



Livre numérique

La Fin du sommeil

Boismorel, Paloma de

Édité par [Ed. de l'Olivier. Paris](#) - 2024

Architecte renommé malgré lui, Pierre-Antoine est le mari d'une galeriste débordée et le père de trois enfants indifférents. A la suite d'une épiphanie, il fait croire à sa famille qu'il a un cancer de la gorge. Cette ruse lui sert à gagner du temps pour écrire un roman, trouver un sens à sa vie et raviver la flamme avec sa femme. Premier roman.

[Plus d'informations...](#)



Livre numérique

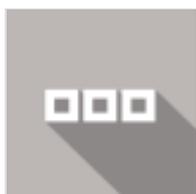
À quoi songent-ils, ceux que le sommeil fuit ?

Josse, Gaëlle

Édité par [Noir sur blanc. Lausanne \(Suisse\)](#) - 2024

Des nouvelles brossant les portraits de vies ordinaires, lesquelles reflètent une forme d'humanité, au plus près de la simplicité et des émotions du quotidien.

[Plus d'informations...](#)



Livre numérique

Le Syndrome du scaphandrier

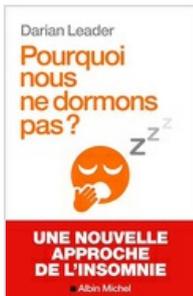
Brussolo, Serge

Édité par [Denoël](#) - 2023

David est un chasseur de rêves. Chaque nuit il s'enfonce au cœur du sommeil pour en ramener d'étranges objets que se disputent des collectionneurs avides. Si, dans le monde réel, David est un modeste fonctionnaire au service d'une administration sans visage, en rêve il mène la vie exaltante et dangereuse d'un cambrioleur aux effractions chaque fois plus risquées. Les psychologues lui affirment que cet univers parallèle n'existe pas, que ces complices, ces gangsters, ces femmes fatales des profondeurs sont un pur produit de son imagination. Mais comment en être vraiment sûr ? Et si l'on pou...

[Plus d'informations...](#)





Livre numérique

Pourquoi nous ne dormons pas ?

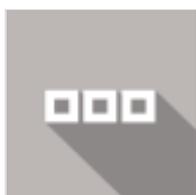
Leader, Darian

Édité par **Albin Michel**. Paris - 2020

Face à l'augmentation des traitements pharmaceutiques pour soigner l'insomnie, le psychanalyste propose de nouvelles pistes pour mieux comprendre les troubles du sommeil. Selon lui, il est nécessaire de garder à l'esprit que dormir est avant tout une expérience personnelle car chacun s'endort avec sa singularité, son histoire et ses angoisses. ©Electre 2021



[Plus d'informations...](#)



Livre numérique

Pas dormir

Darrieussecq, Marie

Édité par **POL**. Paris - 2021

Insomniaque depuis longtemps, M. Darrieussecq raconte l'aboutissement de vingt ans de voyages et de panique dans ses nuits sans sommeil ainsi que de recours désespérés et curieux à toutes sortes de remèdes, des médicaments à la méditation, en passant par les expédients les plus divers. Elle suit également les traces de l'insomnie dans la littérature, de Dostoïevski à Murakami.



[Plus d'informations...](#)



Livre numérique

Pourquoi nous ne dormons pas ?

Leader, Darian

Édité par **ALBIN MICHEL**

Un adulte sur trois se plaint de troubles du sommeil et la consommation de traitements pharmaceutiques a explosé ces trente dernières années. Dormir est devenu un problème de société. C'est l'occasion, pour le psychanalyste Darian Leader, de réfléchir à la place qu'occupe le sommeil dans nos vies et aux diverses manipulations dont il fait l'objet. Et de déconstruire les injonctions qui y sont liées, notamment celle de dormir huit heures d'une traite... Car il ne peut y avoir ni normes ni dogmes en la matière, nous dit-il : le sommeil est irréductiblement une affaire personnelle. Chacun de nous, c...



[Plus d'informations...](#)



Livre numérique

Le sommeil malmené

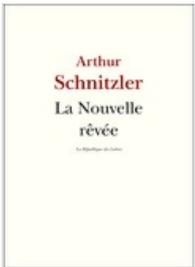
Goarant, Nicolas

Édité par **Ed. de l'Aube. La Tour-d'Aigue (Vaucluse)** - 2020

Une réflexion sur le phénomène du sommeil et ses caractéristiques. L'auteur montre qu'au-delà des paramètres intimes, ce mécanisme vital est également transformé et perturbé par les changements économiques, sociaux et technologiques du XXI^e siècle. ©Electre 2022



[Plus d'informations...](#)



Livre numérique

La Nouvelle rêvée

Schnitzler, Arthur

Édité par **Le Livre de poche. Paris** - 2018

Pendant le carnaval à Vienne, Fridolin, médecin, après la mort d'un de ses patients, est entraîné dans une soirée masquée dans laquelle tout concourt au mystère et à l'irréalité. La même nuit, sa femme Valentine rêve d'aventures empreintes de la même troublante sensualité.



[Plus d'informations...](#)



Livre numérique

Proxima du Centaure

Castillon, Claire

Édité par **Flammarion-Jeunesse. Paris** - 2018

Wilco rencontre Nicole au collège et la trouve tellement belle qu'il la surnomme Apothéose. Un jour, il l'aperçoit de la fenêtre de sa chambre et, pour mieux l'admirer, tire son bureau au bord de la fenêtre et monte dessus. Il se penche et tombe. Cette chute est le point de départ d'un récit entre rêve et réalité.



[Plus d'informations...](#)



Livre numérique

Les Rivages de la nuit

Masterton, Graham

Édité par [Bragelonne](#) - 2012

Le jour, il dévore votre chair. La nuit, il dévore vos rêves... Le premier tome de la trilogie ! Henry, Gil et Susan découvrent sur une plage le corps d'une jeune fille apparemment dévoré par des anguilles. Quelques heures plus tard, ils sont contactés par Springer, un mystérieux personnage androgyne. Celui-ci leur révèle qu'un Démon emprisonné durant des siècles s'est échappé et parcourt de nouveau le monde, s'insinuant dans les rêves et les cauchemars des gens, pour croître et se multiplier. Springer leur propose de rejoindre l'ordre des « Guerriers de la Nuit ». Investis de pouvoirs ...

[Plus d'informations...](#)



Livre numérique

L'interprétation sociologique des rêves

Lahire, Bernard

Édité par [La Découverte. Paris](#) - 2018

Une approche sociologique du rêve, un champ des sciences sociales peu développé, qui tend à définir une théorie générale de l'expression onirique en se fondant sur les travaux de Freud dont l'auteur s'efforce de corriger les manques et les faiblesses. Selon B. Lahire, le rêve est un espace de jeu symbolique délivré de toutes censures, qui donne accès à la part la plus intime de l'individu. ©Electre 2020

[Plus d'informations...](#)



Livre numérique

Le robot qui rêvait

Asimov, Isaac

Édité par [J'ai lu. Paris](#) - 2018

Un recueil inédit et illustré dont les maîtres mots sont imagination, humour et fantaisie.

[Plus d'informations...](#)





Livre numérique

La Reine des rêves

Divakaruni, Chitra Banerjee

Edité par **P. Picquier. Arles (Bouches-du-Rhône)** - 2013

Rakhi, une jeune artiste et mère célibataire qui vit en Californie, est fascinée par le don que possède sa mère d'interpréter les rêves. Des coïncidences troublantes se tissent autour de la vie de Rakhi tandis que la découverte du journal intime de sa mère ouvre la porte de secrets longtemps enfouis.

[Plus d'informations...](#)



Livre numérique

L'Interprétation du rêve

Freud, Sigmund

Edité par **Seuil. Paris** - 2014

Une nouvelle traduction des textes de S. Freud consacrés au rêve qui ouvrirent la voie à des pratiques thérapeutiques fondées sur la parole échangée avec les patients et donnèrent naissance à la psychanalyse.
©Electre 2022

[Plus d'informations...](#)



Livre numérique

Le jeu du maître - tome 03 : Fin de partie

Dashner, James

Edité par **Pocket jeunesse. Paris** - 2017

Michael, Sarah et Bryson, réfugiés dans les Appalaches, veulent arrêter le cyber-terroriste Kaine. Pour cela, ils risquent leur vie en plongeant à nouveau dans le Sommeil du VirNet pour remettre le monstre dans la boîte. En même temps, des Tangentes élaborent aussi un plan pour contrecarrer Kaine. La différence entre la réalité et le virtuel devient floue, mais aussi entre les amis et les ennemis.

[Plus d'informations...](#)





Livre numérique

La nuit appartient aux amants

Di Piazza, Giuseppe

Edité par [HarperCollins](#)

Chronique d'une obsession dans une ville rongée par la mafia. À Palerme, en 1984, un jeune journaliste ambitieux, surnommé « Sansommeil » par ses proches en raison de ses fréquentes insomnies, enquête sur le meurtre d'une prostituée de luxe. Vera, originaire de Prague, a été retrouvée sauvagement battue et défigurée à l'acide avant de mourir de ses blessures. Bientôt, le journaliste et son acolyte photographe sont chargés de couvrir un nouveau meurtre. Celui d'une jeune femme dont le cadavre est retrouvé dans un coffre de voiture. Sansommeil entrevoit un possible lien entre les deux affa...

[Plus d'informations...](#)



Livre numérique

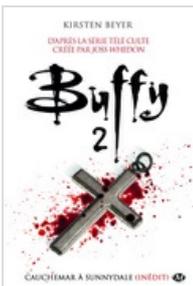
Petit éloge de la nuit

Astier, Ingrid

Edité par [Gallimard](#). Paris - 2017

Recueil de notes de lectures, de réflexions, de dialogues, etc., pour évoquer la nuit sous toutes ses formes : nuit de veille, d'insomnie, nuit d'amour ou nuit de l'esprit.

[Plus d'informations...](#)



Livre numérique

Cauchemar à Sunnydale

Beyer, Kirsten

Edité par [Milady](#) - 2012

« À chaque génération, il y a une Éluë. Seule, elle devra affronter les vampires, les démons et les forces de l'ombre. » Alors que Sunnydale est en proie à une étrange épidémie d'insomnie, une fillette disparaît. Derrière cet enlèvement se cache l'insoupçonnable instinct maternel de Drusilla. Mais peut-on être à la fois un vampire sanguinaire et une mère exemplaire ?

[Plus d'informations...](#)





Livre numérique

L'insomnie

Ben Jelloun, Tahar

Édité par [Gallimard. Paris](#) - 2019

A Tanger, un scénariste commet des meurtres afin de soulager son insomnie. Sa mère est sa première victime. Il s'associe à un infirmier et sévit dans les hôpitaux auprès de malades condamnés. En tuant un ancien tortionnaire du régime d'Hassan II, ses crimes prennent de l'ampleur. Plus la victime est importante, plus il dort. Il ignore quel crime lui permettrait de vaincre enfin son insomnie. ©Electre 2022



[Plus d'informations...](#)



Livre numérique

Multiplication

VANDROUX, Jacques

Édité par [ROBERT LAFFONT/BOUQUINS/SEGHER](#) - 2017

Jacques Vandroux : déjà 400 000 lecteurs conquis ! Une journée de travail exécration, un responsable hiérarchique qui veut sa peau, une soudaine migraine à se taper la tête contre les murs... Autant de raisons pour Christophe Calmette de rentrer chez lui en pleine journée pour chercher l'oubli dans un sommeil réparateur. Mais une surprise de taille l'attend à son réveil. De manière totalement inexplicable, il s'est dédoublé ! Les deux Christophe vont alors découvrir le large champ de possibilités que leur offre cette situation inédite. Opportunité qui va vite se révéler indispensable pour notr...



[Plus d'informations...](#)



Livre numérique

24/7

Crary, Jonathan

Édité par [La Découverte. Paris](#) - 2016

Le titre de cet essai résume l'idéal capitaliste d'une vie sans pause, active à toute heure du jour et de la nuit. L'histoire de ce processus de grignotage du temps, qui n'a cessé de s'intensifier à la période moderne, est ici retracée et illustrée d'analyses de films, de romans populaires ou d'expériences scientifiques. Les effets dévastateurs de cet état d'insomnie globale sont dénoncés.



[Plus d'informations...](#)



Livre numérique

Les annales de la Compagnie noire - L'Intégrale 4 (Tomes 9 et 10)

Cook, Glen

Édité par [J'ai lu. Paris](#) - 2016

Une partie de la Compagnie noire a été plongée dans le sommeil par Volesprit : Toubib, Madame, Murgén, etc. Ceux qui ont réussi à se réveiller partent à la recherche de leurs compagnons prisonniers d'une forteresse. Suite et fin de leurs aventures.

L'eau dort ;. Soldats de pierre.

[Plus d'informations...](#)



Livre numérique

L'Amie du jaguar

Carrère, Emmanuel

Édité par [POL. Paris](#) - 2011

Un scénariste d'Hollywood imagine en rêve une gracieuse histoire. Dans un demi-sommeil, il griffonne quelques mots qui lui permettront de reconstituer le récit plus tard. Son sujet choisi, un garçon qui rencontre une fille, il tâche d'organiser cette rencontre selon la capricieuse nécessité qui, dans son rêve, l'avait émerveillé. Premier roman. ©Electre 2021

[Plus d'informations...](#)



Livre numérique

Sauvés par la sieste

Faraut, Brice

Édité par [Actes Sud. Arles \(Bouches-du-Rhône\)](#) - 2019

20 % de la population française est en manque de sommeil chronique. Les personnes sont épuisées et leur santé est menacée. L'auteur propose la sieste comme la meilleure et la seule des solutions.

[Plus d'informations...](#)





Livre numérique

Pourquoi nous dormons

Walker, Matthew R.

Édité par [La Découverte. Paris](#) - 2018

Cette synthèse des dernières découvertes scientifiques explique comment le sommeil améliore les capacités d'apprentissage et de mémorisation, la régulation des hormones et de l'humeur, le réapprovisionnement du système immunitaire, ainsi que le ralentissement des effets du vieillissement.

[Plus d'informations...](#)



Livre numérique

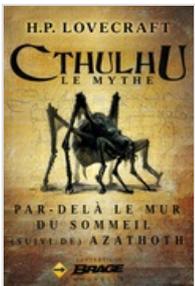
Ronflements et apnée du sommeil, c'est fini !

Aniello, Michel d'

Édité par [Jouvence. Bernex \(Suisse\)](#) - 2016

Ce guide répond aux questions concernant l'apnée du sommeil, une maladie chronique en pleine expansion, mais aussi les ronflements, et propose un programme pour y remédier.

[Plus d'informations...](#)



Livre numérique

Par-delà le mur du sommeil (suivi de) Azathoth

Lovecraft, H.P.

Édité par [Bragelonne](#) - 2015

Howard Phillips Lovecraft est sans nul doute l'auteur fantastique le plus influent du XXe siècle. Son imaginaire unique et terrifiant n'a cessé d'inspirer des générations d'écrivains, de cinéastes, d'artistes ou de créateurs d'univers de jeux, de Neil Gaiman à Michel Houellebecq en passant par Metallica. Le mythe de Cthulhu est au cœur de cette œuvre: un panthéon de dieux et d'êtres monstrueux venus du cosmos et de la nuit des temps ressurgissent pour reprendre possession de notre monde. Ceux qui en sont témoins sont voués à la folie et à la destruction. Découvrez ou replongez-vous avec un délice...

[Plus d'informations...](#)





Livre numérique

L'Empire du sommeil

Denis, Sylvie

Edité par [Atalante. Nantes](#) - 2012

Les Grands modifiés et la Charte subissent à la fois les attaques des Cartels et une épidémie de grand sommeil. Au même moment, Irina Mincor, établie sur un astéroïde, reconstitue son vaisseau tout en gardant un oeil sur son ennemie Kiris T. Kiris.

[Plus d'informations...](#)



Livre numérique

La Maison du sommeil

Coe, Jonathan

Edité par [Gallimard. Paris](#) - 2012

De bien curieux événements se déroulent à Ashdown, inquiétante demeure perchée sur une falaise des côtes anglaises, devenue une clinique où le sinistre docteur Dudden se livre à de monstrueuses expériences sur les troubles du sommeil. Par quelles coïncidences tous les personnages vont-ils s'y retrouver ? Et quelles transformations vont-ils subir ?

[Plus d'informations...](#)

