

# Michel Siffre et son horloge de chair

Publié le 20 mars 2005 à 04h59 - Mis à jour le 20 mars 2005 à 04h59

Lecture 10 min.

Michel Siffre a changé de millénaire le 4 janvier 2000. Seul, à 60 ans, dans le silence d'une grotte de l'Hérault. Depuis le 30 novembre 1999, privé de montre, en isolement temporel, il évaluait lui-même la durée de ses "jours" et de ses "nuits". Quatre jours d'erreur en un mois : il s'est finalement peu trompé. Il connaît son horloge interne. Il en a découvert l'existence le 14 septembre 1962, dans les ténèbres absolues du gouffre du Scarasson, au terme d'une expérience cauchemardesque qui a bouleversé les connaissances sur les rythmes de l'homme.

**Hors du temps**, le récit qu'il écrivit alors mérite de rester comme un des classiques de l'aventure. C'est un livre oppressant, qui vous enferme dans un univers de claustrophobie, un cercle de ténèbres au fond d'un gouffre glacé, qui se referme sur l'abri fragile d'une tente de soie rouge éclairée du dedans, sur le corps du cobaye tremblant, puis à l'intérieur même de son esprit déphasé. Michel Siffre l'a écrit en grande partie au fond, "*avec une loupote de 4,5 volts*", un bras vite ankylosé sorti du duvet humide. Des observations lucides, d'une précision diabolique. Il avait 23 ans et lisait le Lagarde et Michard pour découvrir la littérature de son temps.

Ce gouffre, il devait l'explorer en géologue - sa passion depuis l'âge de 10 ans, avec la spéléologie. Objet d'étude : le petit glacier souterrain que son équipe avait découvert l'année précédente, à 130 mètres sous les crêtes pelées du Marguareis, dans les Alpes-Maritimes. Il y faisait si froid, - 0,5° avec une humidité de 98 %, que les explorateurs n'y ont passé qu'une heure. Mais qu'importe : Siffre a décidé d'y séjourner quinze jours, assez longtemps pour

étudier le mouvement de la glace. Ensuite, le projet s'est étoffé. Ce petit glacier est déjà trop maigre pour ses ambitions scientifiques. Précoce, il "pond" des communications de géologie pour l'Académie des sciences depuis qu'il a 17 ans, et son maître, Jacques Bourcart, lui trouve des airs de *"jeune Darwin, celui du temps du Beagle"*. L'élève boulimique a potassé des traités de biologie et découvre une science balbutiante, la chronobiologie, en plein essor à l'heure où les premiers cosmonautes tournent autour de la Terre.

L'idée lui est venue à la Cité U, au milieu d'une nuit de discussion avec son coturne : il profitera de l'isolement pour étudier son rythme veille/sommeil (nycthémeral) en l'absence de tout repère temporel. Le protocole sera très simple. Une ligne téléphonique le reliera à une équipe de veille, en surface. Il appellera à chaque coucher, à chaque réveil, à chaque repas. Aucune indication ne lui sera donnée sur le temps réel, le temps des horloges. L'expédition doit finalement durer deux mois. Il ne sera prévenu que lorsque cette durée sera écoulée.

Il a embarqué dans l'aventure son club de spéléo, mais, à Paris, on lui a ri au nez. Il a beau s'être endetté jusqu'au cou, à l'heure de descendre dans le gouffre de Scarasson, il est équipé comme un chiffonnier. Mais il est convaincu que la piste mène tout droit à la conquête spatiale, et cette intuition lui donne une motivation en titane.

Le 16 juillet 1962, lorsqu'il remet sa montre au CRS Canova, qui le veillera depuis une petite tente plantée en surface, à 2 000 mètres d'altitude, il ne mesure pas combien la double logique dans laquelle il s'est enfermée risque de lui être fatale.

L'absolu inconfort de sa situation l'écrase dès l'instant où ses compagnons retirent l'échelle qui le reliait à la surface (c'est lui qui a voulu s'épargner la tentation de sortir sur un coup de tête de son piège volontaire). Par ce froid glacial, l'humidité se condense dans la tente et imprègne tout : tapis de sol, lit de camp, sac de couchage. Il n'a qu'un petit réchaud qu'il n'ose pas allumer la nuit de peur de s'intoxiquer à l'oxyde de carbone, ses chaussons en duvet se

transforment en éponges dans la tente et en sabots de boue au dehors. Une dysenterie amibienne rapportée d'un voyage d'exploration au Sri Lanka le terrasse par crises, lui faisant craindre de rester paralysé...

Mais ce désastre matériel n'est rien face au vertige dans lequel il s'enfonce, plongé dans une obscurité totale : *"J'avais l'impression d'être immobile, et pourtant je me savais entraîné par le flux ininterrompu du temps, écrit-il. Le temps était la seule chose mouvante dans laquelle je me déplaçais, j'essayais de le cerner, et, chaque soir, je savais que j'avais échoué."*

S'endormir devient son seul plaisir, ses réveils des moments déprimants : *"J'hésitais longtemps, les yeux grands ouverts dans une obscurité totale, me demandant si je dormais ou non ; j'espérais toujours que je dormais encore, mais, au bout de quelques instants, je me rendais compte que j'étais bien réveillé. Alors, résigné, je pressais le bouton qui rompait l'unité de la nuit. Ma lampe s'éclairait. Je sortais aussitôt mon buste du duvet, me penchais hors du lit et tournais la manivelle du téléphone."*

Sa mémoire le trahit. Il est incapable de se souvenir de ce qu'il faisait l'instant d'avant. Les CRS, qui l'écoutent parfois à son insu, lui diront qu'il a remis jusqu'à dix fois de suite le même disque de Luis Mariano. Il pensait, chaque fois, qu'il venait de le poser sur le pick-up...

Comment évaluer le temps écoulé ? Comment savoir s'il a veillé deux minutes ou trois heures ? Comment estimer son heure de réveil ? Michel Siffre tente d'écouter ses sensations : s'il se sent reposé au réveil, il estimera avoir dormi dix heures plutôt que deux. S'il a faim, il jugera la matinée écoulée. Mais, toujours, ces sensations entrent en conflit avec l'évaluation de l'heure qu'il doit consigner dans son journal. Entre le temps subjectif et le temps physiologique, l'explorateur flotte dans un espace inconnu. Vertigineux.

*"La nuit souterraine n'est pas la nuit cosmique, l'opacité est absolue. Dans ce monde où tout est néant, une seule chose subsiste, ma pensée : va-t-elle sombrer aussi dans ce néant sans fin ?"*

Qu'est-ce que quarante-deux ans écoulés ? A-t-il vraiment changé, cet homme en sandales et chemisette de 65 ans qui, un jour de juin 2004, fait visiter son appartement du centre de Nice ? Des cartons s'y entassent jusqu'au plafond : tout le contenu de sa maison de l'Hérault, qu'il vient de déménager. Le lit disparaît sous un monstrueux empilement. Seul un bout de matelas est visible, où le creux d'un corps dessine une tanière minuscule.

Installé au café, il se raconte sur un ton enjoué, taillant d'habiles pistes dans la jungle scientifique. A-t-il fait des cauchemars au fond de son gouffre ? Non, des rêves, des scènes violentes où il liquidait des gangsters et réglait ses comptes avec ceux qui avaient refusé de le financer. Mais il a vécu dans la peur, jusqu'au monstrueux éboulement qu'il a entendu, tétanisé, *"pendant 12 secondes"*, et qui a duré beaucoup plus longtemps. Des quartiers de roche de plusieurs tonnes sont tombés à quelques mètres de la tente. *"Cette peur terrible m'a sauvé la vie, explique-t-il. Au début de l'expérience, j'avais pris ma température et lu 36°. Croyant le thermomètre cassé, j'avais cessé de la prendre. En fait, j'étais entré dans une semi-hibernation. Le choc émotionnel a fait remonter ma température, me sortant de ma léthargie."*

Le 14 septembre 1962, lorsque, au téléphone, le CRS de veille annonce à Michel Siffre la fin de l'expérience d'isolation temporelle, il pense qu'on lui ment pour le faire sortir plus tôt que prévu : il se croit le 20 août. Les veilleurs de surface le détrompent, et un incroyable échange a eu lieu avec le spéléologue. L'espace d'une conversation de *"5 minutes"*, qui en réalité en a duré 20, Michel Siffre comprend tout ce qui lui était arrivé pendant ces deux mois d'angoisse. Ses "journées" étaient beaucoup plus longues que ce qu'il évaluait. Il pensait s'être ennuyé quelques heures, il avait en fait veillé jusqu'à 14 ou 18 heures d'affilée. Il "déjeunait" donc à la fin de la "matinée". Quand il se couchait pour une "sieste" (évaluée à une heure ou deux), puis veillait un "après-midi" et "dînait", il réalisait en fait un deuxième cycle veille/ sommeil. Le temps qu'il percevait s'écoulait presque deux fois moins vite que le temps réel : au bout de deux mois, il avait vingt-cinq jours de retard sur l'horloge !

Mais il y a autre chose. Quelque chose de fascinant. En surface, l'un des CRS a commencé à dessiner un graphique de ses cycles nycthémeraux. Il peut déjà y lire une remarquable régularité entre deux réveils. Quand le cobaye veille d'avantage, ses nuits sont plus courtes. L'ensemble du cycle a une durée très régulière de 24 h 30.

Une horloge interne réglait la durée du cycle veille/sommeil de Michel Siffre. Mais, n'en connaissant pas l'existence, son esprit avait été incapable d'en percevoir le tic-tac.

Michel Siffre est descendu dans le gouffre de Scarasson en géologue, il remonte porteur d'une découverte de portée universelle. Mais dans quel état...

Sous-alimenté, épuisé par son séjour dans cet univers glacial, il s'évanouit à deux reprises pendant la longue remontée vers la surface. Comme un grand blessé, on l'enlève sur un brancard, yeux masqués par des lunettes opaques, jusqu'à l'hélicoptère qui le transporte à l'hôpital. L'accueil du grand public est à la hauteur de cette émotion : à l'âge des abris antiatomiques et des sous-marins nucléaires, on se passionne pour cette aventure de survie sous terre. Pas pour l'isolation temporelle, angoissante et complexe. Baroque, absurdement risquée, l'expérience de Michel Siffre restera comme la seule expérience "pure" d'isolation temporelle, la seule où le sujet, ignorant l'existence de son horloge de chair, ne pouvait pas être influencé par elle. Bientôt, Russes et Américains enfermeront leurs cobayes dans des bunkers, confirmant, dans des conditions scientifiques rigoureuses, les conclusions du jeune géologue niçois.

Jusqu'en 1972, Michel Siffre se passionne pour cette science découverte au fond du gouffre. Il organise d'autres campagnes dont il n'est plus le cobaye, étudiant le sommeil paradoxal et la durée des rêves, toujours soutenu par l'armée, première "cliente" de ses résultats. Toujours courant après la reconnaissance d'un milieu scientifique un peu soupçonneux devant cet ovni pluridisciplinaire. *"Ce qui m'intéresse, dit-il aujourd'hui, c'est d'être pionnier.*

*L'analyse mathématique m'ennuie."*

En 1972, au Texas, il descend pour six mois dans une grotte tout confort, dormant dans une pièce à 20°, mangeant les rations lyophilisées du programme Apollo 16. Il s'endette lourdement, misant sur les retombées médiatiques. A la sortie, la prise d'otages aux Jeux olympiques de Munich lui vole la vedette. Pour la première fois, sa motivation le quitte, ce "*moral de fer*" qu'il admirait tant chez Alain Bombard quand il lisait *Naufragé volontaire* au fond du gouffre. Il plonge financièrement et tourne le dos à cette science qui lui a fait sacrifier une belle carrière de géologue océanographe.

Aujourd'hui, il lui reste un émerveillement intact : "*J'ai eu la chance, dit-il, de vivre dans la décennie la plus fabuleuse de la course aux étoiles. C'était fascinant de participer à l'aventure spatiale.*" De retrouver, dans une bibliothèque de la NASA, la traduction d'un ouvrage soviétique décryptant ses expériences et de tomber sur cette citation de Gagarine : "*Je lis Siffre très attentivement. Ce qu'il dit sur la perte de mémoire, je l'ai ressenti exactement.*" Il attend "*Mars*" avec impatience : "*Je ne serai plus là, mais mes expériences seront reprises.*"

En 1999, quand il a entendu que John Glenn repartait sur la navette, il a eu une idée. Il a décidé d'étudier l'action du vieillissement sur les rythmes biologiques. Cette fois, il pouvait se fier à son horloge interne. La grotte de Clamouse avait l'électricité. La NASA, une fois encore, avait prêté du matériel. Bardé d'électrodes, il a lu *Les Trois Mousquetaires* et s'est "emmerdé furieusement". Ce printemps, Michel Siffre a vendu sa maison pour repartir à l'aventure. "*J'ai 65 ans, j'ai décidé de me donner cinq ans. J'irai au Guatemala, à la recherche d'art rupestre maya. Je veux vivre pleinement, tant que je le peux physiquement.*" En 1962, au fond du gouffre, il se demandait : "*Est-ce la durée perçue qui conditionne le vieillissement ?*"

**Charlie Buffet**

**Bibliographie** : Michel Siffre, *Hors du temps* (Julliard, 1963)

[Réagissez ou consultez l'ensemble des commentaires](#)