

## Peurs : méfions-nous d'abord... de nous-mêmes

Nous nous méfions plus ou moins des nouvelles qu'on entend. On ne croit plus ni aux promesses, ni aux beaux discours. On se méfie même de ses voisins, bref on se méfie des autres. Mais sommes-nous nous-mêmes, en nous méfiant ainsi de tout et de tous ?

C'est comme si la peur avait tout envahi. Les nouvelles, quand on les lit ou les écoute, sont chaque jour plus insupportables les unes que les autres. Au point que certains ne veulent plus rien savoir. Mais même si l'on ne regarde pas les écrans, on subit quand même ce qu'ils montrent, ce qu'ils disent, car cela nous revient sur le visage des autres : le terrorisme menace, les migrants affluent, l'insécurité augmente, la crise n'en finit pas... Bref, il n'y a plus que des raisons d'avoir peur. Peur pour tout !

Mais si on essaye de regarder calmement la situation, on découvre qu'il y a un truc. Prenons les meurtres : ils baissent régulièrement. Le terrorisme ? il fait des victimes. Mais on a plus de chances d'être tué par la chute d'un astéroïde que du terrorisme. C'est la plus petite cause de mortalité dans le monde, très loin derrière le tabac, ou les accidents de voiture.

Nous le savons d'ailleurs, on nous dit régulièrement le nombre des accidentés de la route. Et pourtant, l'effet n'est pas le même... dans notre tête. C'est que nous avons plusieurs cerveaux. Pour tous nos comportements conscients, lire, parler, c'est le cortex qui commande. Mais lorsque nous nous retrouvons en situation d'urgence, de peur, un autre cerveau prend les commandes : c'est l'hypothalamus, le centre des émotions.

Lorsqu'on subit un signal de peur, une image qui stresse, une ambiance, un cri, une musique angoissante, l'hypothalamus réagit avant même que le cortex ne réfléchisse : on se fige, on se sauve, ou on agresse. Pourquoi ? parce que c'est un héritage de notre passé de mammifère : dans l'urgence, il faut juste réagir pour sauver sa vie. Quand on a peur, on est... bête.

Voilà pourquoi nous pouvons être bien plus marqués par les attentats que des accidents de la route, beaucoup plus dangereux.

Des politiciens ont compris cette réaction. La peur marche à tous les coups, alors, ils l'utilisent. Écoutez-les bien : chacun nous fait peur à sa façon. Après quoi, il nous disent : votez pour moi, je vous protégerai mieux que les autres.

Faire peur est devenu pour certains une véritable industrie : si on nous demande par exemple dans une enquête ce qui nous fait le plus peur, c'est notre hypothalamus qui travaille : on va créer en nous un sentiment d'insécurité. Et plus on fait d'enquêtes, plus ce sentiment se renforce. Après quoi, on vendra des caméras de surveillance aux maires, des vigiles dans les magasins, des polices privées dans les entreprises, des fichiers à la police nationale, etc.

Une société qui étudie un projet de sécurité pour une ville se fait payer plus de 100 000 euros. Le marché mondial a pu être chiffré à 100 milliards d'euros. On a couvert les gares de caméras, mais le sentiment d'insécurité n'a fait qu'augmenter. Cela convient à ceux qui voudraient que la population soit constamment contrôlée. On peut même en arriver à gouverner un pays grâce à la peur qu'on y a instaurée.

De cette manière, le sentiment d'insécurité ne reculera que pour les plus aisés. Ils peuvent se trouver un logement dans de vrais villages privés, entourés d'un mur, gardés par des barrières.

Mais la population, elle, peut créer sa sécurité autrement. Il y a eu des époques, il y a encore des quartiers, où les gens se font confiance, se connaissent, font des fêtes ensemble, où peut exister un regroupement entre habitants sous une forme de syndicat, d'amicale ou autre. Lorsque cette petite vie collective existe, avec ses petits gestes d'entraide, on se sent bien, en sécurité. Cela tient à peu de chose, et d'abord à une autre manière de voir les liens et les rapports humains et... à ne pas se faire avoir par sa peur.

23/10/2016

L'Ouvrier n° 289

ON PEUT PHOTOCOPIER, FAIRE CONNAITRE, DIFFUSER L'OUVRIER  
(boîtes à lettres, marchés, affichages dans les cités)

pour recevoir chaque parution, découvrir d'autres numéros, nous aider :  
L'OUVRIER BP 64 - 94202 IVRY/SEINE CEDEX

Notre site internet : [louvrier.org](http://louvrier.org)