

## TROUBLÉ DE L'ÉVEIL

LA LISTE DES OUVRAGES DU MÊME AUTEUR  
SE TROUVE PAGE 187

Emmanuel Pierrat

# Troublé de l'éveil

*récit*

Fayard

© Librairie Arthème Fayard, 2008.  
ISBN : 978-2-213-63524-8.

*Pour Didier et Geoffroy,  
noctambules forcés de se coucher.*



*Je suis seule, tout le monde dort, et je suis la seule  
qui veille, qui possède le monde.*

Marguerite DURAS

*Le sommeil est une récompense pour les uns,  
un supplice pour les autres.*

LAUTRÉAMONT



## La salle d'attente

La salle d'attente a des allures de vieil aéroport : sièges usés à la corde, plantes vertes qui mériteraient des soins palliatifs, néons à demi éteints, prospectus jaunis évoquant les méfaits du tabac. En guise d'hôtesse au sol, des infirmières excédées, dossier sous l'aisselle, se campent devant la vingtaine de patients, pour hurler, en toute confidentialité, le nom du suivant.

« MONSIEUR PIERRAT ! » aboie la préposée sans doute au cas où je serais soudain passé de l'état d'hyperéveillé à celui d'hypersomniaque. Mes semblables lèvent les yeux au ciel ou soupirent, interrompant une seconde qui la lecture d'un dossier professionnel, qui celle d'une biographie monumentale, qui de tapoter sur son ordinateur portable ; tandis que les endormis que nous côtoyons émergent un bref instant de leur torpeur. Quelques êtres à part, certainement des

somnambules ou des apnéiques, s'agitent nerveusement. Parmi eux, un nouveau venu bondit, au bord de l'attaque cardiaque.

Aucun des curieux malades suivis par ce service officiellement spécialisé dans les maladies du sommeil ne relève la fréquente violation du secret médical que constitue cet appel tonitruant. À sa décharge, la nurse en faction doit parfois répéter jusqu'à la rupture de ses cordes vocales le patronyme de quelque narcoleptique venu en consultation.

Les premières semaines que, jeune homme encore scolarisé, j'ai fréquenté cet étrange univers, niché au cœur d'un gigantesque hôpital parisien déjà plus que centenaire, le pont m'a d'abord collé des devoirs supplémentaires, sous forme de tableaux à remplir. Chaque matin, je devais griffonner mon emploi du temps de la nuit précédente : heure du coucher, heure d'extinction des lumières, heure d'endormissement, heure du réveil, etc. Sans compter les imprévus, du petit tour aux toilettes sanctionnant une soirée trop arrosée à la gueule de bois qui vous pousse à courir vomir dans la même cuvette...

J'ai passé plusieurs mois à scruter les chiffres du radio-réveil pour les retranscrire scrupuleusement

sur des feuilles au graphique sommairement photocopie. J'ai rapporté ma liasse de pages annotées au mandarin, qui, au vu de mes hiéroglyphes, m'a accepté pour de bon dans le cheptel de *freaks* qu'accueille son pavillon.

Après plusieurs rendez-vous silencieux à dévisager sa mine impassible plongée dans « mes » données, j'ai pesté, las d'attendre un diagnostic : « Docteur, vous ne croyez pas que, à force de m'obliger à décrire mes frasques nocturnes, vous avez anéanti mon peu de sommeil ? La nuit, je ne pense plus qu'à vos fichus papiers. » Pour toute réponse, j'ai écopé d'un nouvel exercice, autrement plus fastidieux. Mon tortionnaire mutique m'a enfermé sous observation, pendant trois jours et trois nuits, capteurs arrimés tout le long du corps. Secondé par sa secte de savants fous, il m'a scruté derrière une sorte de glace sans tain, pour noter mes moindres faits et gestes : lire, tenter de dormir, manger, lire, manger, etc.

Et mes protestations de redoubler : « Docteur, vous ne pensez pas qu'à espionner ma cellule comme dans un mauvais polar, vous avez encore plus altéré mes maigres nuits ? »

Puis le verdict est tombé : je suis troublé. « Troublé de l'éveil ». C'est le terme que le médecin

a fini par m'assener, avec un sourire aussi fatigué que s'il avait passé trois nuits blanches.

Cette fois, le constat était posé. J'appartiens désormais à sa minuscule cohorte de « troubles de l'éveil » ; tellement réduite en nombre d'individus que, faute d'une nomenclature officielle, il a dû forger lui-même ce terme. « Grosso modo, la distinction est simple, a-t-il schématisé. Il y a les insomniaques, qui crèvent d'envie de dormir. Les troubles du sommeil, qui s'endorment sans cesse. Et ceux que j'appelle les "troubles de l'éveil", qui, comme vous, n'ont besoin que d'une poignée d'heures chaque nuit. Il va falloir apprendre à gérer tout cela, à régler vos nuits. Je vous revois dans une semaine. » À la différence de la tribu de toubibs plus ou moins généralistes qui m'avaient ausculté durant des années, celui-ci n'a pas osé me glisser : « Tâchez de dormir. »