

- Lifestyle

FREE TOOL

#1 Backup and Recovery

Microsoft SQL

Livre : usages de la peur



i

PAR NATHALIE LAMOUREUX*Modifié le 02/05/2019 à 20:31 - Publié le 02/05/2019 à 20:30 | Le Point.fr*

La peur nous surprend, nous tétanise, nous blesse. Pourtant, des hommes et des femmes choisissent de la vivre au quotidien. Un livre, « Éloge de la peur », explore cette contradiction.

Aversion, affres, affolement, angoisse, épouvante, frisson, frayeur, panique, terreur, horreur... Si, comme l'écrivait l'anthropologue Evans-Pritchard, l'importance d'une chose est proportionnelle au nombre de termes qui permettent de la qualifier, la langue française ne manque

pas de mots pour faire référence aux multiples nuances de la peur, de l'inquiétude à la terreur, de la répugnance à la panique. Dans *Éloge de la peur*, Gérard Guerrier s'est penché sur les « peurs choisies » – celles liées à la prise volontaire de risque –, qu'il oppose aux « peurs subies » que sont les phobies, l'angoisse de la maladie ou de la mort. Pour étayer son propos, il pioche dans l'histoire de l'aventure, les études scientifiques, la littérature, convoque montagnards et marins, les fait dialoguer sur la peur, leurs peurs.

PUBLICITÉ



Rejouer la vidéo

inRead invented by Teads

L'homme peut avoir peur de tant de manières différentes que la liste de ce qu'il craint est presque infinie. Des basejumpers aux surfeurs de grosses vagues de Nazaré, en passant par les savanturiers, l'auteur explore – en dix parties et quatorze chapitres ! – cette « peur choisie » qui nous pousse à amplifier la réalité, ordinaire et fade, afin de nous sentir exister pleinement.

« Dans le basejump, si tu n'es pas bien, il ne faut simplement pas y aller »

S'il est un terrain où cette peur s'exprime par-dessus tout, c'est bien celui de l'aventure. L'aventure, « c'est ce qui advient », l'irruption de l'inattendu, comme une rencontre amoureuse. Une chose éphémère, et c'est pour cela qu'on la désire tant. Sitôt terminée, on prie pour qu'elle recommence. « L'explosion de sens se double d'une merveilleuse impression de liberté. La liberté crée un sentiment d'inachèvement qui



ouvre un tas de perspectives. » Elle est aussi confrontation à soi, plongée dans une intériorité non moins redoutable à celui qui n'y est pas préparé que la morsure des circonstances. Pourquoi se lance-t-on dans le sport extrême ? Pourquoi, une fois la montagne découverte, on y retourne malgré

les dangers ? Xavier Fargeas, alpiniste et médecin psychiatre, déclarait que « le massif du Mont-Blanc est l'hôpital de jour ». Reinhold Messner disait que, pour être au-dessus du top niveau, il fallait être égocentrique, asocial, invivable, fou. Gérard Guerrier nuance l'idée que la prise de risque des aventuriers serait la manifestation d'un état dépressif, « même s'il faut reconnaître que l'on n'entre pas dans la Légion étrangère sans une forme d'instabilité ». Il fait parler l'homme volant Julien Millot : « Dans le basejump, si tu n'es pas bien, il ne faut simplement pas y aller. »

« Et il était tellement prudent... jusqu'à ce jour d'hiver »



Gérard Guerrier en connaît un rayon sur les peurs, « cette émotion face à un danger immédiat » qui affecte notre corps et notre esprit. « J'en sais plus sur la peur que la plupart des experts, car, en cette matière, rien ne vaut le vécu, l'intime. » Pilote d'aile delta, skieur

de pentes raides, alpiniste, ingénieur-plongeur, sa vie est une succession d'aventures. Avoir les foies ou les chocottes, c'est son dada. Il est le premier homme à avoir connu la narcose à hydrogène lors d'une expérimentation de plongée en eaux profondes. « Un titre de gloire qui n'affole ni les gazettes ni les livres d'histoire, mais qui m'a permis, jeune ingénieur, de payer mon garage. » Gérard a été l'un des premiers aussi à parcourir les Alpes en vol-bivouac, vol itinérant se déroulant sur de longues distances, où l'on dort le soir à la belle étoile sous son aile. Mais, si le vol libre lui a apporté les joies les plus extrêmes, il lui a infligé la blessure la plus horrible : l'accident de son fils aîné en parapente. « Et il était tellement prudent... jusqu'à ce jour

d'hiver. »

Parmi les risques d'origine humaine, les erreurs, invisibles et fortuites par définition, ont souvent des conséquences catastrophiques.

Pourtant, qu'elles soient collectives ou individuelles, il est rare que l'on s'inquiète des erreurs. La peur vient trop tard... De nombreuses erreurs, qualifiées de « stupides », surviennent avant le « moment critique ». L'excitation, un excès de motivation et la précipitation peuvent en effet réduire notre champ d'observation et nous faire oublier des détails essentiels. « En situation de risque, en mobilisant notre peur, nous pouvons ressentir et agir en pleine conscience, voire connaître l'ivresse du *flow*, si l'on maîtrise tous les paramètres. » Mais cette pleine conscience présente le risque de réduire le champ de l'observation et limite la capacité d'improviser. « Mon fils aîné s'est fait surprendre par la fermeture de sa voile parapente. Polarisé sur son aile et ses commandes, il a tenté désespérément de rouvrir sa voile pendant les dix secondes de sa chute, sans avoir eu la présence d'esprit, faute d'expérience ou de clairvoyance, de tirer son parachute de secours. »

De même, pour bien conduire une automobile, il faut en avoir incorporé la dynamique de manière à ne plus réfléchir à la position des roues, à l'encombrement de la carrosserie ou à l'emplacement des commandes. Le conducteur confirmé ne réfléchit plus. Il fait corps avec la voiture.

« Chacun perçoit le risque de manière unique »

Le thème du livre a confronté son auteur à un objet difficile à construire dans la mesure où il s'agit d'une émotion qui, éprouvée ou inspirée, est présente dans toute expérience individuelle et collective. La complexité qui s'attache à l'analyse de tout affect conduit à questionner la capacité réelle d'un individu à comprendre ses peurs et, de façon générale, les émotions des autres. Or, d'un sentiment, on ne sait que ce qu'il s'en dit, à travers le discours – véhiculé par les études psychiatriques, psychologiques ou historiques, et ce qu'on en perçoit. Et, quelle qu'en soit l'intensité, la peur n'est pas toujours immédiatement perceptible ou peut se manifester à travers des souffrances. « Si la peur est bien une émotion universelle, chacun perçoit le risque de manière unique, avec son propre vécu et sa sensibilité. À chacun sa peur. » Dans ces conditions, comment distinguer « peur choisie » et « peur subie », s'il y a des « peurs sans danger » et des « dangers sans peur » ? Il y a des tas de sociétés où la

peur a pénétré la mémoire sociale jusqu'à devenir un « mode de vie ». Une autre difficulté touche au fait que la peur a été désignée par une pluralité de termes qui sont l'expression d'une expérience de la réalité. Le terme de peur voisine avec d'autres notions (menace, risque, danger) qu'on ne peut pas traiter séparément.

La peur n'est pas toujours liée au danger ressenti ou aux risques encourus. La présence d'un danger n'implique pas nécessairement un sentiment de menace. Gérard Guerrier fustige les contradictions d'une société « qui dresse le principe de précaution au cœur de la cité et se délecte des images mises en ligne par les sportifs de l'extrême ». L'envers du décor, c'est-à-dire les conditions dans lesquelles sont tournées certaines scènes, donne froid dans le dos. Une chose est sûre : le calcul des risques ne permet aucunement la gestion de la peur. L'angoisse qui accompagne rétrospectivement la conscience d'un danger s'éprouve dans le présent et n'implique pas la mise en place d'une stratégie efficace puisque l'accident s'est peut-être déjà produit ou pas. « L'angoisse face à l'incertitude et l'inconnu est plus insidieuse, capable de s'installer à demeure pendant des jours et des nuits ; elle n'est guère utile lorsque nous n'avons aucune prise sur des événements ou notre destin. » Pourtant, alors que son fils aîné est dans le coma et que le fils cadet second prend l'avion, il ne peut pas s'empêcher de se connecter sur Flightradar24. « Je sais que c'est ridicule de suivre ce vol en direct, mais c'est plus fort que moi. J'ai tellement peur qu'il lui arrive quelque chose. » La peur pour un proche est autrement plus sérieuse qu'une aventure.

Faire confiance à ses pieds et rire à gorge déployée

On aura compris aussi que, pour l'auteur, la « vraie aventure » doit être « aventureuse », clin d'œil à une époque où l'aventure servait un but



i

noble – découvrir une terre, tracer une route pour la première fois – aux antipodes de ces agences qui vendent de l'aventure aseptisée en l'entourant d'un tas de précautions et d'assurances. On ajoutera que l'aventure est une expérience intime, un vécu individuel. Il n'y a pas de vraie et de fausse aventure. Est « aventure » ce qui est ressenti comme tel. L'aventure est d'abord un discours sur l'aventure, discours qui véhicule un tas de représentations qui sont celles des sentiments de l'acteur de l'époque. L'aventure est une question de

regard et les aventuriers s'incarnent dans de multiples figures.

L'explorateur Roald Amundsen disait : « L'aventure est un produit de l'incompétence. » Dans ces conditions, le seul véritable imprévu, ce serait l'accident ! « Authentique aventurier », Bertrand Piccard ? Oui, si l'on considère le gâchis du ballon *Breitling Orbiter 1* et *2* en 1997 et en 1998. Non, si l'on regarde l'exploit de son tour du monde en ballon, à bord de *Breitling Orbiter 3*, et du projet Solar Impulse.

Lire aussi Solar Impulse en pleine lumière

Si l'on devait faire une critique de ce livre riche, documenté, écrit par une plume alerte, passionnée et sincère, ce serait sa construction, liée à la complexité du thème, « casse-gueule », et à sa méthode d'approche. Le lecteur vogue au fil de l'eau, passant d'une partie à l'autre, de façon abrupte, ballotté entre les pérégrinations de l'auteur, les observations factuelles, les idées, les représentations et les symboles. L'impétueux Gérard s'est laissé déborder par son enthousiasme, son énergie débordante, sa hargne et qui dit... ses peurs peut-être ! On recommande vivement à tous ceux qui craignent le vide la partie 6, où l'on apprendra pourquoi il faut faire confiance à ses pieds, rire à gorge déployée ou mordre un bâtonnet en travers de la bouche.

« Éloge de la peur, à l'usage des aventuriers et des baroudeurs du quotidien » par Gérard Guerrier, 2019

Reportages, analyses, enquêtes, débats. Accédez à l'intégralité des contenus du Point >>

CONTENUS SPONSORISÉS

Ce clip anti-ronflement explose les records d...

eNews Technology

Un nutritionniste révèle: «C'est comme un karc...

Nutravia

Location saisonnière, quels revenus en atte...

Abritel® - HomeAway™

APC Smart-UPS 1000VA LCD RM - onduleur - 700 Watt - 1000 VA - ave...

575.92€ - inmac-wstore.com

Cette semelle anti-douleur explose les records de vente en France

eNews Technology

Ce clip magnétique révolutionnaire stoppe radicalement le Ronflement

Nose-Clip

Ophélie Winter fête ses 43 ans : son évolution physique en images

Gala

30 Lieux effrayants – abandonnés ou laissés à l'abandon

A DÉCOUVRIR SUR LE POINT

Anémone : pourquoi elle ne pouvait plus voir les Bronzés en peinture

Brigitte Macron, sa vie d'avant

Marseille : une députée LREM boycotte un meeting de la majorité

Décès d'Anémone : le Splendid lui rend hommage

Attaque « antispéciste » à Paris : une côte fêlée et 7 jours d'ITT pour le boucher

Antiquorum dévoile ses beautés vintage à Genève

2 COMMENTAIRES

Par le 04/05/2019 à 08:16

Un livre féministe ?

Il faut lire le livre : Isabelle Autissier, Florence Arthaud, Stéphanie Bodet, Edurne Pasaban, Michèle Piccard, Justine Dupont... mais aussi des femmes moins connues : Jade Mietton, Jelena Schradi, et bien d'autres ! L'auteur, au contraire, s'est appliqué à mettre en avant les femmes, n'hésitant pas à leur dédier un chapitre qui loue leur intelligence des situations et leurs sensibilités.

Par xavi roc le 03/05/2019 à 02:40

Tres interessant...

Et pas de femmes au palmares... La vraie nature humaine reprend le dessus... Quand rendra t on hommage a l homme pour sa capacite a surmonter sa peur bien plus que la femme... ? Quel progres et bien etre est ce que cela a engendre ?

POUR COMPRENDRE LES EUROPÉENNES

Le Point tête de liste de l'information

