

24.07.1924 DO

A

J. Aus "Libres Propos": über die Examensangst

Wichtigesender.

Die Fesen, die in diesen Tagen die Angst der Prüfungen durchzumachen hatten, werden mit Interesse lesen, was in den «Libres Propos» Main' Originelles über die Examensangst plaudert:

«Expliquez-moi, dit le collègue, pourquoi la seule pensée de mon examen me donne le colique.»  
A quel le poète répondit: «Tout danger intéresse le ventre; toute défense couvre d'abord le ventre. Il n'est pas de partie du corps qui soit moins protégée. Il n'en est point où les blessures soient plus dangereuses. Au temps où j'étais infirmier, nous sauvions un ventre pour vingt poitrines, pour dix têtes, car c'est ainsi que l'on parle aux hôpitaux de guerre. Le chien s'aplatit contre terre, et ainsi cache son ventre. L'homme se tient debout, et

ainsi découvre son ventre; aussi lui faut-il une bonne ceinture pour lui donner assurance; mais, dans le moindre danger, son imagination est aussitôt portée vers ce centre de faiblesse; c'est pourquoi la maladie de peur se porte aussi là. C'est pourquoi à la seule pensée de l'examinateur, vous pensez symboliquement, vous parez d'avance le coup dangereux, vous imaginez la douleur dans la partie vulnérable; et chacun sait que les mouvements imaginaires ne sont jamais tout à fait imaginaires. Sanglez-vous donc pour l'examen comme pour un combat, et tout ira bien.»

«L'imagination, dit le physiologiste, est ici plutôt effet que cause. Tout danger nous met en boule; la boule est la forme de défense, puisqu'elle réduit la surface autant que le permet le volume. Le hérisson est géomètre par la force des choses, et tout vivant l'est aussi autant qu'il peut. Nous n'en sommes pas encore au mal de ventre, mais j'y arrive. Tout se ramasse vers le ventre. Or le sang, qu'il faut considérer, avec les vaisseaux qui le conduisent, comme un tissu qui tantôt s'étale et tantôt se replie, le sang se met en boule aussi, et reflue des extrémités et de la surface vers l'intérieur; et c'est cette énergique compression qui fait que le cœur en riposte accélère ses battements à la moindre peur. Autant dire que les parties intestinales se trouvent congestionnées. D'où ce filtrage anormal et cette irritation. Le sang fuit où il peut fuir; c'est le commencement de toute fuite. Et d'autant plus que le corps se dresse et s'étale. Mettez-vous donc en boule, et les genoux au menton; c'est la meilleure position pour revoir l'histoire de France et l'algèbre.»

L'anatomiste dit: «Trop de symbole encore; trop de pensée. Vous supposez que l'on se prépare à un examen comme à un combat. Mais un examen n'est pas un combat, et les métaphores ne sont point des raisons. J'aimerais mieux considérer ce qu'il y a de commun dans toute attente, qui est une impatience d'agir et exactement une action anticipée, c'est-à-dire qui n'est point réglée par l'objet. Je vois donc que les muscles tirent en tous sens et se durcissent par un continuel frémissement. Celui qui analyserait de près l'attente y verrait les signes d'un grand travail sur soi et d'une grande fatigue. Mais où est le mal de ventre? Attendez. Le cœur est un muscle creux, comme vous savez; seulement vous n'avez pas peut-être pensé à ceci que chaque muscle est une sorte de cœur, par les vaisseaux qui le traversent, et qu'ainsi tous les vaisseaux des muscles se trouvent comprimés par cette raideur des muscles qui est l'effet de l'attente. L'action remet tout en place, par ces contractions alternées qui font circuler le sang partout. Mais dans l'attente anxieuse, qui est un état de contracture, le sang est chassé des parties musclées vers les parties molles, ce qui à la fois excite le cerveau, surmène le cœur, coupe la respiration et inonde l'intestin. Je ne crois pas que les conseils de boucler sa ceinture et de faire la boule soient mauvais; cette dernière position, qui est celle du fœtus, est toujours favorable. Mais je conseille plutôt de scier du bois, de clouer des caisses ou de déplacer des armoires. Mécanique contre mécanique.»

Jeudi 24. Juli 1924