

C'était aux temps... du coronavirus

Premier temps : celui qu'on n'attendait pas.

On commençait à s'ennuyer : les gilets jaunes, les grèves des transports et l'incontournable problème des retraites avaient fait long feu...

Mais voici la 3e fois dans l'après-midi que le téléphone me réveille dans une sieste devenue presque quotidienne.

Je sais de quoi il s'agit : un journaliste d'Ouest-France, ou du Figaro, pressé d'avoir du matériel pour cette nouvelle question d'actualité malgré ses connotations moyenâgeuses et qu'on appelle déjà –familièrement– le coronavirus.

La question est la suivante : est-ce que nos patients, à nous autres psy, et plus particulièrement nos patients hypocondriaques –puisque telle est censée être ma spécialité–, ont vu leurs angoisses habituelles s'exacerber (ou non) sous le coup de ce qui est censé annoncer une pandémie mondiale dont les chiffres s'affolent de jour en jour au point que les frontières se ferment les unes après les autres...

Curieusement, je risque de les décevoir, tant je ressens une disproportion entre l'intoxication médiatique –les chaînes de télé et de radio constamment en alerte sur la propagation du virus–, le désordre gouvernemental allant jusqu'à réunir une trentaine de ministres pour déboucher sur des conseils aussi sommaires que la nécessité de se laver les mains, d'éternuer dans son mouchoir ou l'obligation pour les clubs de foot de jouer à huis clos, le risque de pagaille qui plane sur l'économie mondiale.

Et ce que j'observe autour de moi : des gens qui circulent dans la rue sans aucun masque sur le visage, à l'exception de quelques Chinois et encore ; des restaus et des terrasses qui font le plein aux heures habituelles ; et des plaisanteries qui circulent autour de la probabilité de devoir « mourir demain »...

Quant à mes hypocondriaques, puisque c'est à leur sujet qu'on me sollicite, ils ne se sentent ni plus, ni moins inquiets que d'habitude, plutôt moins dans la mesure où ils ne se trouvent plus seuls par rapport à un mal dont ils se sentiraient injustement frappés, mais ramenés à une peur collective qui les distrairait de leurs propres problèmes.

Curieusement, les libraires nous disent que la Peste, le best-seller d'Albert Camus atteint des chiffres records.

Qu'est-ce que je veux dire par là?

D'abord que l'hypocondrie, puisque c'est à son sujet qu'on m'interpelle, n'est intéressante que parce que concernant des maladies rares, à usage individuel ce qui est tout à fait à l'inverse d'une «pandémie».

Peut-être aussi, mais là je m'aventure, parce qu'il y a dans le caractère français, à l'inverse de ce qui se passe dans des pays voisins, une forme de résistance à se laisser impressionner par le jargon médiatique et l'opportunisme politique, ceci étant apparemment plutôt le fait des grandes villes que des campagnes.

Enfin, parce que ce peut être l'occasion d'une rébellion contre l'oppression médicale, la soi-disant suprématie des médecins et de la médecine dont on a commencé à subir les limites...

L'avenir nous le dira...

Mais ce que je commence à sentir, en tant que psy, c'est que nos patients prennent conscience, à partir de cette expérience collective, que le seul vrai danger, c'est la peur et encore la peur, et que le seul vrai remède est de se montrer plus fort qu'elle...

Nous sommes à la mi-mars.

Je prends rendez-vous pour les premiers jours du printemps, c'est-à-dire dans une quinzaine de jours, afin de vérifier où nous en serons, alors...

Deuxième temps : Panique à bord

Ce dimanche avait dû nous apparaître comme une trêve.

Il faisait particulièrement doux, ce weekend de printemps, et les Arènes avaient repris leur paysage accueillant : des couples allongés sur les pelouses, des lecteurs somnolant sur les bancs, les enfants s'égaillant dans les fourrés ou s'arrosant aux fontaines.

Aussi avons-nous été passablement surpris quand le lendemain soir, notre Président à tous, avec son regard glacial d'homme du Nord, nous annonce ce qu'il appelle « des mesures de confinement ».

« *Restez chez vous* » ou encore « *Nous sommes en guerre* », les mêmes mots martelés plusieurs fois.

C'est l'appel du 18 juin, dans sa version punitive.

Dans les jours qui suivent, le vocabulaire va devenir de plus en plus menaçant.

Le pire restait à venir avec ce terme de « confinement » qui évoque les quartiers de haute sécurité, sauf à bénéficier d'une « attestation de déplacement dérogatoire » qui nous ramène, avec le couvre-feu, aux jours les plus sombres de l'Occupation.

Je me garderai bien de discuter l'opportunité de telle ou telle mesure, mais l'intérêt de cette forme de vocabulaire pénitentiaire qui pousse à se demander dans quelle obscure école de commerce le gouvernement recrute ses conseillers en communication.

Bref, nous sommes en prison et pour un temps de détention indéterminé.

Reste à savoir comment nous allons pouvoir y échapper sans étouffer et, pour l'observatrice impénitente que je suis, à en observer les étapes.

Troisième temps : l'enfermement

Le premier effet de l'annonce du « confinement » fut incontestablement psychologique : cette fois, « ça » devenait sérieux.

En témoigne –société de consommation oblige– la ruée sur les grandes surfaces, la terreur maximale consistant à manquer d'approvisionnement : et c'est ainsi qu'on vit les caddies se remplir de produits, au voisinage improbable, tels que le riz, les pâtes, la litière pour chats et le papier toilette –comme seuls nos voisins suisses savent les accumuler dans la perspective d'une 3e guerre mondiale– d'autant que, second argument majeur : les enfants rentrant à la maison, il va falloir les occuper, ou plutôt s'en occuper.

D'où une seconde razzia sur les jeux vidéo, tablettes et autres friandises que la seule considération du « travail à la maison » va permettre de justifier un achat jusqu'ici différé...

J'ai l'air de plaisanter, mais à chacun ses addictions.

Pour ma part, j'ai fait provision de quelques flacons de rosé de Provence qui, associés à quelques boîtes de Doliprane, devraient me permettre de faire face à des nuits sans sommeil : on n'est pas toujours faraud à 4 heures du matin...

4e temps : Les uns et les autres...

Mais on ne peut pas passer ses journées dans les supermarchés, d'autant que les rayons se vident, et que l'obligation de se tenir à 1 m de distance les uns des autres ralentit la circulation, la queue devant les pharmacies se prolonge sur le trottoir, d'autant que les gens commencent à se surveiller hargneusement les uns les autres, se détournant dès qu'un bras ou une épaule viendraient à les frôler.

En fait, il y a plusieurs types de populations.

Dans les familles, et selon les principes diffusés par les psychologues de l'enfance, on tente de maintenir un semblant de vie sociale : de 10 heures à 11 heures 30, les devoirs des enfants ; de 11 heures 30 à 13 heures, jeux récréatifs devant la télé : Nagui n'a toujours pas « cédé la place » et les « zamours » durent toujours ; de 14 heures à 16 heures, place au « télétravail » des parents...

Je crains toutefois que cette belle organisation ne tienne pas très longtemps, si j'en juge par les manifestations d'agacement qui explosent ici ou là.

Si j'étais « les pouvoirs publics », je ferais gaffe au point de rupture, c'est à dire à l'endroit où, corona ou pas, les couples ne pourront plus se supporter, les « chers petits » deviendront « vraiment chiants » et l'appartement une maison d'arrêt.

À vrai dire, les choses ne sont pas aussi tranchées, bien que peu rassurantes, l'impression dominante étant qu'on assiste à une scission entre deux populations : celle qui reste à la maison, assurée d'un aménagement du temps de travail et du maintien d'un revenu confortable ; et celle qui va travailler coûte que coûte, parce que c'est son boulot ou qu'elle ne peut pas faire autrement (et là on retrouve, pour une fois réunis, les internes des hôpitaux et les caissières de Carrefour, associés par les réseaux sociaux dans ce dernier hommage que constitue l'apéro à 8 heures du soir, au balcon des immeubles).

Et puis, il y a quelques sous-populations, moins nombreuses, mais significatives : des personnes solitaires qui ont assez de ressources en elles-mêmes pour se remettre à lire, à écrire ou à jouer du piano, profitant de l'occasion pour faire revivre la part négligée d'elles-mêmes : ce sont

généralement des personnes âgées ou en préretraite ; d'autres encore qui, dès les premiers signes d'alerte, se sont engouffrés dans les derniers trains en direction de la Bretagne ou de la Normandie pour aller vivre, aux frais de la famille restée au pays, quelques semaines de vacances supplémentaires : ils ont le plus souvent entre 18 et 25 ans...

C'est là où j'ai eu quelques peines à me situer : trop âgée pour proposer mes services de santé des hôpitaux, incapable de me sentir inutile, il me fallait trouver une solution...

Les temps du coronavirus

J'ai donc eu l'idée (pas très originale, je l'avoue) de lancer auprès de mes patients hypocondriaques –ceux avec lesquels j'avais repris contact en premier–, une petite enquête que je reproduis ici et qui avait pour but de recueillir leurs observations sur leurs propres comportements et ceux de leur entourage face à l'épidémie.

Qu'allons-nous faire du coronavirus?

Petite enquête personnelle et confidentielle

Nom, Prénom

Âge

adresse e-mail ou n° tel.

Globalement,

1) Avez-vous l'impression que cette «crise» du coronavirus a modifié votre attitude

- par rapport à votre santé*
- ou à celle de vos proches*
- à la fragilité de l'existence*

2) Comment ce sentiment a-t-il évolué en fonction des informations et contre-informations que vous avez pu recevoir?

*3) À quel type d'information vous êtes-vous particulièrement référé?
(communications gouvernementales, média, réseaux sociaux...)*

À propos du «confinement»?

Qu'est-ce que ce dispositif a changé dans votre attitude face à l'épidémie?

Apparemment, les consignes ont été respectées : à votre avis, est-ce :

- la peur des sanctions*
- l'exemple des autres*
- ou l'impression que cette fois, c'était sérieux*

Qu'est-ce qui vous a paru le plus contraignant?

- rester à la maison*
- le télétravail (ou toute nouvelle forme d'organisation)*
- garder les enfants*
- trouver des occupations...*

À supposer que ce «confinement» se prolonge au-delà de 15 jours voire de plusieurs semaines, que redoutez-vous le plus?

- l'ennui
- la solitude
- les tensions dans la famille
- et comment comptez-vous y faire face ? (non exhaustif)

Premiers résultats

À vrai dire, les premiers résultats ont été décevants :

- réponses par oui ou par non, ou stéréotypées
- considérations générales, de nature à mettre l'intéressé hors de cause
« *ce seront les personnes âgées ou les plus fragiles qui seront les plus atteintes* »
- ou à donner une bonne image de soi...

Donc, rien de très intéressant.

Certes, je pouvais incriminer une maladresse dans la rédaction même du questionnaire, mais je sentais bien qu'il y avait « autre chose ».

Je décidai donc de ne pas m'arrêter là, et de relancer chacun de mes interlocuteurs individuellement.

Dès lors, quelques conclusions commencèrent à prendre forme :

1) Mes hypocondriaques n'étaient ni plus ni moins inquiets face à l'épidémie.

Je dois même dire qu'ils l'étaient plutôt moins, centrant leurs préoccupations sur des problèmes mineurs: verrue au pied, sommeil perturbé, difficulté pour suivre un régime...

Je ne devais pas m'en étonner : je savais que l'hypocondrie n'était intéressante que si elle portait sur une maladie rare et somme toute personnelle...

Et à ceux qui évoquaient l'objection du sida dont les échos sont encore mal éteints, je savais aussi à quel point le relent de culpabilité sexuelle qui y était attaché avait contribué à laisser des séquelles...

2) Les préoccupations exprimées touchaient aux mots (maux)-clés de notre société :

- l'égoïsme, sauf en ce qui concerne l'attention portée aux enfants qui en constituent la part la plus « présentable »
- le souci majeur du manque à consommer, d'où les razzias sur les rayons des grandes surfaces
- la tentation du retour à la maison, perçue comme une chance pour ceux qui rêvaient à leur retraite ou se sentaient menacés d'un burn-out (qu'on écrit parfois « bore out » au travail), à ce point qu'à ce stade du moins de l'épidémie, certains étaient déjà partis en vacances, profitant de la maison de campagne en Bretagne ou en Normandie.

Pourtant, je sentais bien aussi que ces comportements constituaient la face émergée de notre iceberg social et que la suite de l'histoire risquait de faire apparaître des comportements nuancés et parfois même opposés.

Mais à ce stade, nous n'en étions pas encore là...

Et maintenant ?

Bien entendu, le temps nous semble long, voire interminable, en même temps que nous savons bien quelque part, que nous avons connu d'autres tragédies dont il nous était apparu pour un temps que l'humanité ne pourrait pas survivre...

J'ai eu envie de confronter à cet égard deux œuvres qui appartiennent à notre patrimoine culturel, qui reste ce que nous pouvons avoir de mieux en pareil cas :

- La 1re, et elle aurait pu donner lieu à de nouveaux tirages si les libraires n'avaient pas été contraints de fermer leurs rideaux, concerne bien entendu « La peste », d'Albert Camus, avec cette façon magistrale d'enregistrer les comportements, non pas en fonction de ce que nous savions, mais de ce que nous pouvions devoir faire, face à une vague qui tout à coup, nous submergeait en même temps qu'elle nous révélait à nous-mêmes dans nos lâchetés et nos coups de cœur.
- La seconde, avec deux siècles d'avance, nous venait de cet autre génie de notre langue que fut Jean de la Fontaine et qui nous révélait dans son style inimitable qu'

« ils ne mouraient pas tous », mais que « tous étaient frappés »

Si on y réfléchit, le problème était le même :

*« Un mal qui répand la terreur...
mais que le ciel en sa fureur... »*

C'est la leçon qui diffère.

Là où Camus laisse l'homme se débrouiller seul avec lui-même, La Fontaine propose une réponse sociétale :

« Selon que vous serez puissant ou misérable »
et c'est l'âne qui paiera les pots cassés...

Nous ne savons pas encore quelle leçon nous tirerons du coronavirus, mais il apparaît clairement que nous ne pourrions plus vivre « comme avant ».

Épilogue

Je m'adresse à Zorro : (c'est mon chat, il faut bien parler à quelqu'un) :

«Zorro, c'est le printemps : dans la cour, les arbres sont déjà verts...»

Zorro : « Ce n'est pas vrai. Si c'était le printemps, tu serais déjà sortie. »

Il n'a pas tout à fait tort.

C'était au temps du coronavirus

2e partie

L'entre-deux monde

5e temps : chacun chez soi

J'avais envisagé une «suite» à ma première enquête sur le coronavirus, mais j'ai dû renoncer au projet, tant il m'apparaissait que celle-ci ne m'apporterait rien de plus que la précédente.

Je retrouvais chez mes concitoyens le même niveau d'égoïsme têtue, de préoccupations exclusivement ancillaires, que j'avais repérées lors de ma 1re enquête, sinon qu'il s'assortissait désormais d'une méfiance vis-à-vis de l'autre, du «voisin», qui faisait que tandis que le port des masques se généralisait, la moindre incartade au-delà du périmètre de sécurité marqué par une croix sur le sol des trottoirs et des supermarchés s'apparentait à une violation de territoire.

Chacun devenait un ennemi potentiel dont il convenait de se détourner ostensiblement... au risque d'apparaître soi-même comme un ennemi public potentiel.

Je n'avais donc plus grand-chose à apprendre de ceux-là qui, en fin de compte, se trouvaient bien aise, de «rester chez eux», surtout si quelque part, les attendait un jardin et une maison à la campagne.

Quant à la seconde catégorie de population, celle qu'on applaudissait chaque soir au balcon des immeubles parce que, soignant les autres et donc exposée au plus grand risque d'être contaminée, il aurait été inconvenant d'y toucher...

6e temps: «Mort ou vif ?

Me restait donc une 3e catégorie, celle qui faisait l'objet de statistiques approximatives et dont on ne parlait pas, parce qu'elle n'était ni d'un bord ni de l'autre, et qu'on ne lui demandait pas son avis, parce que tout simplement, elle n'avait pas droit à la parole, en quelque sorte les morts-vivants ou cette catégorie très particulière qu'on appelait « les malades en réanimation ».

Alors, faute de pouvoir les faire parler, j'essayai de me mettre « à leur place » dans cet entre-deux qui va de l'annonce du diagnostic : « contaminé » au moment où vous ne vous appartenez plus, parce qu'à partir de là c'est l'équipe du SAMU, le brancard, les blouses blanches et les chaos de l'ambulance qui prennent le relais.

On ne vous demandera plus votre avis, d'autant qu'on vous aura administré les sédatifs qui vous auront permis de tout accepter, y compris l'appareil respiratoire qui va suppléer la défaillance de vos propres poumons : désormais, ça respire à votre place...

Peut-être même que plus tard, vous ou plutôt votre corps immobile, ficelé dans ses sangles, entouré des mêmes fantômes en blouse bleue, sera emporté via un avion ou un train médicalisé vers une destination inconnue dont vous percevez les seules secousses.

Je ne peux pas m'empêcher de penser avec Jankélévitch, qu'il y a plusieurs façons de mourir, et que, sans doute, mourir avec des milliers d'autres, au cours d'une épidémie tous cadavres confondus, ce n'est pas la même chose que de mourir chez soi, accompagné des vôtres et des souvenirs que vous leur laissez.

Ni tout à fait mort ni tout à fait vivant...

C'est peut-être l'un des mystères de la condition humaine sur lequel il nous est peut-être donné de réfléchir... tant que nous le pouvons.

Michèle Declerck

A propos de l'auteure, un texte, **en préparation**, écrit à la première personne :

<http://colllearning.info/CISHE/wp-content/uploads/2020/04/Les-arènes-de-Lutèce.pdf>