



Lettres ou pas Lettres

Impression sommeil levant

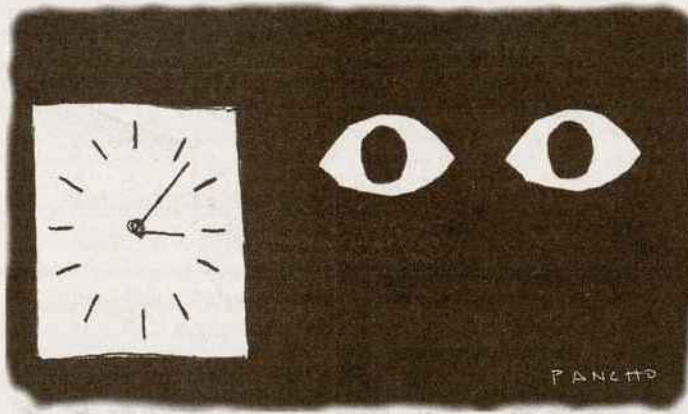
“Pas dormir”, de Marie Darrieussecq :

un récit stimulant qui tient en éveil et met la puce à l'oreille (1).

« **A**UTREFOIS, je dormais. » Aujourd'hui, la pharmacie de Marie Darrieussecq est pleine : « *Je carbure aux barbituriques, je savoure les soporifiques, je biberonne aux benzodiazépines, je végète aux sédatifs, je narcose aux hypnotiques.* »

En cas d'échec, restent les livres et cette découverte : « *Sur tous les continents, la littérature ne parle que de ça.* » « *Ça* », c'est-à-dire l'insomnie, ce drame joué sur « *l'écran noir de mes nuits blanches* », comme le chantait Nougaro. « *Vingt ans de voyages et de panique dans les livres et dans mes nuits* », à fréquenter Kafka (le « *saint patron de l'insomnie* »), à repérer les frères de douleur (« *On a retenu de Proust son asthme plus que son insomnie* ») pour supporter ce calvaire...

Aux ignorants qui croient qu'en ne dormant pas on gagne des heures de loisirs ou de travail, Marie Darrieussecq rappelle que la privation de sommeil est une torture, pratiquée aujourd'hui « *en Chine, à Guantanamo, en Arabie saoudite, au Maroc* ». Et qu'à l'origine de nombreuses morts



célèbres il y a l'abus des somnifères (« *Combien de stars sont ainsi mortes dans l'espoir de dormir ?* » Réponse : Michael Jackson, Jimi Hendrix, Judy Garland, Prince). Triste extinction des feux...

Une alternative à la chimie ? La romancière a tout essayé ou presque : la psychanalyse (« *qui m'a sauvé la vie mais pas du tout endormie* »), le jeûne et ses contraintes (« *Dormir la nuit me prenait toute la journée* »), le mariage (« *deux fois* »), sans oublier la classique bouteille (« *L'alcool m'aide à m'endormir* »). Un cas désespéré ? Le propos s'élargit

et dépasse le « *sujet Darrieussecq* », comme elle s'appelle elle-même. C'est toute l'humanité qui perd le sommeil : « *Les progrès de l'insomnie sont remarquables et suivent exactement tous les autres progrès.* » La société de consommation veut décidément des insomniacs (« *Ouvert 24 heures sur 24 : voilà désormais le mot d'ordre* »), des sommeils de synthèse, des grandes villes qui ne dorment jamais, des hyper-éclairages qui tuent la nuit.

Et dans les zones sans réverbères ? Dans ce récit de voyages agrémenté de photos

et de vignettes piquantes, on suit la bourlingueuse Marie Darrieussecq dans une forêt profonde du Cameroun, cherchant le sommeil sous des arbres géants, au cœur d'une nuit épaisse et bruyante où des centaines d'espèces invisibles font ressentir physiquement cette évidence : « *Nous marchons au milieu des plantes et des animaux, nous nous déplaçons dans du vivant, nous en faisons partie.* »

Chez soi, on peut se contenter de regarder son chat dormir voluptueusement. Et se rappeler que, même parmi les espèces qui ont du souci à se faire, aucune ne souffre d'insomnie. Ce qu'avait bien vu, au XVIII^e siècle, le naturaliste Daubenton : « [Les animaux] dorment et nous veillons. » Au classique « *Debout ! Réveillez-vous !* », Darrieussecq préfère : « *Couchons-nous ! Et roupillons !* »

Enfin, essayons...

Frédéric Pagès

● P.O.L., 320 p., 19,90 €.

(1) « *Avoir la puce à l'oreille* » : « être fort éveillé ou inquiet » (Furetère, XVII^e siècle, cité par Claude Duneton et Sylvie Claval dans « *Le Bouquet des expressions imagées* », Bouquins, 2016).