

皆さんはよく夢を見ますか。毎晩見る人も
いるでしょうし、ほとんど見ないという人も
いると思います。

しかし、実は、夢を見ない人はいないので
あります。

私たちは、寝ているとき、深い眠りと浅い
眠りを繰り返しています。深い眠りのときは、
体も脳も休んでいます。しかし、浅い眠りの
ときは、脳が働いていて、夢を見ているので
あります。