

# INSOMNIES JAPONAISES

## Chapitre premier : Voyage

Pour le départ tout est prévu pour aller mal, car à la grève habituelle des contrôleurs aériens français s'ajoute celle, plus exotique, admettons-le, des pilotes de Lufthansa. La veille on m'informe que le vol de 10h45 pourrait donc être annulé, il faudrait appeler vers minuit, et éventuellement prendre le vol de 6h05. Petit souci s'ajoutant au cours de mardi matin pour lequel il faudrait trouver un remplaçant (c'est bon, le chargé de TD le fera, il suivra des notes du cours que sont en bon état depuis l'année dernière), au sujet pour le partiel de mardi soir (bon, c'est qu'il y a encore le temps), au linge qu'il faudrait étendre et faire sécher avant le départ (ça fait déjà quelques jours que j'oublie de lancer la machine), à notre directrice administrative qui me convoque pour discuter d'une gaffe bureaucratique pendant une demi-heure, à l'exposé pour la conférence qu'il faudrait quand-même commencer à préparer un jour, et encore il faudra que je décide si je vais ou non à une conférence en Angleterre fin mars, c'est la date limite pour l'inscription.

Finalement, le souci initial s'avère inutile et le vol de 10h45 part comme prévu. Nous partons alors tous optimistes au voyage – un collègue lyonnais suit un itinéraire identique au mien, et nous sommes rejoints par un troisième, lisboète, à Francfort. Sauf que ça se trouve que le vol suivant est annoncé d'abord avec une demi heure de retard (arrivée tardive de l'appareil), puis, problème technique, prochaines informations dans cinq minutes... dans deux heures... finalement retard de plus de quatre heures (pourtant, on peut bien voler avec trois moteurs sur quatre?!). Nous passons une partie de l'attente en discutant (malgré un manque total de langue commune) avec un groupe de Japonaises qui jouent de tambours traditionnels, et à jouer avec elles aux cartes. Si seulement j'avais mon Jungle Speed avec moi!

Nous arrivons donc à Nagoya, après onze heures de vol et avec quatre heures de retard, d'où il nous faut encore prendre un vol pour Kagoshima, puis un bus pour Kirishima. Il veulent nous fait attendre encore cinq heures, après réclamations il acceptent de nous mettre sur un vol d'une autre compagnie, ça nous fait en gagner deux, c'est-à-dire cinq heures de retard accumulé à Kagoshima au lieu de sept. Le service de bus étant déjà fini nous prenons un taxi pour Kirishima, au plein milieu d'un parc naturel. Bilan définitif : plus de vingt-six heures de voyage, huit heures de décalage horaire, et quatre biches dans le parking de l'hôtel.

## Chapitre deuxième : Nourriture

Nous sommes à peine arrivés à l'hôtel qu'on nous précipite dans la salle à manger, avant même de nous laisser voir la chambre (petit hôtel, tous les conférenciers partagent des chambres ici). Commence alors un régal, une orgie de formes, de couleurs et de saveurs qui se poursuit et s'enchaîne d'un repas à l'autre, un rassemblement exquis de sensations indescriptibles (composées, des fois, d'ingrédients tout aussi indescriptibles).

Pour être tout-à-fait honnête, les déjeuners sont, pour l'instant, plutôt ordinaires, mais ça fait plus joli si on n'insiste pas sur ce point. Ou suis-je devenu tellement exigeant en l'espace de deux jours? Les petits déjeuners sont de toute façon tout-à-fait à la hauteur des diners.

Chaque repas est naturellement accompagné de thé vert. Dans les chambres, nous avons de quoi se préparer du thé vert. Lors des exposés, on nous sert du thé vert (pizza, pizza! non? ça ne rappelle rien à personne?) Une chose élémentaire, et pourtant introuvable dans ce temple de la gastronomie japonaise, c'est du café. Et je ne demande même pas de bon café, juste du café tout court, avec un peu de caféine dedans, comme ça, ce n'est pas un besoin physique, ce n'est pas ça, c'est juste que j'en ai un peu envie, je suis un mathématicien, c'est normal, donc, que j'en aie envie d'un peu de café, pour pouvoir faire des maths, non?

Ça me rappelle une conférence en 2003, pour la première session de laquelle on n'a pas prévu assez de café non décaféiné. Ayant dormi pendant les deux tiers du premier exposé, je décide de partir avec une amie chercher du café. Nous nous retrouvons par une matinée dominicale dans un quartier légèrement en dehors du centre ville de Chicago, et ne rencontrons naturellement que des endroits fermés et des collègues partis à la même recherche que nous. Finalement, ayant rassemblé ainsi une bonne dizaine de chercheurs (de café), nous trouvons un autochtone qui nous dirige vers un Starbucks caché à l'intérieur d'une supérette 24h/24 au bord de l'autoroute. Un café latte (extra large) et la science peut reprendre sa démarche habituelle.

Heureusement que je ne sois pas l'unique mathématicien ici (car nous sommes de retour à Kirishima, l'an 2010 de votre ère), l'organisateur s'est donc renseigné et ça se trouve qu'ils peuvent préparer du café, du filtre, et ils nous le servent pour la session de l'après-midi. Ouf, le soulagement. (Ça met pourtant du temps pour agir, j'ai encore bien dormi pendant le premier exposé.) Pendant la première pause je constate encore la présence oppressante de plusieurs tasses non réclamées, il faut bien y remédier. Puis, attention, une pause peut en cacher une autre... Je suis attentivement le dernier exposé, dont une partie traite d'un cas particulier d'un théorème

de ma thèse. À la fin je fais quelques commentaires dans ce sens, je veux juste lui expliquer et donner la référence, c'est légèrement confus, mes paroles arrivent à peine à suivre la vitesse de mes pensées, je me sens plein d'énergie!

## Chapitre troisième : Onsen

Dans chaque chambre se trouvent des « yukatas. » Ce sont de longues robes japonaises en noir et blanc, ressemblant en leur forme un peu à des peignoirs, assorties d'un long ruban bleu qui leur sert de ceinture et d'une sorte de chemise bleue, plus épaisse mais plus courte et ouverte par devant, que l'on peut mettre par-dessus. Mode d'emploi : se mettre à poil, s'envelopper du yukata, chauffer des chaussons dans lesquels n'arrive à rentrer que le pied d'un Japonais, puis partir se promener dans l'hôtel, notamment pour aller manger. Le yukata féminin a une forme différente et varie en couleur (principalement dans des nuances de rouge).

Une activité pour laquelle le yukata est indispensable est le bain dans les sources chaudes, en japonais « onsen. » De la même façon qu'à chaque endroit pris au hasard en Israël se trouve une tombe sacrée disputée par trois ou quatre religions, construite sur les ruines d'un temple sacré aux mêmes religions en ordre inverse, où qu'on aille au Japon se trouve un volcan, ou, à défaut, une source d'eau bouillante dont l'odeur sulfurique recouvre le pays. Quand ils ne s'en servent pas pour faire cuire des œufs, ce sont les Japonais eux-même qui cuisent dedans. Mode d'emploi, encore. Habillé du yukata et muni d'une minuscule serviette (il y en a un tas dans le placard), on descend par l'escalier à l'étage inférieur de l'hôtel. On se trouve alors devant deux portes, recouvertes partiellement l'une d'un drap bleu et l'autre d'un rouge, avec quelque symboles chinois dessus. Il faut alors savoir qu'au Japon le bleu signifie « homme » et le rouge « femme, » et encore être vigilant, car chaque jour les draps échangent leurs places. Une fois dans le vestiaire on laisse toutes ses affaires dans un panier (sauf la serviette, naturellement), et on passe dans les bains. Avant d'entrer dans l'eau il faut encore poser sa serviette, se laver (car cette eau pleine de soufre est bien propre, à sa façon), puis reprendre la serviette. Ça varie d'un onsen à l'autre, ici il y a un grand bain intérieur, divisé en deux parties, chaude et très chaude, et un petit bain extérieur, très chaud. On pose soigneusement sa serviette sur le côté, et on s'immerge dans l'eau. Personnellement je préfère le bain extérieur, avec le contrast entre l'eau chaude et l'air frais, voire la pluie, j'en connais qui peuvent rester comme ça des heures. En partant il faut bien récupérer sa serviette, on se lave alors une deuxième fois, puis on constate que cette serviette, elle est vraiment trop petite pour que l'on puisse se sécher avec. À répéter plusieurs fois à des intervalles réguliers, ouvert de lundi à dimanche de cinq à dix heures et de midi à minuit.

## Chapitre quatrième : Insomnie

Quel phénomène étrange que le décalage horaire, dont la perversité des effets, si on s'y rend sans lutte, n'a d'égal qu'en les effets d'une telle lutte. Prenons un exemple type. Un voyageur part de l'Europe vers l'Amérique. Il a l'impression d'effectuer le voyage entier en une seule après-midi, sauf que peu avant dîner il succombe au poids écrasant d'une soudaine fatigue. Supposant qu'il s'agit d'un travailleur plutôt que d'un fêlard, ça tombe bien, il peut alors commencer sa journée de travail déjà avant quatre heures (les cafés, malheureusement, ne s'ouvrent que vers neuf heures, dix heures le dimanche, et pour cela il faut encore se trouver dans le bon quartier). Rentrant en Europe, notre voyageur se retrouve face à un dilemme. Soumis aux caprices des fuseaux horaires il risque de se trouver incapable de s'endormir avant l'aube, moment auquel le chant des oiseaux lui signale enfin le sommeil, et ceci d'ailleurs le plus souvent pour le reste de la journée. Alternativement, il peut livrer une bataille sans merci contre, au final, lui-même. S'empêchant de dormir pendant le jour du voyage (qui semble s'étaler sur deux jours même dans les cas où il dure moins de vingt-six heures) il pourrait espérer porter une telle secousse à son cycle quotidien que celui-là retombera sur le cycle local à l'arrivée. Le principe est bon, mais la mise en pratique pourrait encore être perfectionnée, car ça retombe rarement juste, et notre pauvre voyageur risque là situation délicate où il souffre des symptômes d'un décalage ouest-est alors qu'il vient d'effectuer un voyage est-ouest. Voyageant dans l'autre sens (de l'Europe au Japon, mettons) il rencontre les mêmes problèmes dans un ordre différent. Reste encore à traiter le cas d'un voyage à l'antipode, qui possède la particularité supplémentaire que notre voyageur ne sait pas s'il souffre d'un décalage est-ouest ou d'un ouest-est. Nous laisserons toutefois ce problème de nature plutôt théorique à une étude ultérieure.

Cette insomnie n'est-elle donc qu'une vulgaire constante du voyage? Ou prétendrait-elle à une parenté plus noble et romantique, avec la pleine lune elle-même, cet unique compagnon de l'insomniac? Loin me soit-il d'aborder de telles questions métaphysiques, les faits objectifs et incontestables restent néanmoins que chaque nuit, entre trois et quatre heures, je me retrouve inconsolablement éveillé dans mon lit. Je me livre alors à une activité qui convient à l'heure et au lieu, que ce soit de m'asseoir sur le balcon contempler le paysage éclairé par la pleine lune, dans la paix et la fraîcheur de l'avant-aube (dans la fraîcheur, surtout, le yukata ne chauffe pas tant que ça, finalement), descendre dans l'onsen et, dans une obscurité presque totale, fixer des yeux cette pleine lune dont je peux encore constater la rondeur malgré l'absence de mes lunettes (et, à l'occasion, me trouver

accosté par un Japonais qui parle à peine trois mots d'anglais, juste assez de m'assurer que, par contre, il parle très bien l'italien), ou encore, si le ciel est couvert et le vent et la pluie jouent bruyamment dehors, m'installer confortablement face à la réception, là où je peux trouver une prise électrique, afin de préparer mon exposé (vous l'avez déjà oublié, avouez !) et écrire des récits d'insomnies et de la pleine lune japonaise.

Kirishima, Japon, 28 février – 5 mars 2010