



Sommeil, nuit: récits

Un inventaire onirique

L'archéologie ou grille archéologique, la fouille de la matière, la recherche du dessous-la-terre. L'objet de la fouille est justement de mener à l'objet. Objet fossile, objet social, objet-sujet, objet symbole. Voici le point de départ de notre réflexion: comprendre comment les objets de l'ordinaire font sens et symboles, identifier des poésies faisant corps avec eux.

A travers mes recherches, j'ai souhaité me concentrer sur une matière en particulier: celle du sommeil. A quatre-vingts ans, un être humain aura passé en moyenne vingt-six ans de sa vie à dormir. Qu'en est-il de cette vie, de ce temps nocturne? Quels sont ses rites, son langage, ses symboles? Quel est le récit du sommeil?

L'idée de ce mémoire est d'aborder plusieurs éléments liés au sommeil, d'interroger sa dimension à priori passive ou invisible dans notre quotidien, d'en faire ressortir son univers voire sa substance active, transformative.

La vie nocturne étant intrinsèquement liée au diurne, il me paraît en effet intéressant d'aborder la porosité des frontières entre ces deux mondes. Bachelard parle de dormeurs éveillés lorsqu'il évoque toute personne productrice d'imaginaire. Cette idée de pont entre imaginaires nocturnes et diurnes me paraît essentielle pour adresser la question évoquée. A travers une démarche exploratoire, agrégative et non exhaustive, nous tenterons alors de dresser un certain portrait, une collection d'éléments autour du sommeil.

*« La blonde porte une écuelle de pierre, qu'elle pose devant nous sur la table. Le lait était noir. Chacun s'en étonne, mais personne n'ose exprimer sa découverte; on pense: eh bien! quoi, il fait nuit, je n'avais jamais trait de chèvres à cette heure-ci, c'est donc que, dès le crépuscule, leur lait s'assombrit et qu'à deux heures du matin, il est comme de l'encre... Nous goûtâmes tous au lait noir de cette chèvre nocturne... » **

Sommeil: Sommaire

- I. Révélation bleue, cyanotypes
- II. Berceuse radicale, voyage brésilien
- III. Les corps, les traces
- IV. Le parti pris de la nuit
- V. Sommeil et involution
- VI. Rêveries, cartes postales

Révélation bleue

Il me semblait essentiel de passer par un dispositif de révélation visuelle pour aborder l'idée du sommeil, notamment pour le phénomène suivant. Le 8 février, le compte Facebook du CNRS évoque un fait particulier lié à l'endormissement en publiant la photographie d'une mathématicienne, voici le texte l'accompagnant:



*« Pourquoi la mathématicienne Susanna Zimmermann sourit-elle sur cette photo? Elle repense à un théorème qu'elle est sûre d'avoir démontré la veille avant de s'endormir. De retour à son bureau, elle esquisse ses réflexions et ses preuves. Son sourire témoigne de sa satisfaction: le théorème et la preuve étaient corrects! » **

Cette fulgurance nocturne ne semble pas être le seul fait de S. Zimmermann: au moment où le corps est déjà alourdi de sommeil, semi-enrobé par le creux du matelas, l'esprit à peine éveillé, à peine endormi (où se trouve la limite?) il semblerait que nombre d'idées surgissent. Si Susanna est parvenue à se souvenir de la démonstration de son théorème, cela ne semble pas être systématique. Dans les cas où on ne se souvient pas des idées nocturnes, qu'elles soient rêvées ou non, que deviennent-elles? Lorsqu'elles disparaissent, vers quel lieu vont-elles, en quoi se transforment-elles?

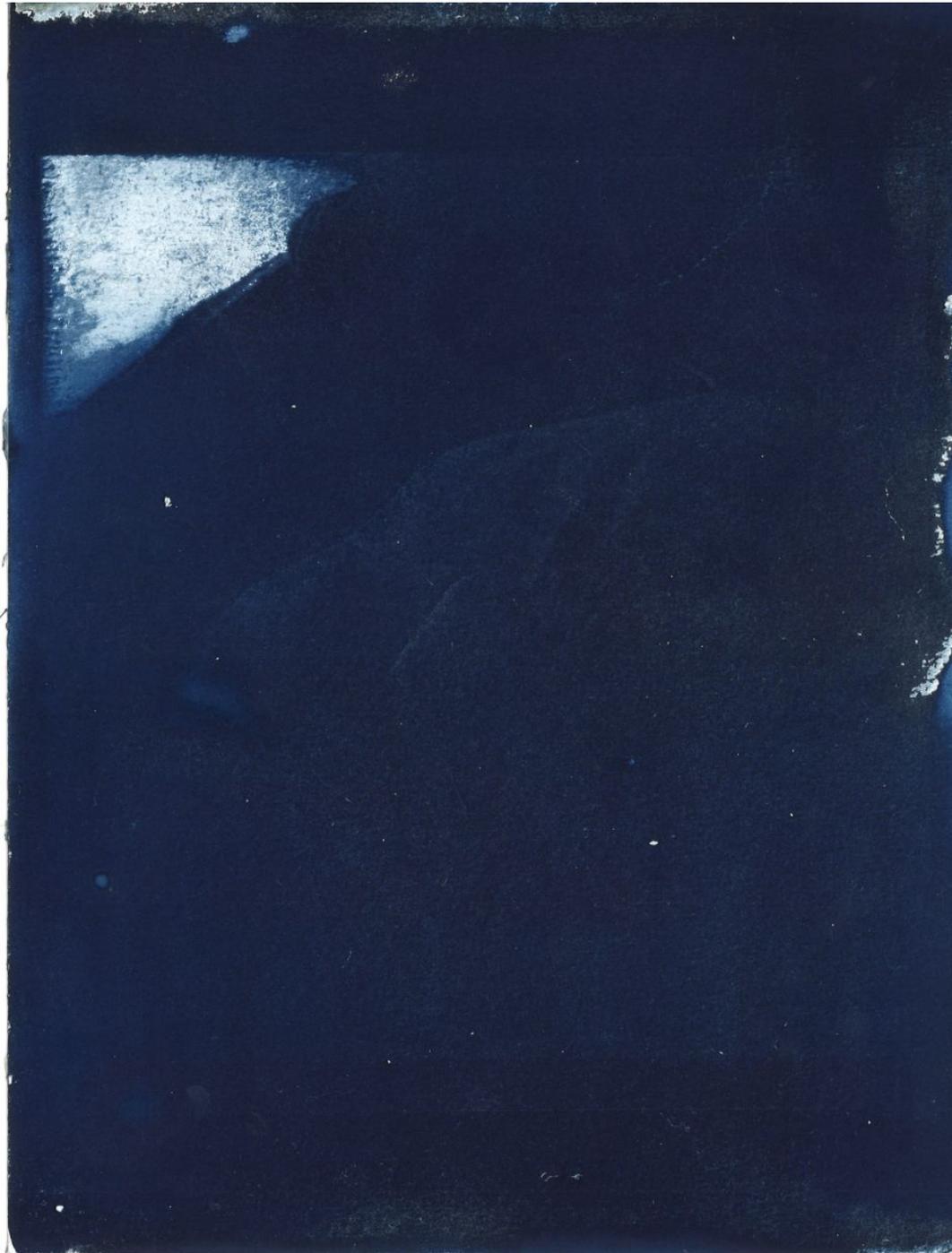
Dans ce mémoire, pour tenter d'y répondre, nous nous essayons au cyanotype, procédé de révélation photographique au résultat bleu.

Le cyanotype est un procédé photographique monochrome négatif ancien, par le biais duquel on obtient un tirage photographique bleu de Prusse ou bleu cyan. Cette technique a été mise au point par le scientifique et astronome anglais John Frederick William Herschel en 1842. Pour réaliser un ou des cyanotypes, il s'agit en premier lieu d'appliquer en chambre noire une solution ferrique sur un papier d'une bonne épaisseur. Lorsqu'il est sec, il peut ensuite être exposé aux UV accompagné d'un négatif si l'on veut, comme dans mon cas, faire apparaître une photographie. Après quelque temps à la lumière du jour (entre trois minutes et une heure trente selon l'ensoleillement et la période de l'année), on peut retirer le négatif et plonger notre papier sous l'eau. La solution ferrique alors plutôt verte passe au bleu et au blanc selon les contours du négatif choisi.

Le cyanotype me paraissait évident pour mêler image et sommeil (intrigant, j'avais écrit soleil), non seulement parce que ce dernier est selon les personnes interrogées au cours de ma recherche, bleu, mais aussi et surtout pour son processus intrinsèque de transformation. Le moment exact de la révélation, ce qui est enfoui, ce qui médite et repose la nuit, apparaît lorsque l'on confronte la matière au grand jour.

Au fil de ces pages se dévoilent ainsi le résultat de ces expérimentations bleues, certaines laissant apercevoir les photographies de personnes endormies initialement choisies; d'autres «accidentées» dévoilent seulement des formes, des tâches, des effets inattendus.





Berceuse radicale, voyage brésilien

Lors des entretiens passés dans le cadre de ma recherche, plusieurs fois le manque de sommeil a été évoqué. Lorsque le manque de sommeil était lié à des soucis d'endormissement ou des insomnies, les interrogé.es identifiaient assez aisément un ou des événements tracassants voire angoissants comme les responsables de leur éveil subi. Lorsque je demandais ce que l'on pouvait envisager pour améliorer la qualité du sommeil, les réponses étaient unanimes: au moment du coucher, arrêter le fil de sa pensée, «débrancher son cerveau», créer une boîte à soucis dans laquelle on pourrait à sa guise enfermer ces derniers pour se livrer entièrement au repos.

Je pensais alors aux berceuses et les mondes qu'elles offraient au sommeil, les mondes qu'elles offraient comme échappatoire à la pensée lorsque j'étais enfant. Je me disais qu'il n'y avait pas vraiment de berceuses pour adultes. Certains, certaines écoutent le bruit de la pluie, de l'ASMR (Autonomous Sensory Meridian Response, des bruits qui, en somme, favorisent un état relaxé), de l'hypnose, des sons de la nature; personne n'a cité de berceuse. En même temps, une berceuse pour quel monde? Ce qui nous berce ne sera plus nécessairement les projections de contes de fée, la princesse Disney à l'heure de me too se voit d'ailleurs évoluer dans un tout nouvel espace. Je me suis demandé quel récit nous ferait du bien, quel monde imaginaire amènerait sérénité lorsque la colère, l'angoisse, tout autre trouble empêche de dormir. Grâce aux informations récoltées auprès des personnes interrogées, en ajoutant quelques intuitions personnelles, voici une berceuse radicale, puisque radicalement différente de notre société actuelle, inspirée par une fameuse berceuse brésilienne existante: « Se essa rua fosse minha ».

Se essa rua fosse minha

Se essa rua, se essa rua fosse minha. Eu mandava, eu mandava pessoal ser livre sem ódio, sem racismo no rádio ou na qualquer outra onda. Se essa rua, se essa rua fosse minha, Eu mandava, eu mandava ladrilhar com pedrinhas, com pedrinhas de brilhante. Se essa rua, se essa rua fosse minha. Eu mandava pessoal de qualquer orientação sexual, qualquer identidade de gênero dançar na chuva, no céu azul. Para o meu amor, para todo amor desfilar.

Nessa rua, nessa rua tem um bosque que se chama, que se chama bosque mágico, nesse bosque nem os agroquímicos nem a corrida para o crescimento existem. E assim que o bosque fica livre. Dentro dele mora vida, vida sagrada. Que roubou, que roubou meu coração. Quem roubou o que? Nesse bosque, ninguém rouba ninguém, as pessoas deixaram de ser covardes. Nesse bosque, tem uma árvore protetora, uma das últimas árvores protetoras no mundo. Nesse bosque, tem uma árvore, uma árvore vermelha que se chama Pau-Brasil.

Si cette rue était mienne

Si cette rue, si cette rue était mienne. Je laisserais le monde aller librement sans haine, sans racisme ni à la radio ni sur aucune autre onde. Si cette rue, si cette rue était mienne, je la voudrais carrelée de pierres, de pierres brillantes. Si cette rue, si cette rue était mienne, je laisserais aller librement toutes les identités de genre, toutes les orientations sexuelles danser sous la pluie, danser sous le ciel bleu. Pour que mon amour, pour que tout amour parade.

Dans cette rue il y a une forêt qu'on dit être enchantée, dans cette forêt ni pesticides ni course à la croissance existent. C'est ainsi que la forêt reste libre. A l'intérieur vit la vie, vie sacrée, vie qui a volé mon cœur. Qui a volé quoi? Dans cette forêt, personne ne vole personne, dans cette forêt, nous avons arrêté d'être lâches. Dans cette forêt, il y a un arbre qui la fait vivre, un des derniers arbres protecteurs du monde. Dans cette forêt, il y a un arbre, un arbre rouge, un arbre rouge qu'on nomme bois-brésil.



Les corps, les traces

Pourquoi se réveille-t-on parfois avec des traces de draps sur le corps? Pourquoi certains jours plus que d'autres? Un collègue arrive jeudi matin au bureau cette question au bout de la langue. Rapidement, je commence à observer les traces dessinées par mes draps au quotidien.

A priori lorsque l'on dort le corps reprend le dessus sans être empêtré dans les méandres de la conscience. Je pensais aux traces du corps au matin, je me disais que parler d'aléatoire quant au tracé de ces marques serait potentiellement une vulgaire erreur. Pourquoi les mouvements du corps ensommeillé seraient-ils plus aléatoires que ceux du corps éveillé? Le contraire est d'ailleurs envisageable: le corps éveillé suit le mouvement que l'esprit lui dicte, le geste diurne paraît bien plus conscientisé que le geste nocturne. Le geste nocturne serait-il alors dicté par le corps lui-même, par l'inconscient, par les deux ou plus? N'ayant pas la réponse à cette question, je me décide à écrire des haïkus sur le sujet.

Le haïku, poème japonais, convoque l'imagination par la suggestion: il s'essaie en trois vers à dire beaucoup en disant le moins possible. Ce procédé volontairement brumeux et minimaliste me paraissait approprié pour aborder le mystère des traces de draps sur le corps. Ce qui me semble qu'elles témoignent, c'est qu'une histoire que l'on ne connaît pas dit qu'elle a existé.

Tentative de haïkus sur les draps et le corps

Au matin un baiser chaud,
Encore tout chaud sur ma peau,
Le tracé des draps a traversé la nuit.

Le dessin, qui le trace?
Le corps dormant, vivant, maîtrisant?
Le drap fougueux, joyeux, enveloppant?

Le drap embrasse le corps,
Le corps embrasse le drap,
Tout ça si fort que la trace embrasse les deux.

Ce matin oui,
Hier matin non,
Le corps et les draps ont leur raison que seule la nuit connaît.

La nuit,
La nuit sur ma peau,
La nuit a dessiné mes draps.

Au début le corps chaud,
Au milieu le repli dans l'enveloppe drapée,
Au réveil le dessin, au réveil la rencontre des deux.



Le parti pris de la nuit

Ce chapitre s'inspire directement du recueil de poèmes de Francis Ponge *Le Parti pris des choses* publié en 1942. Le poète dans cet ouvrage anime les pseudo-inanimés objets du quotidien: la baguette, l'éponge, le cageot, la bougie, la pluie... L'écriture de Francis Ponge les fait parler, leur donne vie, leur donne ou rend leur enchantement. Il me semblait qu'un exercice similaire était possible autour de la chambre endormie et de son apparent calme. L'idée du parti pris de la nuit est d'appliquer le même processus aux objets qui entourent le sommeil, période à priori inanimée ou inactive. Nous proposerons ainsi des récits grâce à un interrupteur phosphorescent, à une ou des peluches, à la couette chaude en hiver, au pain grillé au réveil, à la veilleuse et au pied sorti des draps.

La peluche

La peluche molle, un peu dure, la peluche à suçoter, la peluche caressante, la peluche caressée, la peluche chaude, la peluche tout contre soi. La peluche des années après, la peluche à trente ans. La peluche oreille cassée, la peluche à moitié sur le visage à moitié dans la bouche. La peluche baleine, la peluche ours, la peluche lapin. La peluche bout de tissu difforme. La peluche difforme à l'achat et la peluche difforme des années de manipulation plus tard (c'est une souris ça se voit pas?). La peluche espoir-que-cette-peluche-soit-sélectionnée-par-l'enfant-comme-peluche-préférée. La peluche lien, la peluche serrée dans la main. La peluche corps, la peluche perdue puis retrouvée. La peluche perdue puis remplacée. La peluche bouillotte hérisson pour le corps endolori: la peluche pour adulte, fonctionnelle mais quand même, sacrément peluche.

L'interrupteur phosphorescent

L'interrupteur phosphorescent de la lampe sur la table de nuit voyage dans le temps. L'interrupteur phosphorescent se cache parfois plusieurs années pour surgir aux alentours de vingt-trois heures, lorsque vous vous endormirez au détour d'une nuit chez une cousine. Je le sais, je l'ai vécu. Au détour d'un livre fermé à l'instant, d'un parcours du combattant dans le noir en s'accrochant au rideau pour faire tarzan la banane, rideau déchiré laissant hébétée son, sa Tarzan les fesses subitement écrasées sur le sol de la chambre, au détour d'histoires qui font peur à l'adolescence, sûrement avec une dame blanche qui traîne au coin d'un miroir, au détour d'un scroll instagram des années plus tard, l'interrupteur phosphorescent surgit à l'extinction des feux. Alors, cet instant dans le onzième arrondissement de Paris ravivera le souvenir de la chambre choletaise au lit bateau et ses sauts enfantins. Alors, au milieu de la nuit, lorsque les lumières seront éteintes, le souvenir luira.

Couette chaude en hiver

Les paupières lourdes le corps au chaud, le cil goûte à la bise hivernale. Impossible ne serait-ce que de penser à sortir du sauna nocturne au milieu du jour alors que le réveil tambourine aux oreilles. Laissez-nous donc hiberner, crie l'humain refusant toute la tragédie de son être. La couette alors murmure: allons allons Célestin, si je suis ici, c'est justement que vous n'êtes ni ours ni hérisson, d'ailleurs si l'ours et le hérisson avait une couette et un manteau, ces deux-là n'hiberneraient sûrement pas. Suite à cette explication, Célestin se leva paisiblement en pensant à la pénible tâche que serait pour le hérisson d'enfiler tous les matins un manteau qui conviendrait à sa morphologie. «Une sorte de manteau passoire, quelle corvée! Ravi d'être humain finalement, bien merci la couette!»



Pied sorti des draps

De l'orteil au mollet, une curieuse partie du corps s'essaie parfois à explorer hors de sa tanière. Une chouette, un chat, un singe? Pour quel animal curieux le pied sorti de la couette se prend-il? Puisqu'il doit avoir ses raisons, j'ai dressé une liste de potentiels pourquoi du comment du pied à l'air libre. Premièrement, il pourrait s'agir d'une porte de sortie pour les cauchemars, lorsque la terreur est sous les draps, allons chercher l'air à l'extérieur. Ou pourrait-on y voir une solution de respiration de secours si la bouche et le nez n'assuraient plus leur fonction vitale pendant la nuit (l'orifice de respiration se cache sous l'ongle du gros orteil, l'activation se fait en pilote automatique). En y réfléchissant, l'expression botte secrète est d'ailleurs probablement liée au pied sauvage s'échappant de la couette, le coup imparable pour passer une nuit reposante étant de sortir sa botte du lit. Après quelques recherches et alors qu'internet semble guider ses réponses vers une simple répartition de la chaleur corporelle, nous préférons penser que le pied à l'air libre dispose simplement d'un goût prononcé pour la contradiction, il est français somme toute: lorsque tout le corps choisit d'imposer que le confort c'est de se blottir au chaud, une partie va le questionner sérieusement. Quand le pied dit, on sort de la couette, il dit aussi: allons manifester, on n'est pas des moutons.

Pain grillé au réveil

Le dimanche, en vacances ou pour les chanceux et chanceuses un peu plus souvent, l'odeur du pain grillé vient s'immiscer dans les naseaux matinaux. Une promesse: la chaleur du pain en bouche à la sortie du lit - nid chaud. Un double saut s'opère alors: la tartine du grille-pain, les dormeurs et dormeuses de leur sommeil. Le saut humain reste évidemment moins brutal que le bond voire rebond de la tartine parfois digne de danses folkloriques. Le saut du réveil se fait lui doucement, rassurant, invitant chaleureusement les papilles à perpétuer le berceau de la nuit.

La veilleuse

J'ai une sœur qui s'appelle Iris et qui voit tout. On l'appelle « œil de lynx » depuis qu'elle est née, je l'appelle quand je ne trouve pas quelque chose dans une pièce; il suffit qu'elle y mette un pied pour que vienne à ses mains l'objet recherché. Iris voit tout mais refuse de voir le noir depuis toute petite. Iris dort la porte ouverte, Iris dort avec une veilleuse. Iris doit distinguer autre chose que le noir complet sinon ça l'effraie. Je l'appelle pour la questionner à ce propos. Elle dit: « On ne sait pas ce qu'il se passe dans le noir. Quand je ne vois plus, je peux imaginer trop de choses qui font peur alors que quand il y a la lumière on voit le réel. T'as capté. » J'ai capté. Je capte aussi que la veilleuse en verre en forme de baleine de notre enfance a dû bercer ses nuits des années durant, plus que bercer, où l'a-t-elle fait voyager? Iris a dû passer des nuits à dos de baleine, Iris a sûrement sauté sur son geyser, rencontré dauphins, orques, sirènes et tritons. Pour replonger tout à fait dans l'enfance et ses sirènes, à la fin, à la toute fin d'un fameux dessin animé qui animait souvent nos dimanches après-midi, je me souviens que le Roi Triton dessinait un arc-en-ciel autour d'Ariel et ses jambes si désirées. Pour replonger tout à fait dans nos yeux d'enfants, je me souviens que le Roi Triton dessinait dans le ciel l'écharpe d'Iris.



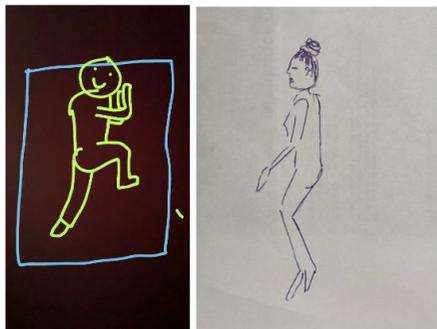
Sommeil: l'involution de l'esprit et du corps

« Pris dans ses aspects humains, le repos est dominé nécessairement par un psychisme involutif. Le repliement sur soi ne peut pas toujours rester abstrait. Il prend les allures de l'enroulement sur soi-même, d'un corps qui devient objet pour soi-même. » *

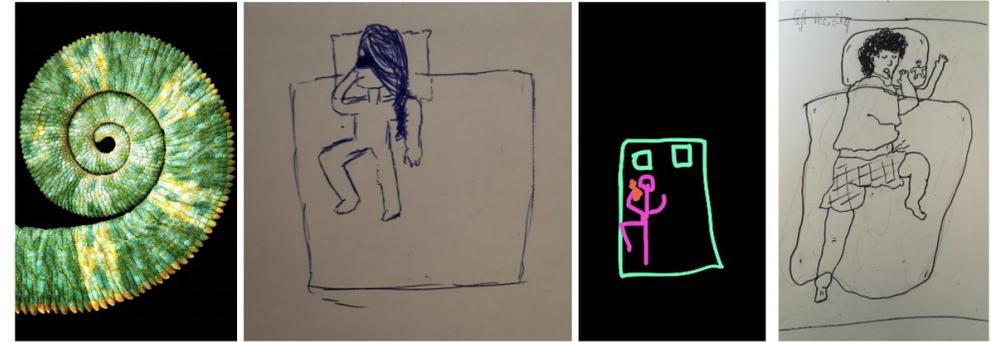
A l'heure du sommeil, ce principe d'involution psychique semble s'incarner dans des mouvements du corps en particulier. J'ai demandé aux personnes interrogées dans le cadre de ma recherche de se dessiner la position de leur corps lorsqu'elles dorment. En résultent des dessins de corps repliés, les bras ou main sur le ventre, les seins, les genoux vers le nombril, les mains sous la tête ou sous l'oreiller, le plus souvent de profil. La notion d'involution, l'enroulement du corps évoqué par Bachelard se matérialise dans les traits suivants par les interviewées:



Siloé,

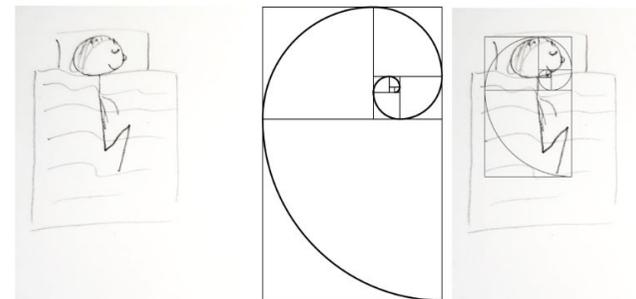


Emma et Mathilde,



Une queue de Caméléon, Aurore, Iris et Emma.

La spirale de Fibonacci ou spirale d'or, l'enroulement parfait? J'ai voulu placer la spirale de Fibonacci autour des dessins des personnes interrogées. Comme on peut le voir ci-dessus, la proportion s'adapte parfaitement au corps, en alignant le buste du corps avec la spirale, le corps s'enrobe naturellement au creux de sa coquille de protection.



Natalie, spirale de Fibonacci, spirale de Natalie Fibonacci. Bonne nuit!

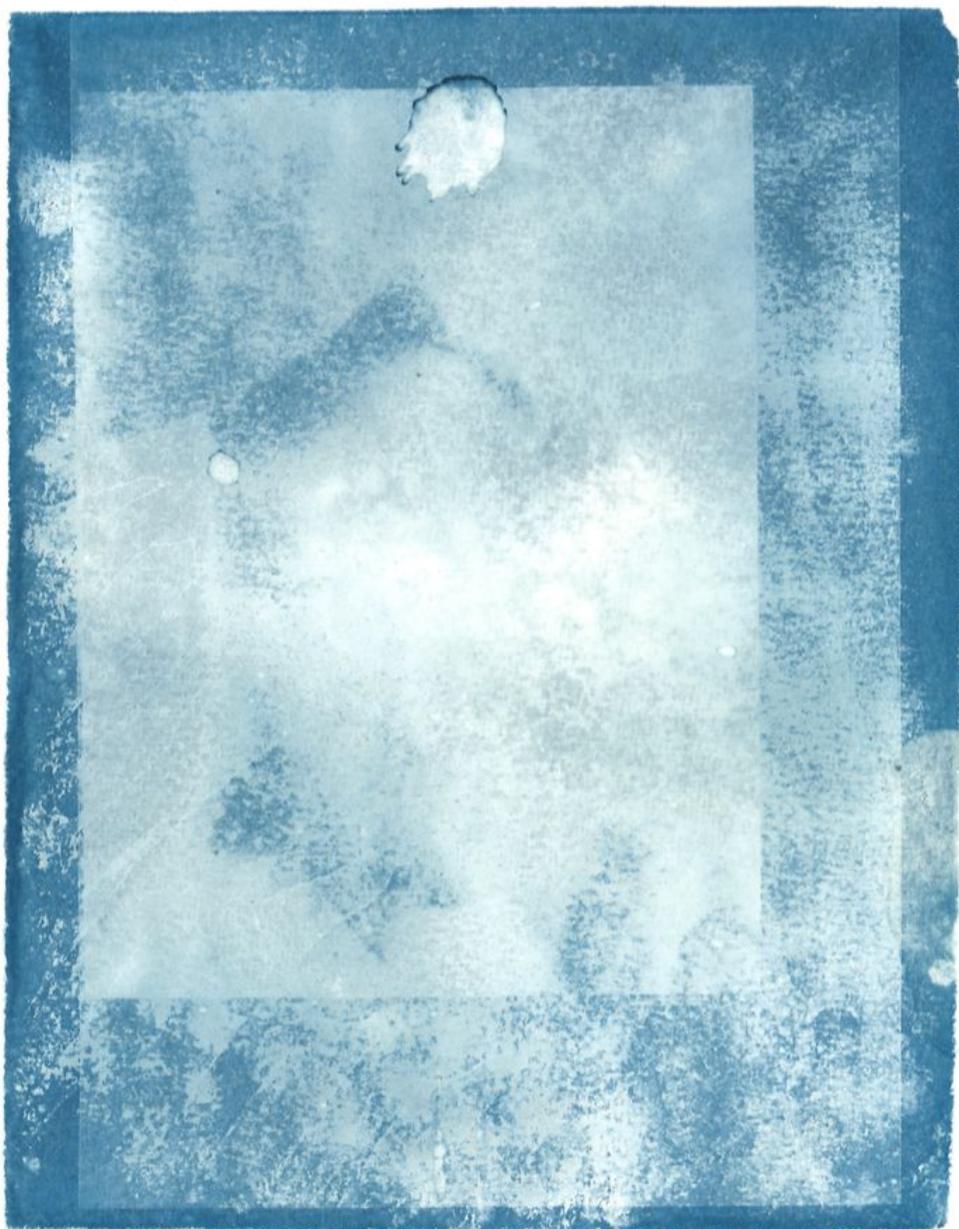
Rêveries

A la manière de Georges Perec dans son ouvrage L'Infra-ordinaire, voici une collection de rêves ou cauchemars, une multitude de cartes postales nocturnes récoltées au cours de ma recherche ces derniers mois auprès de personnes que j'ai interrogées via des entretiens ou en posant la question autour de moi.

« J'étais dans un vieux manoir (dans le dessin animé Anastasia) et un paon voulait absolument monter sur mes genoux, alors que je décidais de lui faire un câlin, il se mit à me mordre très fort. Je n'arrivais plus à me débarrasser de lui, mais lorsqu'enfin je réussissais, je le jetais par terre. Lui, par terre, faisait la roue. »

« J'ai rêvé que ma mère accouchait, nous étions à l'hôpital, il y avait beaucoup de monde dehors qui attendait pour voir le bébé dont mon père. Après l'accouchement, il me demandait pourquoi je n'avais pas attendu comme tout le monde dehors et je lui répondais que je préférais être auprès de ma mère à l'intérieur, que j'avais trop peur qu'il lui arrive quelque chose, qu'elle était quand même vieille pour avoir un enfant. J'étais stressée, j'étais allongée sur le canapé, j'entendais les indications de la sage-femme et j'étais en colère contre elle, j'avais peur qu'elle fasse du mal à ma mère, qu'elle ne lui donne pas les bonnes indications. Finalement tout se passait bien, le bébé naissait, ma mère le portait vers moi, ma mère me présentait ma sœur. Mon cœur fondait véritablement, tout d'un coup et de manière très forte je réalisais que je l'aimerai toute ma vie, que je ne pourrai pas faire autrement. Elle entrait dans ma vie et c'était très heureux mais aussi un peu angoissant d'aimer si fort et si immédiatement quelqu'un. »





« C'était un rêve avec des serpents, quand ça m'arrive c'est horrible, au réveil je saute de mon lit pour vérifier dans toute la chambre s'il n'y a pas un serpent qui traîne. Il m'est arrivé dernièrement de chercher un rat fictif pendant une demi-heure dans mon appartement à trois heures du matin. Bref, on était sur un chemin, on tournait un film. j'étais réalisateur, et on était avec l'équipe de tournage en Inde. On se balade et au début il y a un serpent qui apparaît sur le chemin de terre sur lequel on marche. On le sort, et alors un autre apparaît plus loin. On dégage les serpents progressivement mais ils se multiplient au fur et à mesure du chemin jusqu'à transformer le chemin en amas de serpents. Tout le monde poursuit sa route comme si de rien n'était alors que moi je pète un câble, jusqu'à me réveiller. »

« Je me retrouve dans mon rêve sur un terrain de basket et je comprends immédiatement que le niveau est assez haut, en fait je me rends compte que je joue en équipe de France. Dans cette équipe, il y a les visages familiers de joueuses professionnelles qui me donnent une vraie sensation de réussite. Je me souviens du match, du toucher du ballon pendant le match, c'était contre l'équipe d'Espagne, à savoir les grandes concurrentes de l'équipe de France. Le match se passe bien et on gagne la finale, on fête ça, on boit des coups avec toute l'équipe. C'était super convivial. »

« Je me souviens une fois m'être réveillée avec un très beau rêve. J'étais jeune, j'étais très heureuse d'avoir fait un rêve aussi chouette. Au moment d'arriver au petit déjeuner, mon frère raconte le rêve de sa nuit et c'était exactement le même que le mien. Non seulement j'étais abasourdie mais en plus je me disais que je ne pourrais jamais raconter le mien, que c'était sûr, personne ne me croirait. Je me souviens m'être dit que mon frère m'avait volé mon rêve, j'étais triste et dégoûtée. »

« J'ai rêvé que je voyais mon père et son ami Olivier, on était dans un magasin et j'y travaillais. Je faisais pipi derrière la caisse alors qu'il y avait des toilettes à côté et il y avait aussi des douches cachées dans des murs. Je sais que je devais voir mon père pour lui parler mais ça n'arrivait pas. Juste après on était dans la maison d'Olivier, ce n'était pas sa vraie maison dans mon rêve mais c'était quand même sa maison, et je n'arrivais pas à me servir d'eau, il y avait un problème d'arrivée d'eau. Cette histoire de fluide dérangé nous suivait du magasin jusqu'ici finalement. A la fin de mon rêve, Olivier était debout dans le salon, déclamaient quelque chose pendant que tous les autres, assis, l'écoutaient. »

« Le rêve récurrent de mon enfance, c'était qu'on m'enfermait dans un sarcophage. »

« J'étais dans la cour de récré et c'était le jour où le cross de l'école était organisé, j'étais hyper stressée, j'avais un peu envie de faire un bon score donc je présentais une forme d'angoisse quand j'étais dans la cour. Je décide de m'asseoir au pied d'un arbre de cette cour dans laquelle je me sentais un peu exclue de l'atmosphère festive du cross quand je me mets à regarder mes pieds et je me rends compte déjà que je suis complètement nue, ensuite que mes pieds se transforment progressivement en navets. Mes orteils prenaient véritablement la forme d'un gros navet et je pouvais les cueillir. Je me mets comme ça à cueillir mon navet de pied qui me permet finalement de me faire des vêtements. Je suis toujours sous cet arbre en train de regarder mes pieds faire des navets et un groupe de garçons arrive et je me mets à leur offrir ces navets. J'offre donc mes navets de pieds à ces garçons puis le début du cross commence, finalement je plongeais dans la Seine. Je me retrouvais au milieu de Paris, je plongeais dans la Seine et là c'était le début du cross. »





« Mon rêve se déroule en festival mais commence dans un village médiéval que je dois fuir. Je longe une route à pied, parfois à cheval, je me cache lorsque des voitures passent pour ne pas me faire repérer. J'ai l'impression qu'il y a une guerre, j'arrive sur ce camp de festival. Au début j'ai peur mais je me rends rapidement compte que personne n'en a quelque chose à faire de ma présence. Je vais me coucher tard, au petit matin, quand une ukrainienne interviewe une fêtarde en lui demandant si elle est au courant de la situation avec McDo en Ukraine qui donne énormément de passe-droits à la Russie. Je finis par aller dormir avec ma sœur où nous créons un univers fait de gommettes au début qui devient une sorte de paysage enchanté très réel à la fin, on prend de la neige sur une colonne de glace qui est d'ailleurs sous l'eau, on en met sur des sapins taille maquette très réels. »

« Dans mon rêve je me disais que j'avais trouvé un truc trop bien pour m'auto-érotiser, à savoir mettre un beau caleçon boxer moulant gris et un ancien soutien-gorge blanc Etam avec un peu de paillettes. Je pensais pouvoir profiter de cette auto-excitation mais non, finalement, comme dans tous mes rêves en ce moment, je n'avais ni le temps ni l'espace pour me masturber. »

« Le dernier rêve dont je me souviens c'était au mariage d'une amie et je me rendais compte que je n'avais pas de costard. Je me précipitais donc chercher un costume aux Galeries Lafayette mais tout était fermé, je me rends compte que l'heure même du mariage est dépassée quand je croise justement mon amie à ce moment-là, celle qui devait se marier. Elle aussi finalement cherchait une tenue alors que l'heure du mariage était déjà passée. »

« Je rêvais que je faisais une blague à une fille, je lui disais que je vivais dans un champ de melons alors que c'était pas du tout vrai. »



« J'ai rêvé que je chiais devant ma boss. »

« Mon jardin était devenu de l'eau, alors j'y vais et je nage, je nage, et puis là il y a un vieux monsieur qui commence à suffoquer donc je vais nager pour l'aider. Et là un peu comme dans Harry Potter il devient une sorte d'animal des eaux et il me tire par les pieds très très bas. Je fais souvent des rêves d'eau et souvent des rêves où je descends trop bas dans l'eau. Du coup il tire super bas et je retiens mon air mais j'ai le temps de penser «Tiens, on est trop bas, j'ai plus d'air pour remonter maintenant.» Comme dans mes rêves ou cauchemars je trouve toujours des solutions, je me dis que j'ai sûrement assez d'air pour aller sur le côté. Je ne sais pas pourquoi je m'imagine que sous l'eau à cette profondeur il y aura de l'air, qu'il y aura juste une bulle d'air, et ça me rassure. »

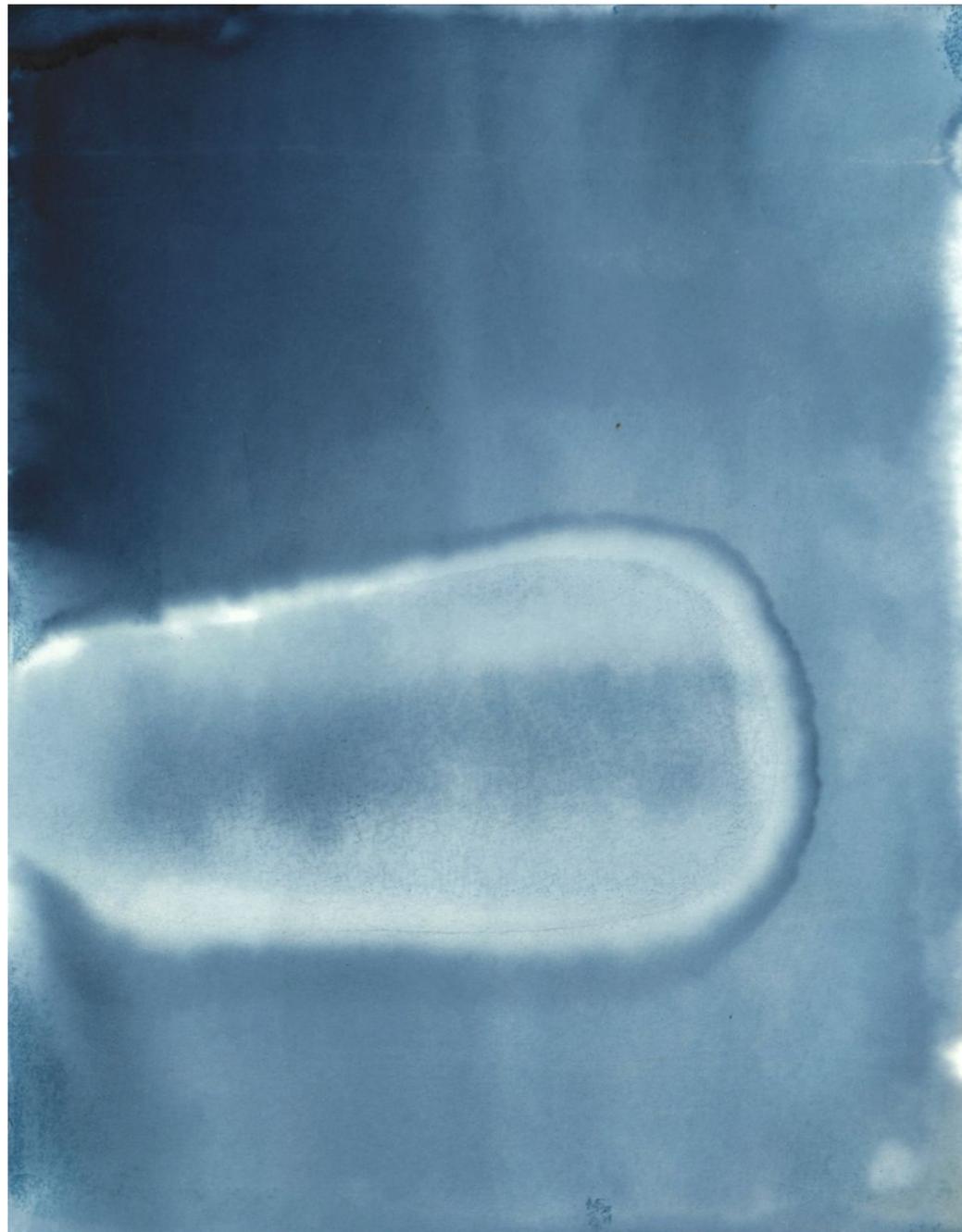
« Je me retrouvais dans un autre espace-temps, une espèce de boule noire remplie d'eau dans laquelle il y avait une salle avec un mec dont on voyait tous ses muscles, tous ses ligaments, il n'avait absolument pas de peau. Il me faisait manger une soupe à base de têtes, de cervelles et de saucisses de chair humaine, il se régalaient et moi j'étais dégoûtée. J'essayais de sortir de ce monde parce qu'à la base je faisais une balade en vélo au bord d'un canal et j'étais bien. J'avais été projetée là-dedans et je voulais juste retourner faire une balade à vélo et que ce cauchemar s'arrête. »

« Mon dernier rêve se déroule dans une cuisine et il y a un homme du travail que je ne connais pas qui ment et se plaint. Il se plaint de quelque chose lié à un micro-onde, je ne pourrais pas exactement dire quoi, ce que je sais surtout, c'est qu'il ment et qu'il se plaint pour rien. »

« Je voyais qu'il y avait un ver dans mon lit et du coup je regardais un peu partout et en fait je me rendais compte qu'il y avait des œufs et des mues de mouche et des araignées aussi bien vivantes que mortes qui étaient assez grosses. Je ne comprenais absolument pas ce que tout ce monde faisait dans mon lit. »

« Mon rêve préféré, c'est un rêve où je pouvais voler. »

« J'étais dans ma cantine de lycée et je sais qu'on s'échangeait de la nourriture selon les portions et les goûts de chacun. Je vois arriver cet homme avec des grands cheveux bruns longs bouclés, très charismatique, qui me dit qu'il a une trentaine de cuisses de poulets en trop donc je lui dis qu'on fait l'échange. Je me retrouve à cuisiner ces cuisses de poulet en couscous le soir puis je revois cet homme deux jours plus tard qui me dit qu'il a été bête de me donner ces cuisses de poulet parce qu'il vit en collectivité avec une trentaine de personnes et que ça aurait pu permettre de nourrir tout le monde, mais que bon, il me les a échangé parce que je suis venue lui parler, que je lui ai plu et il me dit qu'il voulait me donner quelque chose sur le moment, que du coup sans réfléchir il m'a dit oui pour le poulet. Je lui propose de lui ramener une marmite de couscous déjà cuisiné pour la partager avec les personnes de sa collectivité, il accepte et on se donne rendez-vous le lendemain. Dans mon rêve je me fais belle pour ce rendez-vous, je me rappelle mettre du rouge à lèvres, chose que je n'ai pas fait depuis cinq ans je pense, je me rappelle avoir un beau tailleur blanc. Je me rappelle me regarder dans le miroir et me dire que si j'étais une autre personne j'aurais envie de moi, j'aurais envie de me draguer. J'étais pleine de confiance en moi au moment de retrouver cet homme pour cet échange de poulet; homme qui finalement n'est pas arrivé, qui finalement n'est pas venu au rendez-vous. La fin de mon rêve ensuite est un peu floue. »





« J'ai rêvé d'une espèce d'acrobate circassien qui se suspendait au fils électriques des lignes entre les poteaux avec ses mains ou parfois en tenant un skate qu'il tenait entre ses mains pour glisser sur le fil. Tout cela, il le faisait très haut du sol, nous étions une bande de filles qui je crois habitaient et étudiaient ensemble, un peu comme dans un pensionnat. Nous voulions absolument l'interviewer, il était très beau et très séduisant de par sa confiance, une fille disait ça, être séduite par sa confiance. Les questions fusaient, je n'arrivais pas à poser la mienne qui était: est-ce qu'il vous arrive d'avoir peur que vos mains vous lâchent? L'entretien était prolongé dans le hall d'un immeuble chic où il se mettait à draguer tout le monde. Il m'embrassait et je lui demandais s'il avait embrassé toute la classe. Il me répondait que oui, que des jolies filles. A la fin il n'y avait plus du tout de temps et je n'avais pas réussi à poser ma question. »

« On était à Angoulême, il y avait plein de petites rues, de petites places, on devait visiter un appartement. C'était dans une résidence hyper catholique, je trouvais ça génial, les deux personnes qui étaient avec moi me disaient que c'était nul comme endroit et je me disais «oh ça va c'est pas si mal» mais sans le dire à voix haute. On se retrouvait ensuite dans un autre bâtiment où il fallait résoudre une énigme avec une machine. C'était un casse-tête avec plein de petits ronds qui formaient un octogone, chaque rond était entouré par un cercle d'une autre couleur, ça faisait une sorte de dégradé avec des couleurs qui étaient très proches: gris clair, foncé, ou bleuté, blanc, noir... Il y avait un rond qui apparaissait et disparaissait et qui changeait de couleur: l'énigme consistait à retrouver très vite le rond correspondant dans l'octogone. Tout ça c'était pour connaître le résultat du test de Coralie, du coup je me sentais hyper responsable. Coralie n'était même pas au courant qu'elle avait un test de grossesse et il s'avère qu'elle était enceinte.

»

Conclusion

Ces quelques chapitres nous auront permis d'explorer quelques lieux du sommeil et ce qui l'entoure. Cette recherche a abouti notamment grâce à cinq entretiens et d'autres plus modestes questionnaires menés auprès d'un entourage élargi aux mois de décembre 2021, janvier et février 2022. Ces témoignages auront grandement aidé à saisir un spectre de thématiques qui m'ont paru intéressantes à traiter au cours de ces quelques pages. Les images des dormeurs et dormeuses ont été prises par mes soins au cours de plusieurs vies et voyages entre juillet 2016 et février 2022 (l'on a pas toujours l'occasion de photographier des personnes endormies).

Cette recherche ne se veut pas exhaustive mais m'a permis d'aborder certains sujets sous certaines formes, d'en savoir plus sur cet univers fourmillant que le sommeil me paraît aujourd'hui être, encore plus qu'au début de mes recherches. J'espère qu'il permettra d'ouvrir une fenêtre sur les vingt-six années passées à dormir pour les octogénaires à venir.

Je voudrais remercier pour leur esprit si vivant de jour comme de nuit et pour leur aimable participation: Bernard Barrault, Anne Rohart, Siloé Saint-Pierre, Mathilde Vernay, Natalie Hervé, Iris et Emma Pasquier, Lais Matsunaga, Solène Trinquet, Ouali, Vianney Enfru, Asmae Rahou, Aurore Villemur, Raphaëlle, Alice et Joseph de la Bouillerie, le groupe « cousinade » de ma famille et toustes mes ami.es tant aimé.es.





Bibliographie

L'infra-ordinaire, Georges Perec, Paris, 1989

Eloge de l'ombre, Junichirô Tanizaki, Japon, 1933

Le sacré dans la vie quotidienne, Michel Leiris, Paris

Fourmis Sans Ombres, Anthologie du haïku,
Maurice Coyaud, Paris, 1978

La Terre et les rêveries du repos, Gaston Bachelard, Paris, 1948

Bleu, histoire d'une couleur, Michel Pastoureau, Paris, 2000

Poétique de l'espace, Gaston Bachelard, Paris, 1957

Le Parti pris des choses, Francis Ponge, 1942

Le sacré et le profane, Mircea Eliade, Paris, 1965

Petits poèmes en prose, Charles Baudelaire, 1869

Se essa rua fosse minha, Auteurice inconnu.e, Brésil

Le sel de la vie, Françoise Héritier, Paris, 2012