

Ode aux grands anxieux

Derek Moss

J'ai écrit ce billet d'humour sur la situation actuelle — le monde entier bruisse de la crainte du coronavirus — car elle m'effraie tant que c'est l'unique moyen que j'ai trouvé pour atténuer l'angoisse. Au moins, pour une fois, je ne suis pas le seul à paniquer. Cela pourrait me rassurer. Mais, non. Comme une éponge, j'ai absorbé cette peur globalisée, je l'ai laissé m'envahir de la tête à l'estomac en passant par les mollets, sans résister, et je me demande désormais comment faire pour maintenir le cap avec ma santé mentale déjà fragile. Alors, parce que par civisme, il faut parfois témoigner d'un peu d'optimisme, m'est venue l'idée de scribouiller cette ode bienveillante aux grands anxieux, ces visionnaires à la mine flétrie par des années de lucidité imaginative débordante, mais peut-être les seuls destinés à survivre, avec les cafards, à un futur apocalyptique.

En cette période de crise sanitaire due au Covid-19, le grand anxieux peut devenir un modèle, une idole, un parangon, ou bien un ami idéal.

Le pantophobe, littéralement celui qui a peur de tout, sort peu de chez lui. En temps normal, faire de simples courses alimentaires requiert, pour lui, un effort considérable. Une fois hors de son cocon domestique, sa vue se trouble. Son cœur s'emballé. Sa poitrine se resserre. Ses mains deviennent moites. Ses poils se hérissent. Autant dire qu'Amazon,

Deliveroo, toutes les autres plateformes d'achat en ligne, mais également Skype et les technologies digitales sont une aubaine pour un anxieux comme lui (même s'il déteste la sonnerie intrusive du téléphone). Mon vieil ami, le Dr Jean Sucasacq, un super angoissé classé dans la catégorie « poitrine lourde », ne sort jamais à l'extérieur, au grand jamais, sans avoir préalablement gobé un cachet d'une benzodiazépine corsée. Je l'ai contacté ce matin par Skype : « Vous savez, mon cher Derek, je vis en auto-quarantaine depuis fort longtemps ! »

Le très anxieux est souvent un hypocondriaque. Tout ce qui est incontrôlable réveille en lui un imaginaire du pire. Une douleur à la gorge mène inéluctablement au cancer du larynx. Les radiographies prescrites, loin de le rassurer, mènent au risque de surexposition aux rayons X et, elles aussi, au crabe. Le pauvre hère sursaute à la simple vue d'une blouse blanche, même quand il n'est pas dans un contexte médical. Autant dire que le gel hydroalcoolique et les masques chirurgicaux, il connaît, et depuis son plus jeune âge !

Pas de voyages, non plus. Le grand anxieux abhorre les moyens de transport. Mon amie, Denise Gumfurd, championne nationale d'hyperventilation, se souviendra à vie d'un vol Paris-Nuremberg, l'une des rares fois où elle s'est infligé de pénétrer dans

ce cercueil fusant à dix-mille mètres au-dessus de nos têtes. Entre la fermeture de la porte et la démonstration des consignes de sécurité en passant par le « Thé ? Café ? » des hôtes, elle s'est transformée en un volcan de tachycardie prêt à exploser au milieu des passagers. Elle a aussitôt avalé une boîte entière de Xanax ainsi que toutes les liqueurs à portée de main. Évidemment, elle ne s'est pas réveillée après l'atterrissage et les stewards ont dû la débarquer sur un brancard. « Plus jamais ça ! », s'est-elle exclamée à son arrivée à Nuremberg.

La vie sociale du grand anxieux est extrêmement limitée. Le « social distancing », c'est son éthos. Les gens lui font peur. Face à l'autre, en une seconde, surgissent le vertige, la tombée dans l'abîme et l'insupportable échauffement des sens. Il ne peut pas soutenir le regard direct des autres et, devant eux, il a souvent l'impression de se métamorphoser en une boule dans la gorge géante. Pas de partenaire humain dans sa vie non plus. À l'idée de fusionner avec quelqu'un, il choisit la solitude. Le très anxieux aime certes les animaux, mais pas les chiens sans laisse ni les oiseaux dans le ciel ni les pangolins chinois, et ne parlons pas des insectes grouillants qui lui rappellent, à son insu, la scène primitive de papa et maman en train de s'apparier dans la chambre à côté.

Bref, le grand angoissé anticipe des catastrophes multiples qui se lovent, insidieusement, dans les tout petits détails de son existence. Pour lui, le monde est saturé de signes menaçants et contradictoires dans leur interprétation. Des légions de « et si... » colonisent son cerveau à l'infini. Même seul chez lui (depuis toujours), ganté (depuis le SRAS en 2002), masqué (depuis l'épidémie d'Ebola de 2013) et retranché ces dernières semaines derrière un mur de PQ et des kilos de pâtes sans gluten (il a fait le bilan allergologique, il est intolérant, lui !) accumulés au fil des années (il n'a pas attendu la dernière minute, lui !), il est convaincu d'être porteur du coronavirus. Autant dire qu'il est probablement, mais est-ce prouvé scientifiquement, un transmetteur viral faible. Il pourrait être une icône, ou votre ami, voire un confident en période de crise sanitaire, mais je pense que vous l'effrayez déjà trop. Reculez, je vous prie ! Gardez vos distances !