

▪ La nouvelle pornographie

Chère lectrice, cher lecteur,

Dans les journaux, les films, la pornographie est considérée comme un domaine “à part” parce que :

+ Ce sont des images, ou des bruits, qui “collent” dans le cerveau. Après y avoir été exposé, vous ne pouvez pas décider de penser à autre chose ; tous les détails sont là, comme gravés dans votre tête, aussi précisément que si vous les aviez encore sous les yeux (à la différence d’une poésie ou d’une leçon d’histoire ou de maths, ce qui est bien dommage !) ;

+ Vous perdez ainsi le contrôle de votre espace intérieur. Chez les enfants, en particulier, la vue d’une seule image peut les habiter pendant des années, y compris la nuit dans leurs rêves (ou plutôt leurs cauchemars), mais les adultes y sont tout aussi sensibles ;

+ Cette obsession pousse la personne à vouloir regarder à nouveau, comme si elle luttait contre une forme d’incrédulité. En retournant voir, elle cherche toujours à voir un peu plus, un peu plus loin. Loin d’apaiser la curiosité, chaque révélation supplémentaire est comme de l’essence que vous jetez sur un incendie. Cela provoque un très puissant phénomène d’addiction.

Longtemps, la pornographie a été réservée au domaine du sexe.

Mais aujourd’hui, les médias ont appris à faire de la pornographie avec d’autres sujets. Et jamais ils n’ont déployé autant de savoir-faire qu’avec... le coronavirus.

Le porno du coronavirus

Car il n’y a pas que les images de sexe qui collent dans la tête.

Tout aussi fascinantes, obsédantes, peuvent être les images de violence, c’est bien connu, mais aussi certaines images des hôpitaux, en particulier les salles d’opération ou de... réanimation.

Si la télévision montre des images d’une personne en danger de mort sur une civière, branchée à des tuyaux de perfusion, entourée de personnes en combinaison anti-contagion, vous ne pouvez pas vous empêcher de regarder - et de vous en souvenir.

Il y a comme un “programme” qui se met en route dans votre tête et qui vous dit :
“ - Attention, danger ! Tu as intérêt à regarder et à bien écouter pour qu’il ne t’arrive pas la même chose !! ”

C’est votre instinct de survie qui se met en route. Cela se passe dans votre “cerveau reptilien”, la partie la plus archaïque du cerveau, sur laquelle vous n’avez aucun contrôle car c’est le domaine du réflexe (et non de la pensée).

Vous n’avez aucun contrôle sur votre réaction
Encore plus fort :

Si, à ce moment-là, une voix d’autorité comme celle d’un médecin, un expert, un haut responsable politique, vous explique que vous êtes concerné, ou pourriez l’être de façon imminente, il est impossible pour vous de reprendre tranquillement votre partie de cartes, votre jardinage, votre travail, comme si de rien n’était.

Vous n’êtes plus en contrôle de ce qui se passe en vous.

Forcément, votre instinct de survie va vous pousser à demander, exiger, plus de détails.

“Quand ? Comment ? Pourquoi ? Combien de temps ? Et le masque ? Et le vaccin ? Et les médicaments ? Et la chloroquine ? Et les séquelles ? Et les signes avant-coureurs ? Et le risque d’y passer ? D’être intubé ? Qui ? Où ? Quelles tendances ? Où circule le virus ? Où sont les "clusters"... Etc., etc.”

Or, ce qui se passe en vous est bien plus grave qu’il n’y paraît. Car chaque détail supplémentaire vient occuper une case de plus dans votre cerveau, jusqu’à l’invasion de vos facultés, comme des pissenlits qui envahissent une pelouse.

C’est exactement ce que font les médias actuellement avec le coronavirus.

Sans avoir l’air d’y toucher, ils exploitent précisément tous les mécanismes de la pornographie, qui aboutit elle aussi à une invasion du cerveau de la personne. A force d’entendre parler du matin au soir du Covid, nous ne pouvons plus penser à autre chose de façon suivie, et négligeons de plus en plus nos tâches quotidiennes.

Peu à peu, la vie se transforme, s’oriente de façon exclusive autour de la recherche de ces informations.

Toute la société frappée

Le phénomène du coronavirus me paraît pire encore que la pornographie “classique”, car toute la société est absorbée par le phénomène.

Même ceux qui “n’y croient pas”, ceux qui estiment que cette maladie n’est au fond pas plus grave que le cancer ou le diabète, sont touchés. Ils passent aujourd’hui un temps et une énergie considérables à chercher des informations sur le coronavirus pour contrer la version dominante. Qu'ils le veuillent ou non, ils sont obligés de démentir ce que disent les autres, chercher des informations alternatives, ce qui revient au bout du compte exactement au même résultat : négliger, partiellement ou totalement, leurs activités habituelles.

Cette addiction généralisée se fait au plus grand profit des médias, et des réseaux sociaux, qui ont gagné une importance considérable depuis le début de l'épidémie. Il n’y a qu’à voir leurs cours de bourse, qui ont explosé depuis le début de la pandémie.

Inutile de vous dire qu’il est absolument urgent... de lutter.

Comment lutter contre la pornographie médiatique

La première étape de la lutte est de comprendre.

Comprendre que les médias se font une concurrence acharnée pour accaparer votre espace mental. Chaque petite part d’espace a une valeur monétaire, qu’ils revendent à prix d’or aux publicitaires.

« **Notre boulot, c’est de vendre à Coca-Cola du temps de cerveau humain disponible** », disait ainsi en 2004 Patrick Le Lay, alors président-directeur général de TF1.

Chaque fois que vous accordez votre attention à une émission, un article, vous faites un cadeau au journaliste.

Que vous le vouliez ou non, ce qu’il dit, affirme, prétend, raconte, va vous habiter. Même si vous n’êtes “pas d’accord”, votre cerveau va être mobilisé pour mobiliser les arguments contre.

Et les médias sont devenus incroyablement forts pour utiliser les expressions, formules, musiques, effets sonores, images, qui s’impriment le mieux dans votre cerveau reptilien. Nous ne luttons pas à armes égales.

Comme pour la pornographie sexuelle, la seule véritable solution est de ne pas commencer à regarder. Ou même encore plus fort, comme l’alcool pour les alcooliques : ne pas aller dans les endroits où l’on risque de vous en proposer.

Ce n’est pas un manque de courage, ni un manque de force de caractère.

C’est au contraire une saine compréhension de la façon dont nous sommes faits. Il y a des tentations auxquelles nous ne pouvons pas résister, parce que nous avons des instincts qui sont beaucoup plus puissants que notre simple volonté. Le seul moyen de ne pas succomber est de ne pas nous y confronter.

C'est pourquoi il est indispensable d'avoir autre chose à faire et à penser, de plus pressant, de plus important.

Bâtir une forteresse intérieure

On ne résiste bien que si l'on a une forteresse intérieure, c'est-à-dire si notre vie est déjà remplie par d'autres activités dont nous apprécions la valeur, et que nous sommes prêts à défendre coûte que coûte. Il faut donc avoir des activités et des projets qui sont vraiment importants pour nous et que nous défendrons de toutes nos forces contre ceux qui voudront nous en détourner.

Car au fond, à la fin de la vie, la seule chose qui nous restera et dont nous pourrons nous réjouir, ce sera ce que nous aurons bâti, créé, défendu, maintenu, vécu, transmis.

Et pour cela, il est rare, très rare, d'avoir besoin de lire un article de journal ou regarder une émission de télévision. Ce sont les livres, les discussions entre amis, les travaux manuels, les arts, les sciences, les recherches approfondies sur le passé, les cultures, les savoirs anciens, la sagesse éternelle, qui nourrissent, structurent, protègent.

Ce n'est pas le dernier flash-info, le nouveau scandale, la nouvelle star, ou la grande "réforme" ou le dernier point de vue de je-ne-sais-quel commentateur, journaliste ou politicien, ni le dernier décompte sur le coronavirus.

A votre santé !

Jean-Marc Dupuis

Dimanche 18 octobre 2020