

TOUT RESTE A DÉCOUVRIR

LA MYSTÉRIEUSE MÉCANIQUE DES RÊVES

Analyse

Le récent développement des techniques de neuro-imagerie permet de mieux comprendre la fabrique de nos songes.

Sophie Souchard, - le 28/06/2021

Jusque-là abordé seulement sous le prisme psychanalytique, dans l'idée d'une interprétation à extraire, le rêve est désormais envisagé comme une activité cognitive à part entière.

SARAH BOUILLAUD/HANS LUCAS

« *Je suis au bord d'un étang. Le sol est vaseux, l'eau sale et peu profonde. Tout autour, une myriade de becs jaunes de bébés oiseaux s'ouvrent pour réclamer de la nourriture. Je m'approche d'un des becs : c'est en fait... une huître !* », raconte Clara, 21 ans. La jeune femme est friande de ces récits de rêves incongrus, drôles ou fantaisistes, qu'elle compile sur sa page Instagram « J'ai rêvé que ». Mais que se passe-t-il dans son cerveau pour passer ainsi du coq à l'âne, ou plutôt du bec à l'huître ?

Une fois endormie, Clara traverse différentes phases. D'abord un sommeil lent :

Il vous reste 80% de cet article à lire

Cet article est réservé aux abonnés La Croix

(1) Dans un article publié dans *Frontiers in Neuroscience* en octobre 2020.