

## Que signifie le besoin de sommeil et de rêves ?

### Question :

Il me semble que jamais personne n'a réussi à expliquer de manière satisfaisante le besoin de dormir et de rêver. Le phénomène de rêver la nuit est commun et c'est l'un des aspects de notre expérience qui peut remettre en cause la réalité de notre monde. Nous connaissons la citation du philosophe chinois Chuang Tzu sur son rêve du papillon : « Hier, j'ai rêvé que j'étais papillon. Aujourd'hui je ne sais plus si je suis un homme qui rêve qu'il est papillon, ou un papillon qui rêve qu'il est. » En outre, les hallucinations sont très rares et considérées comme anormales. L'ego fait-il erreur, ou au contraire, les rêves endormis seraient-ils une intervention de l'esprit juste pour nous donner une indication sur l'irréalité de notre monde ? Ou peut-être une expression de compromis entre les deux ?

### Réponse :

Tout ce qui concerne le corps - physique et psychologique - fait partie du plan de l'ego, une stratégie pour garder réelle la séparation de Dieu. *Un cours en Miracles* n'explique pas les phénomènes du sommeil, des rêves et des hallucinations liés au corps ; il souligne plutôt quelle est leur valeur pour nous enseigner le pouvoir de l'esprit de déformer la réalité pour arriver à nos propres fins. C'est le point central dans « *La base du rêve* » au chapitre 18 du texte (T.18.II), où Jésus décrit certaines des caractéristiques de nos rêves, par exemple : « *Les rêves sont chaotiques parce qu'ils sont gouvernés par tes désirs conflictuels ; par conséquent ils ne se soucient pas de ce qui est vrai. Ils sont le meilleur exemple que tu puisses avoir de la façon dont la perception peut être utilisée pour substituer les illusions à la vérité.... Ils fournissent des exemples frappants, à la fois de l'inaptitude de l'ego à tolérer la réalité et de ton désir de changer la réalité en sa faveur.... Les rêves te montrent que tu as le pouvoir de faire un monde tel que tu le voudrais ; et parce que tu le veux, tu le vois. Et tant que tu le vois tu ne doutes pas qu'il est réel. Or voici un monde, manifestement au-dedans de ton esprit, qui semble être à l'extérieur.* » (T.18.II.2 :1,2,5 ; 5 :1,2,3)

Puisque nous pouvons tous nous relier à ce que dit Jésus sur les rêves, il peut ensuite utiliser ces exemples pour nous apprendre comment opère en tout temps la dynamique dans l'esprit, mais dont nous ne sommes pas conscients. Ainsi, tandis que dormir et rêver sont des aspects de la mal création de l'ego, ils peuvent être utilisés pour nous aider à lâcher prise de notre croyance au système de pensée de l'ego.

« ... *Le Saint-Esprit a une autre utilisation pour toutes les illusions que tu as faites, et qu'Il voit donc en elles un autre but. Pour le Saint-Esprit, le monde est un lieu où tu apprends à te pardonner ce que tu penses être tes péchés.* » (**Leçon PI.64.2 :2,3**)

Le point souligné par Jésus est qu'il n'y a aucune différence entre notre rêve éveillé et nos rêves de sommeil ; ce sont des formes différentes du même rêve de séparation, et donc ils peuvent être des expressions d'esprit juste ou des expressions d'esprit erroné. « *Tout ton temps se passe à rêver. Tes rêves endormis et tes rêves éveillés ont des formes différentes, mais c'est tout. Leur contenu est le même* » (**T.18.II.5 :12, 13, 14**).

Source : [www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm](http://www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm)

Question 673