

SOMMEIL ET RÊVES

EDIT



« Un rêve sans étoiles est un rêve oublié »
Paul Éluard



Dormir, n'est-ce pas mourir un peu ? Beaucoup de philosophes ont fait ce parallèle, qui repose sur cette perte totale de la conscience de nous-même, réversible pour le sommeil, par le réveil du lendemain et irréversible (ou pas) pour le trépas de la finitude.

Du point de vue du ressenti, de l'éprouvé, s'abandonner au sommeil est une confiance obligée par la fatigue. Ce lâcher-prise de la conscience a bien quelque chose à voir avec un renoncement, un abandon, une petite mort acceptée.

Cette confiance peut manquer et nous savons bien que les insomnies d'endormissement sont l'apanage des anxieux, alors que les réveils prématurés de fin de nuit sont celui des dépressifs.

Mais si mourir est s'endormir à jamais, en tous cas pour ce monde terrestre, le parallèle peut s'inverser. En effet, la privation de sommeil, semble, selon les neurologues, incapable à elle seule de donner la mort, mais entraîne des altérations de la physiologie extrêmement graves. On connaît un peu le phénomène dans les actes de torture par privation de sommeil. On le connaît moins bien dans les situations d'épuisement par le travail, les gardes à vue de la justice, les conditions de vie comme la prison ou la vie en zones de squat.

SOMMEIL ET RÊVES

EDITO

Dormir est donc quelque part, une solution pour ne pas mourir... tout de suite. Dormir c'est remettre à plus tard le trépas, par cette acceptation momentanée d'une perte de conscience.

Mais dormir est-ce perdre totalement conscience ou passer dans autre chose ? Les phases du sommeil décrites classiquement donnent une place au fameux sommeil paradoxal, caractérisé à la fois par ce qui ressemble à un spectacle intérieur, avec les mouvements oculaires rapides et surtout par les rêves. De plus, les images de la phase hypnagogique de l'endormissement sont fascinantes par leur capacité à nous mettre dans le rêve immédiat tout en restant encore avec le sentiment d'être éveillé.

Nous consacrons ce numéro de nos Cahiers aux rêves et au sommeil.

Les rêves occupent dans les matières médicales homéopathiques une place très particulière et très précieuse. Pour certains d'entre nous, les rêves sont des clés profondes de la similitude. Là où Freud y voyait une « voie royale vers l'inconscient » et Jung, une connexion à un monde archétypal qui sortait de l'ego et plongeait dans le collectif, beaucoup d'homéopathes y voient une voie royale également, vers le bon similitum, et une connexion au collectif du vivant.

Pour d'autres d'entre nous, l'exploitation homéopathique des rêves est parfois une certaine dérive qui éloigne d'une similitude véritablement pharmacologique.

Que le débat serein demeure !

Mais rêver est bien autre chose encore. Quelle ironie que rêver soit aussi désirer ce qui semble hors de portée. Quelle tristesse que de dire de quelqu'un qui fait des projets irréels, qu'il rêve.

En 1963, à Washington, un très grand homme faisait un rêve, celui d'un monde meilleur. Ce rêve n'est ni réalisé, ni hors de portée. Il est de ceux qui guident et donnent un horizon, poussent en avant.

Alors rêvons !

Dans ce numéro, nous donnerons largement la parole à des auteurs de divers horizons.

Nous rêverons ensemble d'une homéopathie diverse, plurielle, mais respectueuse, fraternelle autant que confraternelle.

Bon rêve et bonne lecture.

Dr Daniel Scimeca