

---

# Rêve et Éveil : Continuité ou Discontinuité ?

Marina Trakas\*<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas [Buenos Aires] – Argentine

## Résumé

Dans le film *Dark City*, des gens mystérieux à la peau pâle réorganisent chaque nuit la ville et altèrent l'identité et les souvenirs de ses habitants. Chaque matin, les résidents se réveillent dans une ville différente, avec une nouvelle identité, inconscients des changements survenus pendant leur sommeil. Bien que ce scénario relève de la science-fiction, il semble refléter un aspect intrigant de notre vie réelle-non pas lorsque nous nous réveillons, mais lorsque nous nous endormons.

Chaque nuit, en plongeant dans nos rêves, nous nous retrouvons souvent dans des environnements radicalement différents de notre quotidien. Nos rêves peuvent être remplis d'expériences étranges et impossibles, d'émotions intenses et même de transformations qui nous font nous sentir comme des personnes différentes. Le monde onirique semble rompre avec notre réalité éveillée, où tout peut arriver. Cela a conduit certains chercheurs à suggérer que notre vie onirique est discontinue par rapport à notre vie éveillée. Mais est-ce vraiment le cas ? Les rêves constituent-ils une rupture totale avec la réalité éveillée, suggérant que nous menons deux vies : l'une faite d'événements étranges, éphémères et en perpétuel changement la nuit, et l'autre marquée par une existence plus ou moins stable et cohérente le jour ?

Dans cette présentation, j'explore si la relation entre notre vie onirique et notre vie éveillée doit être comprise en termes de continuité ou de discontinuité. Comme ces concepts peuvent être interprétés de différentes manières, j'examine trois aspects clés de cette relation : le contenu de nos expériences oniriques et éveillées-là où ce débat a d'abord émergé-leurs qualités affectives, ainsi que la distinction entre le soi qui rêve et le soi qui vit des expériences éveillées. Je soutiens qu'aucun argument ne parvient à établir une distinction essentielle entre l'éveil et le rêve. En fin de compte, une continuité générale prévaut, car les discontinuités observées entre les expériences oniriques et éveillées ne sont pas fondamentalement différentes de celles que l'on trouve au sein même de l'expérience éveillée, ou même entre différents rêves.

**Mots-Clés:** rêve, éveil, expérience, continuité, discontinuité, contenu mental, contenu onirique, affectivité, soi

---

\*Intervenant