

Du matin au soir nous sommes à moitié endormis. La part endormie partage les mêmes réalités que nos défunts.

Écrit par : Rudolf Steiner

---



Extrait du recueil de conférences « Les arrière-plans spirituels de la Première Guerre mondiale »

Stuttgart, le 23 février 1918 - 12ème conférence  
Rudolf Steiner – [GA174b](#)  
Éditions anthroposophiques romandes (2010) -  
Traduction : Jean-Marie Jenni

(...) Nous savons tous que pour nombre de considérations de la science de l'esprit il est important de ne jamais oublier de prendre en compte que la vie humaine se déroule quotidiennement dans les deux états très contrastés que sont la vie éveillée et le sommeil. **Nous devons toujours prendre en compte ce contraste polaire, entre la vie éveillée et le sommeil, lors de tous nos examens dans la science de l'esprit.**

Vous savez également que la vie humaine se répartit à raison de deux tiers un tiers entre l'état de veille et l'état de sommeil, à peu près, car certains dorment moins que d'autres, mais c'est une constatation tout d'abord extérieure et superficielle. Même l'examen plus approfondi, pour approcher le caractère du sommeil et de l'état éveillé, demeure quelque peu superficiel devant les profondeurs qu'on cherche à sonder par la science de l'esprit. Car il nous faut être au fait que **l'état de sommeil n'occupe pas notre âme seulement lorsque nous dormons, au sens superficiel, notre âme l'introduit également jusqu'à un certain degré, dans l'état dit éveillé. Nous ne sommes en vérité pas totalement éveillés lorsque nous sommes dans l'état dit éveillé.** Si nous demandons, du point de vue de la science de l'esprit, dans quelle mesure nous sommes éveillés, il nous faut répondre que nous sommes éveillés totalement en tout ce qui concerne la perception du monde extérieur et l'élaboration des représentations

qu'elle entraîne. Indubitablement, nous sommes totalement éveillés dans notre activité de perception et de pensée. Nous ne parlerions même pas de notre état éveillé si nous ne voulions pas justement décrire par cela un certain état intérieur de l'âme qui se présente lorsque nous percevons le monde extérieur et lorsque, par notre activité pensante, nous nous en faisons des représentations.

Mais nous ne pouvons pas affirmer que nous sommes éveillés au même degré en ce qui concerne notre **vie de sentiment** qu'en ce qui concerne notre vie de pensée et de perception. Croire que l'être humain est aussi éveillé dans sa vie de sentiment, dans ses affects et ses émotions que dans sa vie des représentations (ou pensées) et des perceptions n'est qu'une illusion. Cette illusion provient de ce qu'on accompagne toujours les sentiments des représentations correspondantes. Nous ne formons pas seulement en nous la représentation des objets extérieurs comme les chaises et les tables, les arbres et les nuages, mais nous formons également des représentations de nos sentiments. **En formant des représentations de nos sentiments nous ne nous éveillons que dans la représentation des sentiments.** Mais les sentiments à proprement parler voguent quelque part dans les profondeurs de l'âme. Celui qui est capable d'observer les processus de l'âme voit que les sentiments, les affects, les émotions ne sont pas vécus en un état d'éveil supérieur à celui des impressions du rêve. Les impressions du rêve sont des images. Nous sommes parfaitement capables de les distinguer, en nous, de la conscience ordinaire des perceptions extérieures. Notre conscience n'est pas plus éveillée devant les réels sentiments que devant les rêves. Si au réveil matinal nous étions capables de joindre à chaque rêve une représentation ou une pensée telle que nous le faisons toujours pour chaque sentiment, mais étions incapables de faire une distinction entre le rêve et sa représentation, nous compterions nos rêves également comme le contenu de notre vie éveillée. **En tant que tels, les sentiments ne sont pas vécus dans un degré de conscience supérieur à celui des rêves.**

**Quant aux impulsions volontaires, elles sont encore moins conscientes. En rapport avec sa volonté, l'être humain dort en permanence.** Lorsque l'être humain est devant une impulsion de sa volonté, il en a tout d'abord une représentation. Prenons une impulsion simple, par exemple celle d'étendre le bras pour saisir un objet. **Tout ce qui se passe dans la vie de l'âme et du corps lorsqu'on étend le bras reste dans l'inconscient tel, le sommeil sans rêve.** Alors que nous «rêvons» nos sentiments, en réalité nous «dormons» nos impulsions volontaires. En tant qu'êtres de sentiment, nous rêvons et en tant qu'êtres de volonté nous dormons. **Si bien que du matin au soir nous ne sommes qu'à moitié éveillés, nous ne sommes éveillés qu'avec la moitié de notre être, tandis qu'avec l'autre moitié nous dormons en permanence. Nous sommes à l'état éveillé dans la vie de la pensée et de la perception, à l'état de rêve dans la vie de nos sentiments et à l'état de sommeil dans la vie de notre volonté.** Il n'y a de cela pas de preuve plus forte que ce que je viens de dire. Seule une observation correcte de l'âme permet d'admettre ces choses. Celui qui est capable d'observer correctement la vie de l'âme trouvera inmanquablement la parenté de l'état de conscience qu'il y a entre le rêve et la vie du sentiment, des affects, des émotions et des passions. Friedrich Theodor Vischer si réputé dans cette même ville a écrit une dissertation sur la «Traumphantasie» (l'imagination onirique), où il constate correctement la parenté entre le rêve et le sentiment, et où il en fait une fort belle description.

**Nous sommes donc certes environnés, lors de l'état éveillé, par le monde extérieur que**

**nous percevons de nos sens, mais également par un monde dont nous ne pouvons que rêver par nos sentiments et, touchant les impulsions volontaires, que nous ne pouvons pas éprouver davantage que ce que nous éprouvons dans le profond sommeil, c'est-à-dire rien !** Mais ce monde, devant lequel nous dormons et dont nous ne percevons rien, **est néanmoins présent.** Il est présent au même titre que les meubles et tout qui se trouverait dans une chambre à coucher et dont on ne perçoit rien lorsqu'on y dort. L'être humain ignore donc ce qui lui vient des mondes du sentiment et de la volonté car, devant ces mondes-là, il dort en permanence. Or **c'est précisément ces deux mondes, devant lesquels nous dormons en permanence, que nous avons en commun avec les âmes humaines qui ne sont plus incarnées dans un corps physique.**

Nous avons cherché, de divers points de vue et par la science de l'esprit, à **jeter un pont** entre ceux que nous nommons les morts et les vivants. Nous pouvons également jeter ce pont par la force de notre représentation en cultivant en nous la conscience que, si nous sommes en lien avec l'être humain physique incarné, cela est dû au fait que dans notre état de conscience normal, éveillé, l'être humain physique est accessible par nos pouvoirs de perception et de pensée. Normalement nous ne sommes pas en lien, lors de notre état de conscience éveillé, avec ceux que nous nommons les morts, et ce en raison du fait que nous dormons en permanence devant une partie du monde environnant. **Si nous pouvions pénétrer dans ce monde devant lequel nous dormons, nous ne serions plus coupés du monde dans lequel évoluent les humains entre la mort et une nouvelle naissance.** De même que nous sommes entourés d'air, nous le sommes par le monde dans lequel se trouve l'être humain entre la mort et une nouvelle naissance. Comme je l'ai dit, si nous ne percevons rien de ce monde, c'est dû au fait que nous dormons devant lui. La conscience clairvoyante, telle que nous l'avons caractérisée à maintes reprises, conduit à reconnaître le monde devant lequel d'ordinaire nous dormons et dans lequel se trouvent les êtres humains entre la mort et une nouvelle naissance. On pénètre alors dans ce monde de telle manière qu'on peut acquérir une certaine sûreté que son âme propre traverse, psychiquement vivante, la porte de la mort et accède à un autre monde pour ensuite revenir en une nouvelle vie terrestre. Ceci n'est en somme pas difficile à comprendre lorsqu'on lit soigneusement ce qui est dans mon livre Initiation ou comment acquérir des connaissances des mondes supérieurs, ou dans des livres similaires.

**Il est en revanche plus difficile de pénétrer dans ce monde,** où l'homme évolue entre la mort et une nouvelle naissance, **afin d'en obtenir certaines relations réelles entre l'être humain incarné ici-bas et des défunts bien individuels.** Ces liens sont toujours présents d'une certaine manière, du moins entre certains vivants et certains morts. Mais de ce que je viens d'exposer, on peut voir les raisons pour lesquelles l'être humain n'est justement pas conscient de l'existence des liens entre les vivants et les soi-disant morts. C'est précisément ce que la conscience contemplative éprouve dès lors qu'elle établit un lien avec un défunt particulier, qui peut nous apprendre pourquoi l'être humain est incapable de connaître ces liens par la conscience ordinaire, ces liens réels pourtant toujours présents. Pour établir ce lien avec certains défunts par la conscience qui s'éveille, il faut en quelque sorte acquérir certaines expériences de l'âme tout différentes de celles dont on a l'habitude dans la conscience ordinaire. **C'est sur ce terrain précisément,** dès lors qu'on veut pénétrer dans la conscience contemplative du monde spirituel concret, **qu'il faut se débarrasser de toutes les habitudes prises pour reconnaître le monde physique et les remplacer par de nouvelles.** Lorsque l'être qui contemple se trouve devant un soi-disant mort bien particulier, il peut communiquer

**Du matin au soir nous sommes à moitié endormis. La part endormie partage les mêmes réalités que nos défunts.**

Écrit par : Rudolf Steiner

---

correctement avec lui, mais il doit avoir **surmonté certaines habitudes** de son âme. Dans ce cas, la manière d'éprouver en l'âme provoque naturellement, chez celui qui n'a pas l'habitude de telles représentations, un sentiment d'étrangeté. (...)

[Caractères gras S.L.]

Rudolf Steiner