

## La peur par temps de COVID 19

Dominique Penso-Assathiany  
Dermatologue, 92 130 Issy-les-Moulineaux

[dopenso@wanadoo.fr](mailto:dopenso@wanadoo.fr)

Le 8 avril 2020

« La rame qui arrive est pleine, Pélestor doit se tenir debout, ce qui est éprouvant mais, pour des raisons de microbes, germes, virus et autres bactéries, il est exclu de se retenir aux poignées ou aux barres disponibles » Cet extrait est issu du roman de Jean Echenoz, *Envoyée spéciale*, paru en 2016 (Editions de Minuit).

C'était il y a longtemps, avant l'épidémie liée au Coronavirus avec lequel nous avons appris à nous familiariser.

### **Autrui comme un ennemi**

Qu'avons-nous appris ? Qu'autrui est dangereux, qu'il faut s'en méfier, qu'il est potentiellement porteur d'un ennemi d'autant plus sournois qu'il est totalement invisible, inodore, un ennemi, un vrai. Cet ennemi est porté par autrui, lui-même en passe de devenir ennemi. Se croiser à un mètre dans la rue en se regardant avec méfiance. Fustiger du regard celui qui vous colle dans une file d'attente pour entrer dans le magasin d'alimentation. Être regardé comme un curieux objet si vous avez le malheur de marcher dans la rue en souriant parce que finalement, il fait doux et que, malgré le confinement, le printemps pointe son nez.

Autrui comme un ennemi. Je m'étais déjà interrogée sur autrui comme un ennemi à travers mon travail sur le port de gant d'examen utilisés pour examiner une peau normale. Déjà, bien avant cette épidémie, autrui pouvait être un ennemi car les dermatologues interrogés sur la raison de ce port de gants non motivé par une quelconque infection cutanée, avaient répondu qu'ils se protégeaient eux-mêmes. De quoi, de qui avaient-ils peur ? De cet autre, leur patient tout de même, peut-être porteur d'un agent d'autant plus dangereux qu'il est invisible. Avaient-ils raison rétrospectivement ?

### **Peur, le mot est lâché**

Sommes-nous revenus au temps des lépreux et pestiférés de l'époque de la grande Peste ? Michaela Marzano (*Visages de la peur*, puf, 2009) écrit : « Par l'imagination, la peur commande. » (p14) ; elle écrit plus loin, se référant à *L'inquiétante étrangeté* de Freud, « avant même d'être quelque chose qui existe à l'extérieur de nous, le monstre (*pour nous le virus invisible, infiniment petit -ajout personnel*) est ce qui, de l'extérieur vient toucher d'une manière ou d'une autre, ce qui à l'intérieur de nous nous fait peur et nous obsède. (...) Le rapport à l'*autre extérieur* dépend de la relation que nous avons avec l'*autre en nous*, avec cette part d'étrangeté que nous portons tous en nous-mêmes. » (p35)

## **Peur et courage**

Or Corine Pelluchon nous parle du courage d'avoir peur (*Il faut avoir le courage d'avoir peur*, Les Inrockuptibles, 23 mars 2020). Descartes n'est pas d'accord (*Les passions de l'âme*) en affirmant que la peur n'est d'aucune utilité et qu'il faut s'en prémunir en anticipant de sorte à ne pas avoir à connaître cette situation.

Aristote considère le courage comme une vertu en équilibre entre les vices de témérité et de lâcheté (*Ethique à Nicomaque*). Ce courage n'empêche pas d'avoir peur. Mais si pour Aristote, le courageux est celui qui sait surmonter sa peur, la peur est pour Corine Pelluchon le moteur du courage.

Pas de témérité, ne pas s'exposer inutilement au risque malgré notre sentiment d'impuissance. Il a fallu quelque temps pour que j'admette que, malgré ma bonne volonté, je suis plus utile à voir les urgences dermatologiques dans mon cabinet ou en téléconsultation qu'à être aux « urgences médecine » pour faire un tri Covid + ou -. Il se serait agi alors de témérité. Savoir jusqu'où nous pouvons aller sans nous mettre en danger car se mettre en danger est nuire à la société en utilisant peut-être un lit d'hôpital. Ainsi se profile le courage du confinement, c'est-à-dire admettre que ce confinement est utile à la société. Le courage d'admettre notre impuissance.

Y a-t-il plusieurs types de peurs ? Celle qui conduit au courage et celle qui conduit au malaise, à l'angoisse, voire parfois à la panique !

## **Les vertus de la peur**

La peur n'est pas la terreur qui est un sentiment archaïque, irrépressible, insurmontable, pouvant amener à des conduites insensées. La peur est raisonnable ; elle ne paralyse pas.

Cependant, son intensité et ses conséquences varient en fonction de notre propre passé, de notre vécu, de notre éducation. (*Pourquoi a-t-on peur* The conversation, 26 mars 2020). Elle peut, dit Corine Pelluchon, conduire à avoir une attitude courageuse ou bien rester en retrait après avoir analysé les choses. Mais la peur d'autrui est d'un autre domaine, celui de la méfiance envers autrui, celui de l'individualisme. Bien utilisée, la peur, qui, sans être réellement peur d'autrui, conduit à la prudence, est une vertu. Elle n'empêche pas alors les relations de sollicitude envers les autres mais à distance. Elle est une vertu car elle incite aux bons gestes et en ce sens elle protège la société.

## **Peur et courage des soignants**

Si nous avons peur d'autrui en tant que porteur potentiel de l'invisible mais dangereux ennemi, les soignants au plus près des malades ont aussi peur. Cette peur-là diffère de la précédente en ceci qu'il s'agit de la peur de la maladie potentiellement mortelle, pour eux et pour leur famille, maladie qu'ils pourraient contracter auprès des patients dont ils s'occupent. Ici, il ne s'agit plus de peur d'autrui mais de peur de la mort. Le registre est donc différent. Cette peur-là, preuve de conscience informée des risques, précède le courage, le rendant encore plus précieux car il en faut du courage pour poursuivre une mission de soin en la sachant dangereuse pour soi.

Qu'est-ce que le courage ? Ce mot vient du mot cœur. D'abord signifiant une tension psychique, il devient synonyme de force d'âme, notamment devant le danger. (*Dictionnaire historique de la langue française*, sous la direction d'Alain Rey). On peut dire que ces soignants ont une force d'âme et sont investis d'une mission qui

les propulse au-devant de dangers auxquels, à notre époque, nous pensions échapper.

Michaela Marzano écrit encore : « La peur est une trace d'humanité. Elle nous renvoie tout à la fois à la fragilité et à la richesse de la condition humaine. Si l'homme a peur, c'est parce qu'il n'est pas tout puissant et que le danger peut toujours l'atteindre. » (p148).

Pour conclure, la notion de peur n'est pas univoque. Elle peut être celle d'autrui presque irrationnelle mais aussi salvatrice si elle nous permet d'être prudents ; celle de la maladie ou de la mort pour les soignants, elle est alors parfaitement rationnelle et fondée. Elle est toujours une tempête en nous. Elle peut être subie et devenir angoisse voire terreur ; elle peut être utilisée comme point de départ au courage.