



DEEP TIME

Une expédition au-delà du temps

Une expédition de **Human Adaptation Institute** et Christian Clot menée du 14 mars au 24 avril 2021 dans la grotte de Lombrives (Ariège Française) par 15 « deep timers », sans accès à aucune information temporelle ni contact direct avec l'extérieur.

Texte de :

TIPHAINE VUARIER

En complément du livre « Deep Time, 40 jours sous terre » (Christian Clot, Robert Laffont, octobre 2021), plusieurs deep timers ont écrit des textes, basés sur leur journal de bord tenu durant l'expérience et leur mémoire. A lire ici :

<https://deep-time.fr/jdb/>

Human Adaptation Institute

Comprendre les capacités d'adaptation humaine pour mieux vivre demain
www.adaptation-institute.com et www.deep-time.fr – info@adaptation-institute.com



« Et maintenant que je songe tranquillement, maintenant que le calme s’est refait dans mon esprit, que des mois se sont écoulés depuis cette étrange et surnaturelle rencontre, que penser, que croire ? Non ! C’est impossible ! Nos sens ont été abusés, nos yeux n’ont pas vu ce qu’ils voyaient ! » (Chapitre XXXIX – *Voyage au centre de la Terre*, Jules Verne).

Combien de fois me suis-je vue plongée au cœur de ce grand roman de Jules Verne, *Voyage au centre de la Terre*. Un écrivain visionnaire au sujet d’un séjour de 40 jours dans une grotte. Quarante jours d’une grande intensité émotionnelle, relationnelle et d’émerveillement. Quarante jours qui ne me semblaient pourtant pas destinés lors des prémices de ce projet.

Je fais partie des équipiers-équipières du projet « Adaptation – mission 20 ». Lorsque Christian Clot nous a évoqué le projet DeepTime durant l’été 2020, il ne nous avait pas encore proposé d’y participer et n’évoquait rien de cela. En l’écoutant, il était clair pour moi que jamais je ne participerai pour une telle mission. Avidé de grands espaces naturels, il me semblait difficile de rester enfermée et l’idée de rester 40 jours dans le noir me rebutait.

Quelques semaines plus tard, Christian nous informait ouvrir la mission aux équipiers Adaptation-mission 20. Je me vois finalement, et rapidement, tiraillée entre l’envie d’y participer et celle de rester sur terre. Écouter l’appel de l’Aventure et de l’inconnu pour faire avancer la science, mais avoir la crainte de séquelles psychologiques à la sortir de grotte, par l’enfermement et l’absence du cadre temporel.

Ma venue dans la grotte n’était donc pas actée 2 mois avant d’y entrer. Ces 60 jours de réflexion, à travailler sur mes angoisses avec une psychologue, m’ont été essentiels pour les apaiser. C’est finalement après une question décisive : «vous aimez sortir de votre zone de confort, non ? » que la décision fut prise. Vivre 40 jours dans une grotte, avec 15 personnes, sans aucune notion de temps, est une opportunité. J’ai donc décidé de la saisir et d’accepter de sortir de ma zone de confort, lâcher prise, me faire confiance tout en ayant confiance



dans le groupe. C'est un grand privilège de vivre cette expérience unique et de pouvoir œuvrer, à ma petite échelle, à l'avancée scientifique.

Et c'est ainsi que, sereine en ce 14 mars 2021, « au moment de m'engouffrer dans ce couloir obscur, je relevai la tête, et j'aperçus une dernière fois, par le champ de l'immense tube, ce ciel [...] que je ne devrai plus revoir » (*Voyage au centre de la Terre*, Jules Verne, chapitre XVIII). Petrie d'émotions diverses, c'est toute à la fois avec une frénésie et une sérénité que je me lance dans ce grand inconnu.

À 18h, nous assistons à la fermeture de la porte de la Carène et fêtons cela par de grands applaudissements. À partir de maintenant, il ne nous est plus possible de faire marche arrière. En avant toute pour cette grande aventure !

Au fil des kilomètres pour atteindre notre espace vie, une atmosphère particulière, que je n'ai jamais ressentie encore, règne. Nous marchons les uns derrière les autres, portant nos paquetages. Le silence se fait. Nous arrivons dans la cathédrale : immense salle à la lumière tamisée où peut tenir Notre-Dame de Paris. Je me sens petite. Je nous sens petits. En file indienne, je vois notre longue procession, marchant d'un pas solennel, dans cet immense espace. Chacun me semble plongé dans ses pensées. Que se passe-t-il dans la tête de mes coéquipiers ? Qu'allons-nous vivre au cours de ces 40 jours ? Personnellement, mon esprit apaisé m'étonne. Je suis surtout marquée par cette atmosphère et le calme de notre procession. C'est quasiment religieux.

Bien qu'éreintée par les semaines de préparation et toutes les émotions vécues en ce jour de début d'expérience extra-ordinaire, je vis cette première soirée de manière festive. Après un dîner de fête avec hamburger « maison », nous sommes encore synchronisés au moment du coucher.

Au réveil de cette première nuit, j'entends les gouttes d'eau. Les réflexes de randonneuse terrienne sont là, à rouspéter d'une journée à venir sous la pluie, à devoir plier la tente humide. Il me faut quelques secondes pour réaliser que ce n'est pas la pluie tombée du ciel, mais « la pluie » tombée de la terre. Mon psychisme se joue de moi et j'en ris. Cette rencontre matinale avec les gouttes



d'eau se réitérera quotidiennement, mais de manière plus heureuse et apaisée. En effet, ces « plic-ploc », timides, au son grave proche ou lointain, au débit rapide ou lent, menant leurs propres danses sur les stalactites et créant une musique profonde et envoûtante, seront mes meilleurs alliés durant ces 40 jours. J'aimais m'arrêter, les écouter, les identifier, les localiser. Ils m'apaisaient. Leurs sons étaient doux, contenant, captivants. Etant plongée dans le noir, ils me permettaient, avec leurs échos, de m'imaginer la grandeur de ces salles, leurs formes. De m'imprégner de cet espace déroutant par tous les sens.

Les salles sont d'une immensité insoupçonnée et d'une beauté bouleversante. «Le mot "caverne" ne rend évidemment pas ma pensée pour peindre cet immense milieu. Mais les mots de la langue humaine ne peuvent suffire à qui se hasarde dans les abîmes du globe » (*Voyage au centre de la Terre*, Jules Verne, Chapitre XXX). Parti de l'espace vie, vous traversez un grand couloir de 700 m, 15 m de large et 15 m de haut. Ce couloir ne me rassurait que peu au long de cette expédition. Jusqu'au dernier jour. Ce quarantième et dernier jour de cette expérience, après l'annonce de la fin de l'expédition, je souhaitais m'imprégner une dernière fois de ce quotidien. Dans ce même couloir, j'ai donc ralenti mon pas, levé la tête et exceptionnellement mis ma lampe à toute puissance (ce qui était interdit auparavant afin d'économiser les batteries). Et là, quelle ne fut pas ma stupéfaction. Ce couloir était incroyable ! Un dégradé de couleurs ocres, une « sculpture naturelle » au détour d'un virage, une modification de la roche un peu plus loin plus lisse ou plissée, plus sombre ou claire, rayée ou avec un dégradé de couleurs. Jusqu'à arriver au croisement de deux autres galeries. En un instant, vous voilà plongé à Rome, devant la fontaine de Trévisse, hypnotisé par la beauté des détails des concrétions. Armé de votre casque, vous vous engouffrez ensuite dans le Grand Chaos. Une salle immense, jonchée de grands blocs faisant deux à trois fois votre taille, dans lesquels il vous faut vous faufiler, en dessous, au-dessus, en travers. À mi-parcours, vous entrez dans un creux, probablement l'ancien passage d'un fleuve souterrain. La roche est tapissée d'une « mousse » ocre, atténuant le son, l'étouffant. Et c'est ainsi, qu'éteignant votre lumière, vous êtes tout à la fois



privé de votre vue, de votre ouïe et presque de votre toucher, sans vent sur votre peau.

Étant psychomotricienne, la sensorialité m'a beaucoup questionnée à l'intérieur et au sortir de la grotte. Peu de lumière, peu de mouvements au niveau du regard (pas d'insectes volants, de branches d'arbres qui bougent, de nuages qui se modifient, de voitures qui roulent... Seuls 14 équipiers qui s'activent accompagnés du chant des gouttes et de l'eau frémissante des casseroles). Pas de vent, pas d'amplitude thermique. Un son qui résonne tout en étant atténué par la grandeur de la salle et dont sa localisation est difficile à préciser. Moins de diversité olfactive. Ainsi avons-nous vécu 40 jours dans un appauvrissement sensoriel. Rapidement me vient cette interpellation : lors de la sortie de la grotte, allons-nous vivre, tel un bébé venant au monde, dans un afflux sensoriel massif ? Comment va réagir notre psychisme ? Cela va-t-il être une fête de tous les sens ou bien un trop plein d'informations sensorielles ?

Mais revenons à cette découverte de la grotte.

Vous quittez cette zone au bruit atténué, poursuivez dans le Grand Chaos jusqu'à arriver au gouffre de 45 m. Ce gouffre est en fait bien plus grand : il mesure 90 m. Vous ne vous y engagez dedans qu'à mi-falaise. Au sommet de ce gouffre, vous pouvez découvrir une passerelle installée dans les années 1920 par Raoul Perpère, qui a travaillé avec Gustave Eiffel. Nous avons l'opportunité de pouvoir descendre le gouffre depuis cette passerelle historique. Et nous voilà accrochés par une corde, au temps et à l'histoire. Ce n'est pas sans émotion que je m'élance dans le vide depuis cette œuvre historique et découvre, au fil de la descente, les merveilles de la terre. Je descends doucement, admirant, profitant, m'imprégnant. Le début de la descente est majestueux. Dame nature s'est revêtue de sa robe « nappage caramel ». J'essaye de conceptualiser les milliers d'années pour créer ce décor, mais en vain. Ce temps est tellement distendu pour une petite terrienne ! Avant de m'élancer, les équipiers arrivés en bas éclairent le gouffre. Tous mes repères



sont mis sens dessus-dessous. Je sais le centre de la Terre est à mes pieds. Pourtant j'ai l'impression d'être dans les fonds marins, de baisser la tête et voir la corde à laquelle je suis suspendue, tel ce fil de vie si cher aux apnéistes pour retrouver la surface.

Une fois en bas, il vous faut encore descendre 30 m dans une faille de 10 m de large pour 120 m de haut. L'attention est de rigueur pour ne pas faire de mauvaises manipulations et l'émerveillement s'accroche définitivement à vous. Puis vous arrivez à un lac ressemblant plus par sa forme à une rivière. Un lac d'une pureté rare. Si calme, presque mystique, qui nous invite à une grande discrétion, comme si nous ne voulions pas troubler les lieux. Sur des kilomètres, s'enchaînent ensuite un plafond différent, une salle différente. Une faille en diagonale de 45cm d'épaisseur et 3m de haut, dans laquelle il faut littéralement se glisser, tout en restant debout, vous amène au plafond en écailles, telle la peau d'un dragon. Puis plus loin, celui-ci ressemble grandement à un plafond de verre, d'un noir intense. Jusqu'à arriver à un grand couloir appelé, à juste titre, la galerie de métro où tout est harmonieux et bien taillé dans la roche. Vous bifurquez alors à gauche et tombez dans une petite salle aux multiples fistuleuses d'une déroutante finesse (quelques millimètres de diamètres), translucides. Si belles. Elles sont créées par les gouttes d'eau passant en leur intérieur. À les côtoyer, je peine à respirer par peur de les casser. Je les sens fragiles tel du cristal.

Ces très belles concrétions m'ont fait prendre conscience de la notion du temps. Ce temps finalement si différent pour chaque élément de l'univers. Celui de la grotte se compte en milliers d'années. Les paysages que nous découvrons, protégés des intempéries et de l'action de l'homme, ne se façonnent que goutte après goutte, se modifiant à une vitesse au-delà du temps humain. Un façonnement délicat, tout en douceur et en lenteur, au rythme d'une goutte tombant toutes les 2 secondes à plusieurs mois. Et il y a nous, êtres humains en immersion dans cette lenteur naturelle, avec notre rythme effréné qui se compte en secondes, minutes, heures. Régulièrement, j'ai été troublée et émue



par cette confrontation entre deux temporalités si différentes qui, pourtant, vivent harmonieusement dans cette grotte.

Vous ressortez de cette petite salle et là ... vous découvrez une salle absolument immense, gigantesque, dans tous les sens du terme! Grande part sa taille : imaginez la plus grande salle du Louvre multipliée par 5 ou 6, tant dans sa telles ces fistuleuses blanches, immaculées, sur fond noir intense. Ou ces concrétions immenses telles « le sapin » mesurant 20 m de haut. Ce tableau est bouleversant de beauté. Oui, il y a bien cela sous terre ! Presque inimaginable et pourtant, il s'agit bien de la réalité ! Jules Verne n'est que de la science-fiction et vous, vous êtes dans la réalité.

Même parcours au retour. Puis vient le dernier effort physique: la remontée du gouffre de 45 m. Une remontée éprouvante en cette fin d'exploration. Mais, tel un sas de transition, elle permet de revenir psychiquement au monde « des équipiers », alors que le monde des humains est encore un étage et plusieurs kilomètres plus loin. Encore quelques minutes de marche pour revenir au camp de base avec cette question régulièrement récurrente posée avec mes compagnons d'exploration : à quel moment de la vie de groupe allons-nous arriver à l'espace vie ? C'est ainsi qu'au retour de notre exploration au cycle 13, mes compagnons et moi, bien affamés, nous demandions si nos équipiers seraient déjà à l'apéritif du dîner de fête? Dîner prévu pour célébrer un anniversaire « ce soir ». Quel ne fut pas notre stupéfaction! Lorsque nous arrivons, la majorité du groupe déjeune. Mais alors, à quelle heure sommes-nous partis en exploration ? Combien de temps cette dernière a-t-elle duré ?

Définir la date à laquelle fêter les anniversaires s'est révélée périlleux. Sur quelle temporalité se baser ? Celle de l'équipier ou de la majorité du groupe ? Finalement, l'un des équipiers a choisi de se baser sur ses propres cycles, lorsqu'une autre équipière a souhaité que nous décidions pour elle. Discrètement, nous nous sommes donc concertés sans elle et avons établi une



moyenne entre ces cycles et celle de la majorité des équipiers. Ce petit jeu temporel lui a offert un anniversaire surprise ce qui semble l'avoir ravi !

Tout au long de ces quarante jours, il m'a été difficile de quitter la notion de jour/nuit, matin/midi/soir. Et à écouter mes équipiers, il se peut que je n'ai pas été la seule. Pour preuve, ce jeu que nous faisons de temps à autre. Lorsqu'un équipier se réveillait et arrivait à l'espace vie, il se pouvait que nous déjeunions. Le jeu était de lui faire croire que nous dînions. L'équipier, sûr de ne pas avoir dormi autant, restait perplexe. Ceci était un jeu, mais aussi la réalité. Comme à mon réveil de ma nuit du 18^e au 19^e cycle. Arrivant encore groggy de sommeil à l'espace vie, mes coéquipiers m'ont indiqué dîner. Certes un peu tôt selon eux, mais ils estimaient aller se coucher dans 2-3heures. Pourtant, alors que je m'étais couchée en même temps qu'eux, j'étais persuadée de n'avoir dormi que 7 à 9h. Est-ce moi qui avais vraiment dormi très longtemps (16 à 20h selon l'estimation de mes coéquipiers) ou est-ce eux qui se sont levés très tôt et ont passé une très courte journée ?

Par l'absence de notion de temps, nous pouvions jouer avec lui. Il était au centre de certains de nos jeux. Mais nous pouvions le faire de manière individuelle. Et c'est ainsi qu'au cycle 17, je décidais d'allonger mon cycle d'éveil pour avoir une « journée » plus grande, au-delà de ce qui pourrait être 24h sur terre, mais plus 30h. Cet allongement temporel était bien sûr subjectif, ne se fiant qu'à mes ressentis personnels. Mais il était grisant. Quel luxe d'accélérer le temps comme de le ralentir, d'avoir la sensation de le maîtriser alors qu'il nous échappe sur terre ! Il produit un certain sentiment de liberté.

Et à la question, dans l'espace parole (ce lieu confidentiel où nous évoquons face caméra nos ressentis, questionnements, joies, peines et répondons à quelques questions), de notre représentation du temps, je répondais qu'il me paraît tout à la fois nébuleux, insaisissable, nous filant entre les doigts. D'un autre côté il est saisissable grâce à certains éléments fixes comme nos



souvenirs, les étapes de notre vie, les dates « sociales » (Noël, les solstices...). Il y a un certain paradoxe entre les deux.

Ce temps passe. Les cycles défilent. Je suis persuadée que nous avons des cycles plus longs que 24h. Je suis bien sous terre.

Mais au réveil du cycle 24, je ressens une lassitude. Celle du quotidien « spatial » de la grotte, de me déplacer de ma tente à l'espace vie où nous passons beaucoup de temps. Et de voir les mêmes têtes le « matin ». Cela ne remet en rien en cause l'affection que je leur porte et le plaisir de vivre cette expérience avec eux, mais un besoin de micro-changements se fait ressentir. Ainsi que le besoin de me retrouver seule un temps. Je profite de l'ouverture exceptionnelle de la cathédrale sur un cycle et de l'absence des équipiers partis se restaurer, afin de m'immerger dans cette majestueuse salle que nous croisons quasi quotidiennement sans pouvoir prendre le temps de l'admirer. Étant notre sas, moins de temps nous y restons, moins de risque nous avons de croiser l'équipe de surface venue récupérer nos déchets. Je prends avec moi de quoi déjeuner (un plat lyophilisé et des fruits secs), avec cette sensation joyeuse de partir pour un pique-nique dominical. Cela me ressource de changer cette habitude de manger à l'espace vie. Un micro-changement essentiel pour laisser mon esprit respirer, micro-changement que je rechercherai ensuite régulièrement au cours de l'expérience, tant il m'avait fait du bien. Et quel honneur d'être seule dans cette immensité sous-terrienne ! C'est comme être seule dans la cathédrale Notre-Dame de Paris. Tout à la fois intimidant, captivant et apaisant.

Je vois au fond de cette salle le passage du Crime qu'il nous est interdit de franchir. Le franchir c'est se diriger vers la sortie. Je le vois, et pourtant je ne ressens ni frustration de ne pouvoir le passer, ni envie et besoin de le faire.

Je suis bien dans la grotte. Sur terre, pourtant éprise de grands espaces et de changements réguliers, jamais au cours de ces 40 jours je n'ai ressenti le besoin de l'extérieur. Ma vie souterraine « [...] ne laissait pas d'être agréable. D'ailleurs



[j'étais] fait à cette expérience de troglodytes. Je ne pensais guère au soleil, aux étoiles, à la lune, aux arbres, aux maisons, aux villes, à toutes ces superfluités terrestres dont l'être sublunaire s'est fait une nécessité. En [ma] qualité de fossiles [je faisais] fi de ces inutiles merveilles » (*Voyage au centre de la Terre*, Jules Verne, Chapitre XXV). Cette grotte est riche de mille merveilles dont j'ai souhaité m'imprégner. Elle m'a fait naître une ribambelle d'émotions que j'aspirais à accueillir et vivre, qu'elles soient agréables ou désagréables. Alors que sur terre, la cadence de vie est effrénée, nous laissant l'excuse de ne pas avoir le temps (ou plutôt de ne pas prendre le temps !) de vivre nos émotions, il n'en est rien dans la grotte. Ni excuse, ni course au temps. Les émotions ont quartier libre pour s'exprimer et être accueillies. Cette liberté émotionnelle me touche. Et elle me questionne sur la Liberté au sens plus large.

La veille de notre entrée en grotte, un équipier nous avait interpellé sur cette notion. De ce que j'avais compris de ses dires, être enfermé volontairement à clé dans une grotte remettait en cause sa liberté. Cette notion de liberté m'a questionné durant plusieurs cycles, sans toutefois en ressentir un quelconque manque. En effet, j'ai eu la liberté de choisir de me laisser enfermer dans la grotte. Au cycle 15, alors que le psychisme avait trouvé ses marques, j'eus besoin de le nourrir intellectuellement. Je me suis dirigée vers notre bibliothèque aux 200 livres, et en ai extrait « De la liberté » d'Épictète. Livre que j'avais glissé dans mes bagages, sans trop me questionner de ce désir. Au cycle 15, ce choix prenait tout son sens. On ne choisit jamais un livre par hasard ! Pour Épictète, être libre c'est ne plus accorder d'importance aux choses qui ne dépendent pas de nous (la santé, la célébrité, le pouvoir...) et se concentrer sur les choses qui dépendent de nous (nos jugements sur les choses, nos désirs, nos aversions...). La force de notre groupe de DeepTime, par la qualité d'écoute des équipiers, la bienveillance de tous et l'attention portée à chacun, était justement de laisser chaque individualité s'exprimer telle qu'elle est, sans la réfréner dans ses pensées, ses émotions, ses actions, tant que ces dernières étaient dans le respect de l'autre et du groupe. Je trouve que nous avons une grande liberté de penser, de nous exprimer, de vivre nos émotions.



Pour moi, la liberté dans la grotte ne résidait donc pas dans la liberté de se déplacer (cette liberté étant restreinte par les murs de la grotte), mais dans celle d'être soi et d'être reconnu dans ce que nous sommes, respecté dans nos qualités, nos défauts, nos pensées.

Cet accueil de la pensée de l'autre, avec bienveillance, je l'ai ressenti dans deux situations. Tout d'abord au cours d'échanges avec certains des équipiers au cours de discussions profondes et philosophiques, sur les émotions, nos doutes, la société, la Liberté, l'Amour.

Et lorsque le moral baissait, que la colère, l'incompréhension, le doute ou les angoisses venaient à frapper à la porte de mon cœur, j'ai ressenti comme une grande disponibilité de la part de mes coéquipiers. N'étant pas pressés par le temps, et vivant sur un même lieu d'habitation tel un village gaulois, il ne fallait que « quelques minutes ou heures » pour discuter avec l'un d'eux si le besoin se faisait ressentir. Cette simplicité de l'échange et cette disponibilité, je l'ai aussi vécue très positivement lorsqu'une tension naissait avec l'un d'eux. Rapidement la discussion était possible, sans outil électronique intermédiaire (téléphone, mails, « face calls »). Nous nous retrouvions dans notre humanité, dans la simplicité de l'échange et dans la confiance. Nous n'avions pas besoin de prendre rendez-vous plusieurs jours ou semaines à l'avance. Les relations me semblaient plus fluides, plus simples, plus spontanées et ainsi, plus humaines.

Par le cadre spatial restreint et l'absence de cadre temporel, offrant la possibilité de rapidement se réunir, la résolution de problèmes m'a aussi semblé plus fluide. Mais au-delà de ces cadres, c'est à mon sens la qualité du groupe qui le permettait. En effet, j'ai trouvé que le groupe a fonctionné avec une intelligence émotionnelle et relationnelle. Aussi, lorsque le groupe rencontrait une difficulté, nous nous réunissions tous rapidement. Chacun se voyait invité à partager son point de vue. Puis un temps de réflexion était donné, avant de se retrouver au cycle suivant pour acter une décision, soit par le groupe, soit par le leader si l'ensemble des équipiers ne pouvaient se mettre d'accord.



Chacun était leader/responsable dans un domaine. De la sécurité à l'électricité, du médical à la nourriture, de l'eau au matériel. Après avoir travaillé sur la logistique nourriture, aux côtés de Mélusine, durant un mois avant l'entrée en grotte, Christian m'a nommée responsable des quelques centaines de kilogrammes de nourriture. Hasardeuse mission que de veiller aux stocks avec 15 ventres affamés ! Certains préférant manger ce qu'ils souhaitent, quand ils le veulent, quitte à tout manger en début de mission sans avoir certaines denrées en fin d'expérience. Alors que d'autres désirent avoir ces mêmes denrées jusqu'à la fin. Comment conjuguer les besoins de chacun ? D'autant plus avec cette impossibilité de savoir combien de jours il reste ? La farine, les œufs et les biscottes ont été de ces denrées qui ont focalisé certaines tensions. Et c'est de biscottes dont je souhaiterais vous parler. Car elles ont révélé un phénomène psychologique qui mériterait une analyse scientifique ! Alors que nous manquions de farine pour faire du pain, les équipiers se sont naturellement portés sur les biscottes. Les stocks diminuant rapidement, j'ai pris la décision avec Kora, co-responsable nourriture, de limiter la consommation de biscottes à cinq par cycle et par équipiers. Quelques cycles plus tard, certains équipiers m'ont fait remonter que ce système ne leur convenait pas, ne se sentant pas libre de pouvoir manger 10 biscottes sur un même cycle s'il n'en avait pas mangé « la veille ». Décision a donc été prise de faire un inventaire total des biscottes, de le diviser par le nombre d'équipiers. Et de laisser chacun maître de son stock. La question s'est alors posée : les équipiers doivent-ils notifier les biscottes qu'ils prenaient ? Et si oui, dans un cahier ou sur le tableau de transmission visible par tous ? La 2e option a été validée par Christian, Kora et moi. C'est alors qu'un phénomène très étonnant s'est produit : les équipiers ne mangeaient presque plus de biscottes. Mais pourquoi ? Et c'est ainsi qu'environ 500 biscottes sortirent de la grotte après 40 jours enfermés dans leur bidon étanche, et que la bourse de Wall Street a illustré cette histoire dans son journal !



Cette sortie, nous l'évoquions de temps à autre. Débattant par exemple du cycle auquel nous allions sortir. A la veille du 40^{ème} jour, sans savoir que l'expérience allait se terminer le lendemain, nous faisons des paris sur le nombre de cycles que nous allions faire en 40 jours. Personnellement, j'estimais une sortie au cycle 42. En pleine partie de cartes le lendemain, je vois au loin 3 silhouettes. J'étais pourtant sûre qu'il n'y avait pas d'équipiers de ce côté-là de la salle, hormis Marina, ayant vu leurs allées et venues depuis plusieurs heures. Rapidement je comprends qu'il s'agit de Jeremy et Mélusine, avec Guy le caméraman. Je le dis aux équipiers. Mais leur réaction n'est pas immédiate. Est-ce parce que cette information est irréaliste ou qu'ils sont plongés dans leur jeu?

Nos trois « libérateurs » du temps avancent. Ce sont bien eux. Je ris aux éclats ! Non, ce n'est pas possible ! Pas maintenant ! C'est trop tôt ! Je peine à y croire. Pensant même qu'ils viennent nous chercher plus tôt pour une raison grave. Pourtant, à la vue de leurs sourires, ils ne dégagent rien de cela. Je continue à rire. C'est impossible ! Il me faut leur demander 3 fois de regarder la date inscrite sur leurs portables, d'attendre de voir défiler une minute, pour réaliser. Mon psychisme s'arrête alors. Mon corps aussi. Mon regard est dans le vague. Mes pensées nulle part. Comme un choc. Quelques minutes plus tard, un équipier vient me voir. C'en est trop pour les émotions. Je ne veux pas que cela se termine. Pas maintenant. C'est trop tôt ! Je suis si bien dans la grotte ! Je pars m'isoler. Fonds en larmes. Ce seront tout à la fois des larmes de tristesse : étant si bien dans cette grotte protectrice, je ne veux pas la quitter. Il y a tant d'émotions à vivre, de découvertes à faire encore ! Et je n'en suis qu'à mon 31^{ème} cycle... 31^{ème} jour dans ma tête, il m'en manque 9 ! Et puis il y a des larmes de soulagement : le groupe se porte bien au terme de ces 40 jours et moi aussi. Mais aussi des larmes de fierté : on l'a fait ! On y est arrivé ! Enfin, il y a des larmes d'angoisse quant à la sortie. Comment se raccorder aux terriens ? Vais-je réussir à transmettre ce que j'ai expérimenté avec la puissance des émotions vécues ? Comment le psychisme va-t-il se réadapter à la contrainte temporelle ? Comment va-t-il vivre cet afflux sensoriel ?



Les 36h nous séparant de l'annonce de la fin de l'expérience à la sortie sont trop courtes. Je ne suis pas prête à sortir. Je n'en ai pas envie. Pourtant il le faut.

La sortie est intense. Il y a du monde. Il fait chaud. Il y a beaucoup trop d'informations, de sollicitations, de mouvements, de bruit, d'émotions. Mon regard se raccroche aux feuilles des arbres qui dansent calmement sous l'effet de la brise. Les gouttes m'apaisaient dans la grotte. Les feuilles le feront en sortir de grotte. Je suis bouleversée par la beauté des feuilles. Elles sont d'un vert éclatant en ce début de printemps. Leurs rainures sont d'une finesse extraordinaire.

En milieu d'après-midi, le psychisme n'arrive plus à tout gérer. Je dois lâcher prise. Je me laisse portée. La première douche et le premier fruit frais croqué ne sont même pas un plaisir. Mon plaisir c'est d'être dans la grotte. La sortie est trop brutale. Fort heureusement, nous sommes bien entourés. Par l'équipe d'Adaptation et les bénévoles. Par nos équipiers Adaptation-Mission20 restés en surface. Par les nombreux messages reçus.

À la sortie et durant deux mois, je poursuis le « test de la minute ». Ce protocole scientifique, nous le faisons dans la grotte à chacun de nos réveils et couchers. Il nous fallait lancer le chronomètre (sans que le temps ne s'affiche sur notre téléphone bien évidemment) et l'arrêter lorsque nous estimons qu'une minute s'était écoulée, sans compter dans sa tête. Je mettrais un mois et demi pour me recalibrer sur la minute, ayant toujours une minute de trop, donc un temps vécu qui passait beaucoup plus lentement. Cette lenteur interne, j'en riais souvent à la sortie. Comme ce mercredi suivant la sortie, où, installée dans un parc parisien dès 10h30, je commençais à avoir faim dans ce qui me semblait être la demi-heure suivante, soit 11h00. Souhaitant me recalibrer au rythme terrien, je me disais qu'il était bien trop tôt pour manger. Par curiosité, je regardais finalement ma montre ... il était 12h30. Cela faisait 2h que j'étais dans le parc.



Il me faudra trois mois pour me ressentir pleinement terrienne, même si à l'heure à laquelle vous lisez ces lignes, mon psychisme n'a pas encore totalement assimilé cette expérience hors temps, dans la temporalité psychique de ma vie. Alors que j'intègre facilement un voyage ou une expérience dans la ligne temporelle de ma vie, cette expérience DeepTime ne l'est pas. Elle est comme contenue dans une bulle. Une belle bulle fine, solide et transparente. Cette même bulle étant reliée à la verticale, par un fil fin et lui aussi solide, à la ligne temporelle de ma vie. Cette expérience me semble réellement « hors temps ».

Mais il est certain que cette expérience a été extraordinaire, tant par ce que j'ai vécu avec les autres équipiers, que par ce que j'ai découvert dans cette grotte, sur moi-même et sur l'humain. Et c'est ainsi que j'ai pu vivre, en son cœur, que « l'expérience de la matière lourde de la terre [permettait] à l'âme d'expérimenter des polarités, des forces contraires qui la font grandir en amour et en conscience » [*La consolation de l'ange* - Frédéric Lenoir]

Cette expérience m'a fait vivre dans une humanité que je souhaiterais transmettre aux « terriens ». À mon sens, sans la capacité d'écoute de chacun des équipiers, sans la bienveillance de chacun, sans ce désir de résoudre les problèmes avec une intelligence humaine, émotionnelle et relationnelle, ni celui de tenir notre engagement scientifique jusqu'au terme des quarante jours, nous n'aurions pas pu les vivre ainsi. Le groupe a été notre force. Le groupe a été ma force. Une expérience hors du temps, à découvrir les profondeurs terrestres et de l'âme humaine. À en ressortir riche d'une expérience humaine, humaniste, sensorielle et émotionnelle incroyable. D'avoir eu ce privilège de vivre sans aucune notion de temps pour œuvrer, à petite échelle, à la recherche scientifique.

« Le temps met tout en lumière. » (Thalès). L'absence de temps, dans l'obscurité d'une grotte, a éclairé l'Homme dans son humanité.

Remerciement



Texte des Deeptimers Tiphaine Vuarier



Ce groupe va bien au-delà des 15 « deeptimers ». Car il y a toutes ces personnes, dans l'ombre, sans qui cette incroyable expérience n'aurait pu naître et si bien se passer. Une centaine de personnes qui, directement ou indirectement, et grâce à leur énergie débordante, ont participé à la réussite de cette mission. Je tiens ainsi à remercier :

Christian Clot. Que ce soit à l'extérieur ou à l'intérieur de la grotte, tu as tout orchestré d'une main de maître. Durant ces 40 jours, tu as toujours eu un œil attentif et bienveillant sur chacun de nous et sur le groupe. Garant des protocoles scientifiques et de notre sécurité, le succès de cette mission n'aurait jamais été ainsi sans ta passion et ton incroyable investissement.

Jérémy Roumian et Mélusine Mallender : vous avez été nos anges gardiens. Vous avez veillé 24h/24 sur nous, durant 40 jours, prêts à répondre à un appel d'urgence, tout en gardant l'entrée de la grotte de personnes un peu trop curieuses. Vous avez (à priori !) bravé le froid, la neige, tout en gardant le cap de votre mission. Merci et bravo pour votre préparation fine et méticuleuse de cette expédition, la gestion des aléas d'une telle expédition (et il y a en a eu beaucoup selon votre témoignage !), la préparation de notre sortie avec une bienveillance qui vous caractérise tant, à penser au moindre détail pour nous préserver du choc d'une telle sortie.

Tous nos bénévoles. On vous l'a dit, mais on vous le redit : sans votre présence, votre énergie, votre engagement et tout votre investissement, l'expédition n'aurait pas pu avoir lieu. Vous avez fourni un travail incroyable, toujours le sourire aux lèvres, avec entrain. Vous avez assuré le bon déroulement de notre quotidien (par le reconditionnement de la nourriture, par l'installation de notre petit cocon, par l'évacuation des eaux usées et déchets humains ...). Les médias et entourages félicitent les deeptimers pour leur courage. Ces félicitations, je vous les adresse, car c'est vous qui avez fourni un travail incroyable et dans l'ombre !

Nos scientifiques qui ont peaufiné ou créé en un temps record les protocoles scientifiques en adaptant le matériel à cette expérience. Merci pour votre confiance et tout votre travail pour faire avancer la connaissance pour l'humanité. Et Coralie Jugan, notre attachée de presse en or.

Catherine Blascot, directrice de la grotte de Lombrives. Merci de nous avoir confié les clés de cet incroyable Airbnb. Sa décoratrice d'intérieur a un sacré savoir-faire... cette grotte est un vrai petit bijou qui recèle 1001 merveilles ! Aux différentes entreprises de la région pour vos 3 bidons surprise expédiés dans la grotte avant notre entrée. Toutes ces surprises gustatives furent un régal et vecteur de beaux moments conviviaux ! Aux habitants d'Unac pour votre accueil chaleureux et bienveillant en sortie de la grotte.

A nos différents partenaires, merci d'avoir cru en ce projet.



Texte des Deeptimers Tiphaine Vuarier



Aux proches, familles, amis et bénévoles, venus nous guider de la grotte à la sortie.

À Mme R., psychologue. Merci pour votre accompagnement sans faille. Les mois précédents l'entrée en grotte ont cette importance particulière d'avoir dissipé, avec douceur, les angoisses liées à ces 40 jours sous terre. Et à Jérémie Vandevelde, du team Winphys, pour votre préparation physique et mentale méticuleuse, ludique et bienveillante, ô combien précieuse et intelligemment menée pour un tel projet.

À mon entourage, indéfectible soutien.

Et bien sûr à mes 13 co-équipiers. Merci à vous d'avoir mis vos qualités au service du groupe. Merci pour ces nombreuses discussions passionnantes, pour votre bonne humeur, pour ces partages émotionnels. Un groupe bienveillant, qui a su travailler ensemble, coopérer avec intelligence et respect. Un petit groupe qui, à mon sens, témoigne que l'humanité est bonne et donne espoir dans le futur. Rien n'est impossible ! Tout est possible si nous coopérons avec une intelligence émotionnelle, relationnelle, intellectuelle, avec bienveillance et respect, dans la communication et en ayant un but commun.

“La seule voie qui offre quelque espoir d'un avenir meilleur pour toute l'humanité est celle de la coopération et du partenariat.”

[Kofi Annan / Assemblée générale de l'ONU - 24 septembre 2001]