

## L'angoisse de l'angoisse

24.04.2006

Le cercle infernal de l'angoisse. L'angoisse appelle l'angoisse qui elle-même produit de l'angoisse supplémentaire. Rien que de très original là-dedans sinon pour constater que l'angoisse est déclenchée sans raison apparente, sans horaire particulier, et sans lieu particulier. Elle devient particulièrement délicate à gérer quand elle survient à des intervalles de plus en plus fréquents et alors qu'au fond, les raisons ultimes et premières de son existence ne semblent pas avoir évolué. Il y a une auto-génération de l'angoisse qu'il est très difficile de contrer. L'angoisse est par définition irrationnelle, mais elle constitue toutefois un empêchement rationnel majeur à vivre normalement : tout devient problème, aller quelque part, sortir de chez soi, rencontrer du monde, même regarder la télévision, même lire un livre. Celui qui est atteint de ce mal profond est un véritable handicapé social, il ne peut jamais savoir ni où ni quand la prochaine crise va survenir, et cela augmente au fil du temps si bien que ça le conduit à une sorte de mort sociale. Or le paradoxe est sûrement qu'une certaine socialisation serait un bon antidote à l'augmentation de l'angoisse. Mais il n'existe pas de médication pour socialiser les gens je ne sache.

Autre paradoxe et non des moindres : on a toujours peur de la mort, en somme, en cas de crise d'angoisse, d'une mort soudaine et brutale. Mais la mort elle-même n'est-elle pas censée être une délivrance face à l'angoisse ? alors pourquoi en avoir peur ? je n'explique aucun de ces paradoxes, mais ils sont bien présents, bien là au quotidien. Et quand sur ou sous ce quotidien se greffe en quasi-permanence la résonance de la voix malveillante, le tableau est pour le moins sombre. On veut faire croire par-ci par-là que celui qui est atteint de troubles psychiques n'a pas de caractère, est en somme quelqu'un qui manquerait de volonté. Ce que les gens ne comprennent pas c'est que dans ce genre de situations, la volonté n'existe quasiment plus. On subit de plein fouet, on ne peut pas combattre, les armes sont inégales.