeurs de l'article

Rève *Source*: <http://fr.wikipedia.org/w/index.php?oldid=98007943> *Contributeurs*: -=El Pingu=-, .melusin, A2, Abracadabra, Acer11, Actarus Prince d'Euphor, Akahad, Akeron, AkoZ, Aladin34, Albabla, Alikovich, Analogisub, Ange Gabriel, Apoz, Archibald Tuttle, Aridd, Arnaud 25, BARBARE42, Badmood, Barbelo, Basilus, Bernard Perthuis, Bertol, Bibi Saint-Pol, Bob08, Boretti, Bourrichon, Brunodesacacias, Buddho, Caesius, Captaintorche, Cbmarius, Cdang, Celtico, Cerhab, Coyote du 86, Criric, Cyberic71, Daniel Fattore, Danton 41, David Berardan, Deep silence, Delhovlyn, Demeco, Denis Dordoigne, Deninspir, Dhatier, Dirac, Djaphil, Draghos, Délirius, El Caro, Elfix, Elio21, Elsaesser, Escaladix, Esprit Fugace, Faager, Fabrice75, Fafnir, Fantasmagorial, Fombelle, Francis Vergne, FriedrichUlven, G de gonjasufi, GaMip, Ggal, Gustave Graetzlin, Guul, Gz260, Gzen92, H01979, HERMAPHRODITE, Hemmer, IAlex, IJKL, INREES, Inisheer, IntraLucide, JLM, James Jiel LLORENS, Jarfe, Jef-Infojef, Jerome Kohl, Jerome66, Jesuslebo, Jloriaux, JoleK, Jules78120, Julien06200, Kaire, Kelson, Kilianours, Kilith, Kilom691, Kwa1975, Kōan, La pinte, Largonaute, Leag, Les3corbiers, Leuviah, Lgd, Lilliputien, Lilyu, Lomita, Lousk, Ludo29, Lycaos, Lydio, Léon66, MHM55, Malost, Maluciole, Manu1400, Margaux leclerc, Markov, MathsPoetry, Med, Milean Creor, Mirgolth, Mocaya, Moez, Movallali, Mro, Mu, Negon, Niania mufti, NicoV, Ol'gha, Ollamh, Olmec, Orthogaffe, Ouicoude, Ourartou, Oxo, Oyp, P141592653, Pascalo, Paulokoko, Pautard, Penjo, Perky, Petitemontagnedujura, Peuh, Phe, Pierre-Alain Gouanvic, Piku, PlexusSolaris, Plijno, Plyd, Pouetage, Poulos, Pr Hachedezoo, Prosopee, Psypathlang, PtitCharlesXXX, Replicateur3, Rhadamante, Rhizome, Romanc19s, Rouannai, Salsero35, Sanao, Sand, Sebleouf, Segognat, Sevenstones, Sisyph07, Speculos, SteeveC, Sublimo69, SychiO, Symbolium, T20C319, TN190776, The Limace, Tieum, Toninophage, Toto Azéro, Traumrune, Vazkor, Vlaam, Vladimirilitch49, Vrillac, Webmastercca, Wikitavanti, Wutsje, Wuyouyuan, Xian, Yan-J, Yazerty, Zoldik, Ænthaüs, 223 modifications anonymes

Source des images, licences et contributeurs

Image:Disambig colour.svg *Source*: http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Disambig_colour.svg *Licence*: Public Domain *Contributeurs*: Bub's

Image:Dickensdream.jpg *Source*: <http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Dickensdream.jpg> *Licence*: Public Domain *Contributeurs*: Billinghurst, Bogdan, DostoHouskij, Israfil fr, Martin H., Shakko

Image:Pierre-Cécile Puvis de Chavannes 003.jpg *Source*: http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Pierre-Cécile_Puvis_de_Chavannes_003.jpg *Licence*: Public Domain *Contributeurs*: AndreasPraefcke, Boo-Boo Baroo, Bukk, Emijrp, Infrogmation, Jarekt, Johnbod, Rd232, Rlbberlin

Image:Atrapasuenos.jpg *Source*: <http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Atrapasuenos.jpg> *Licence*: Public Domain *Contributeurs*: Jorge Barrios

File:Simone Martini 042 bright.jpg *Source*: http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Simone_Martini_042_bright.jpg *Licence*: Public Domain *Contributeurs*: Auntof6, Bohème, Mattes, Mattis, Saiklo, Shakko

File:Meister des Jog-Vashisht-Manuskripts 001.jpg *Source*: http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Meister_des_Jog-Vashisht-Manuskripts_001.jpg *Licence*: Public Domain *Contributeurs*: Abhishekjoshi, AndreasPraefcke, Calame, Durga, Emijrp, RobertLechner, Roland zh, 1 modifications anonymes

File:Giovanni Battista Tiepolo 046.jpg *Source*: http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Giovanni_Battista_Tiepolo_046.jpg *Licence*: Public Domain *Contributeurs*: AnRo0002, AndreasPraefcke, Auntof6, Emijrp, G.dallorto, Marcok, Mattes, Shakko, Tangopaso, YukioSanjo, 3 modifications anonymes

File:Goya-El sueño de la razón-large.jpg *Source*: http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Goya-El_sueño_de_la_razón-large.jpg *Licence*: Public Domain *Contributeurs*: Balbo, Fastfission, Jarekt, Sparkit

File:Paul Gauguin 037.jpg *Source*: http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Paul_Gauguin_037.jpg *Licence*: Public Domain *Contributeurs*: AndreasPraefcke, Bukk, EDUCA33E, Emijrp, Ephraim33, Ham, Origamiemensch, Oxxo, Rlbberlin, Vriullop, Zolo

Fichier:Brain Surface Gyri.SVG *Source*: http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Brain_Surface_Gyri.SVG *Licence*: Creative Commons Attribution-Share Alike *Contributeurs*: James.mcd.nz

Fichier:Icon psycho.svg *Source*: http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Icon_pscho.svg *Licence*: Creative Commons Attribution-Sharealike 3.0 *Contributeurs*: Reubot

Licence

Creative Commons Attribution-Share Alike 3.0
[//creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/](http://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/)