

## ESPÉRANCE OU ANGOISSE, FAUT-IL CHOISIR !

Que penser de l'avenir ? Et quand on l'imagine, que ressentir par rapport à lui : l'espérance de jours meilleurs ou la survenue de dangers auxquels on ne sait si l'on pourra faire face ? Une autre façon d'aborder l'éternelle problématique qui oppose le verre à moitié plein et le verre à moitié vide, les optimistes aux pessimistes, c'est de regarder du côté de l'émotion suscité par ce regard vers demain.

### **L'espérance**

C'est la promesse d'un mieux. Mais, comme le dit Robert Dilts avec justesse : « *si vous voulez avoir un problème, donnez-vous un objectif* » ! Choisir l'espérance, c'est choisir, en même temps qu'un lendemain qui chantera peut-être, le malheur du temps présent, ou, au minimum, la frustration, l'insatisfaction, et au pire, l'insupportable souffrance de ce qui est, inacceptable alors semble-t-il. Éternelle difficulté à accepter le réel...

### **L'angoisse**

C'est la peur du lendemain, celle de la mort que l'on sait inéluctable mais qui, là, pourrait bien être imminente... Mais cette peur de l'inconnu à venir, c'est aussi celle de la perte d'aujourd'hui, la fin d'un présent qui nous convenait, suffisamment bon pour qu'on s'y attache. La mort, on peut la redouter, mais, au fond, c'est le nom sans visage que l'on donne à des pertes qui elles sont bien visibles. Mais les regarder en face est trop douloureux, autant agiter la fantasmagorie d'une danse macabre totalement imaginaire, c'est-à-dire esthétisable, à la dureté d'une perte réelle. Et l'incertitude de mériter un paradis quel qu'il soit n'aide pas à se sentir complètement décontrasté, comme disait Garcimore...

### **Entre les deux, notre cœur balance...**

La plupart d'entre nous, c'est-à-dire chacun à certains moments, préfèrent l'espérance. Sans se rendre compte que c'est choisir aussi pour le présent le malheur, l'insatisfaction, le ressentiment, l'amertume d'un monde frustrant. Mais ça fait partie du package.

Le comble de l'espérance, c'est d'ailleurs de promettre le paradis pour plus tard, après la mort. On fait ainsi d'une pierre (à porter aujourd'hui) deux coups : la mort est moins effrayante et elle peut même devenir désirable. Et on a de quoi s'occuper en ayant la permission de maltraiter une partie du monde sous le prétexte de l'améliorer, « pour son bien ». Toute utopie propose ainsi en même temps un mieux, pour plus tard, et un droit au pire, pour maintenant.

Bien sûr, on peut avoir les deux : une espérance anxieuse, une anxiété riche d'espérance, les deux se tenant par la main comme des enfants effrayés devant l'inconnu. Inquiétude et espérance d'atteindre l'objectif visé deviennent ainsi complémentaires davantage qu'opposées.

### **Un autre choix : la prudence concertée...**

Il devrait pourtant être possible de se satisfaire du présent, et, sachant que nous ne pouvons supporter l'ennui de la répétition à l'identique, considérer la recherche d'un supposé mieux davantage comme un jeu, comme la nécessité créative de stimulations renouvelées plutôt que comme la foi aveuglée en un progrès qui, en même temps qu'il serait inéluctable, réclamerait efforts et sacrifices.

Cela supposerait de maintenir en soi une certaine tension : ça pourrait continuer comme ça et ce serait même bien, mais comme le monde bouge, change et que nous avons besoin de renouvellement, de variété, nous allons changer quelque chose. Il n'est pas utile de déprécier le présent et de magnifier l'avenir. C'est parce que nous sommes ainsi construits, biologiquement parlant, parce que nous ne percevons que les variations

de stimuli. Tout bruit continu permanent, toute image fixe, toute odeur stable, tout contact égal à lui-même... finissent par ne plus être perçus ! Il faut renouveler la stimulation pour que la perception continue d'exister. Nous sommes ainsi condamnés à recréer le monde à chaque instant, à le faire réapparaître, presque le même ou tout à fait un autre. À ce besoin de variations l'alternance du jour et de la nuit et le passage des saisons répondent déjà. Mais ce sont des références externes qui ne satisfont pas notre désir d'être actifs et pas seulement ré-actifs.

Comment maintenir cet équilibre fragile entre une permanence, rassurante mais impossible, et un changement, nécessaire et menaçant par son imprévisibilité même ?

Peut-être en acceptant des avancées prudentes, des petits pas collectivement élaborés et décidés, sans s'illusionner sur le fait que demain ne sera pas nécessairement tellement mieux qu'aujourd'hui, seulement différent. Et si en plus, il pouvait être un peu plus juste, ce serait vraiment bien...