

L'après se pense après l'avant.

par Pascal Neveu

(FRA/ITA - testo italiano in fondo)

Lors d'un dîner avec Gianfranco qui dirige cette revue, nous pensions à ce début d'année, aux vœux, à l'après cette COVID-19 et ce que le monde subit.

Nous sommes en 2022 et la COVID porte la date de 2019. 2 années terribles, 2 années perdues, 2 années d'angoisses... nous tous concentrés sur la mort, et non la vie... qui doit en revanche reprendre ses droits.

Justement... qu'était l'avant ?

Loin des 30 glorieuses passées, une vie d'amour à la française, la vie doit à nouveau prévaloir.

N'oublions pas que les 2 plus grandes pulsions qui nous animent sont éros et thanatos, la pulsion de vie et la pulsion de mort. Nous savons tous que nous allons mourir, et notre organisme le vit quotidiennement, à travers l'apoptose, cette mort cellulaire génétiquement programmée, mais aussi notre capacité à nous régénérer.

Cependant en 2022 cela risque d'être compliqué.

Plus de 140 000 décès, quasi 9 millions de contaminés. Plus de 5,5 millions de morts dans le monde, une pandémie et des anti vax extrémistes et violents.

Je ne souhaite pas être le porte parole de la grande faucheuse mais celui de la vie.

Car une majorité de Français ne pensent qu'à cet avant pandémique, le subissent, en sortent endeuillés et inquiets. En Italie, d'autres mesures ont été prises.

Car cela nous renvoie à la vie et à la mort.

Car cela nous dit vers quoi nous devons aboutir.

Bientôt 2 ans... Un grand nombre de décès, une augmentation des états dépressifs, une anxiété hypocondriaque, des suicides, notamment de jeunes étudiants ayant du mal à suivre leur scolarité, mais hélas de violences conjugales et de séparations... Le bilan reste très noir et triste.

Pourtant je discutais il y a quelques jours dans une brasserie avec des personnes d'Europe de l'Est qui me rapportaient des choses bien éloignées de cette problématique. Heureux de découvrir Paris, les expositions... « Même pas peur la Covid ! », avec le respect des règles sanitaires en vigueur.

Porteurs d'espoirs, les pays amis sont plus ou moins sombres quant à cet après à penser, à créer après avoir pansé l'avant.

L'après reste le plus important pour tous.

Cet après se porte selon moi sur 3 points :

- Moi « Je suis celui qui suis, je suis ce que je suis, je suis ! »
- Toi « Mon autre, mon Amour, mon enfant... ce que je dois transmettre.. »
- Nous « Ma Liberté, mon Egalité, ma Fraternité, mon Humanisme.... »

L'après c'est seulement se dire comment « je » me suis senti transformé depuis 20 mois, les décès vécus, mes relations vécues ou non vécues, mes fêtes gâchées, l'absence de mes amis...

N'importe qui ressort transformé d'une telle période chaotique.

L'après c'est le la vie et le futur.

Cela va au delà des chiffres « psys », explosifs suite au non suivis de patients.

Cela va au delà des mouvances sectaires qui ont gangrénées le psychisme de patients.

Cela va au delà du grand n'importe quoi déploré par de nombreux Hommes et Femmes déstabilisés par des discours contradictoires et non pédagogiques.

L'après, c'est avant tout, tous nous retrouver dans une harmonie universelle.

L'après c'est oublier cette COVID dont nous conserverons le nom dans notre mémoire collective.

L'après c'est avant tout... vivre.

D'ailleurs en anglais nous parlons « d'after »... moments festifs après le travail, ou après des soirées conviviales.

Mais au delà l'après... c'est surtout « L'instant présent ».

Comme le chantait Aznavour :

« L'instant présent il faut le prendre
Avec des gestes et des mots tendres
Lui faire un futur, un passé
Dans nos coeurs et dans nos pensées
Et lui bâtir une existence
L'instant présent est notre chance »

Alors vous allez me dire... « l'après, en 2022 ? »

Et bien c'est simple...

1. c'est nous
2. c'est notre santé
3. c'est notre projet de vie

L'après c'est « seulement » oublier cette obscure Covid... penser à soi, à ses projets, à ses enfants, sa famille...

L'après... c'est ce qu'on est... même si on n'aura pas oublié... mais le temps fait les choses.

Le Monde et les sociétés, mais aussi les civilisations ont vécu de terribles épreuves.

Très proches, toutes ces guerres mondiales, ces actes terroristes, ces populations persécutées, meurtries ne nous ont pas empêché de continuer à rêver, pour nous et les futures générations que nous accompagnons et auxquelles nous transmettons notre héritage de vie... nos erreurs, nos échecs, notre pulsion de vie.

Cet après, c'est peut-être davantage penser à soi, sans hédonisme, sans excès.

Le traumatisme d'une vie mise au repos doit laisser place à un futur que nous devons reconquérir.

Depuis 1918, Freud a lui-même décrit les Syndromes post-traumatiques liés aux névroses de guerre, échos à cette guerre contre le virus, terme utilisé lors du premier discours du Président de la République.

En 2022 il se passera de nombreuses choses en France et une peur générale... car personne n'est capable de rassurer la population et faire penser à des jours plus heureux.

Les chiffres, la continuité de l'information concernant cette pandémie mondiale, les complotistes... Ce monde est devenu fou.

Mais cet après ?

Restons optimistes.

Rien n'est pire que la sinistrose et la prise d'anxiolytiques ainsi que de psychotropes dont la France est un grand consommateur mondial.

Victor Hugo écrivait : « Les larmes sont un don. Souvent les pleurs, après l'erreur ou l'abandon, raniment nos forces brisées. »

Nous sommes nombreux à pleurer cette vie triste, fade, nos morts... Mais quand j'écrivais « Revivre même quand on est terrassé » je faisais porter tous les espoirs quant à nos capacités, nos potentiels personnels, mais aussi l'esprit collectif afin de créer ensemble une année 2022 plus souriante.

Je rappelle le début de mon propos...

« L'après se pense après l'avant ! »

Ce nouveau numéro vous dira le meilleur que nous vous souhaitons.

Belle nouvelle année à vous toutes et tous !

Il dopo si pensa dopo il prima.

di Pascal Neveu

Durante una cena con Gianfranco che dirige questa rivista, abbiamo pensato a questo inizio anno, agli auguri, dopo questo COVID-19 e a quello che sta passando il mondo.

Siamo nel 2022 e la data del COVID è il 2019. 2 anni terribili, 2 anni persi, 2 anni di angoscia... tutti concentrati sulla morte, non sulla vita... che deve, invece, riacquistare i suoi diritti .

Esattamente... cosa c'era prima?

Lontano dagli ultimi 30 anni gloriosi, da L'amour à la française (come recitava una nota canzone di qualche anno fa), la vita deve ancora una volta prevalere.

Non dimentichiamo che le due più grandi pulsioni che ci guidano sono eros e thanatos, la pulsione di vita e la pulsione di morte. Sappiamo tutti che moriremo, e il nostro corpo lo sperimenta quotidianamente, attraverso l'apoptosi, questa morte cellulare geneticamente programmata, ma anche nella nostra capacità di rigenerarsi.

Tuttavia il 2022 potrebbe essere complicato.

Più di 140.000 morti, quasi 9 milioni di contagiati. Più di 5,5 milioni di morti nel mondo, una pandemia e l'estremismo antivax a volte violento.

Non voglio essere il portavoce del *grim reaper*, ma della vita.

La maggioranza dei francesi pensa solo a questa pandemia, la subisce, ne esce in lutto e preoccupata. In Italia sono state adottate altre misure di contenimento.

L'epidemia ci riporta alla vita e alla morte.

Ci dice dove dobbiamo andare.

Quasi 2 anni... Tanti decessi, aumento degli stati depressivi, ansia ipocondriaca, suicidi, in particolare giovani studenti che hanno difficoltà a seguire la scuola, purtroppo anche violenze domestiche e separazioni... I risultati restano molto cupi e tristi.

Tuttavia, qualche giorno fa stavo parlando in una brasserie con persone dell'Est Europa che mi hanno parlato di cose molto lontane da questo problema. Felici di scoprire Parigi, le mostre... "Nessuna paura del Covid! ", nel rispetto delle norme sanitarie vigenti.

Portatori di speranza, i paesi amici sono più o meno cupi in quanto a questo dopo da pensare, da creare dopo aver curato il prima.

Il dopo resta la cosa più importante per tutti.

Questo dopo, secondo me, dovrebbe basarsi su 3 punti:

- Io : "Io sono quello sono, io sono ciò che sono, io sono! »
- Tu : "Il mio altro, il mio amore, il mio figlio... quello che devo trasmettere..."
- Noi : "La mia Libertà, la mia Uguaglianza, la mia Fraternità, il mio Umanesimo.... »

Il dopo è solo per dire come "io" mi sono sentito trasformato per 20 mesi, le morti vissute, le mie relazioni vissute o non vissute, le mie feste rovinare, l'assenza dei miei amici...

Chiunque esce trasformato da un periodo così caotico.

Il dopo è la vita e il futuro.

Questo va oltre i dati sui disturbi psichici, esplosi a seguito del mancato monitoraggio dei pazienti.

Questo va oltre i movimenti settari che hanno afflitto la psiche dei pazienti.

Questo va al di là delle grandi sciocchezze sciorinate da tanti Uomini e Donne destabilizzati da discorsi contraddittori e non pedagogici.

Il dopo è soprattutto ritrovare un'armonia.

Il dopo è dimenticare questo COVID il cui nome conserveremo nella nostra memoria collettiva.

Il dopo è soprattutto... vivere.

Inoltre in inglese si parla di "after"... quando si indicano momenti di festa dopo il lavoro, o le serate conviviali.

Ma il dopo... è soprattutto "Il momento presente".

Come cantava Aznavour:

"Il momento presente deve essere preso

Con gesti e parole tenere

Renderlo un futuro, un passato

Nei nostri cuori e nei nostri pensieri

E costruirci un'esistenza

Il momento presente è la nostra occasione"

Mi direte... "cosa sarà il dopo, nel 2022? »

beh è semplice...

1) siamo noi

2) è la nostra salute

3) è il nostro progetto di vita

Il dopo è "solo" dimenticare questo oscuro Covid... pensare a se stessi, ai propri progetti, ai propri figli, alla

propria famiglia...

Il dopo... è quello che siamo... anche se non lo abbiamo dimenticato... ma il tempo fa le cose.

Il mondo, le società, le civiltà hanno vissuto prove terribili.

Le guerre mondiali, gli atti terroristici, le popolazioni perseguitate, trucidate non ci hanno impedito di continuare a sognare, per noi e per le generazioni future che accompagniamo e alle quali trasmettiamo la nostra eredità... i nostri errori, i nostri fallimenti, la nostra pulsione di vita.

Questo dopo, è forse più pensare a se stessi, senza edonismo, senza eccessi.

Il trauma di una vita messa da parte deve lasciare il posto a un futuro che dobbiamo rivendicare.

A partire dal 1918 lo stesso Freud ha descritto le sindromi post-traumatiche legate alle nevrosi di guerra, e che riecheggiano in questa guerra contro il virus, termine usato, in Francia, durante il primo discorso del Presidente della Repubblica.

Nel 2022 accadranno tante cose in Francia in un timore generale... perché nessuno è in grado di assicurare la popolazione e far pensare a giorni più felici.

Le cifre, la continuità delle informazioni su questa pandemia globale, i cospiratori... Questo mondo appare impazzito.

E questo dopo?

Restiamo ottimisti.

Niente è peggio dell'oscurità e dell'assunzione di ansiolitici e psicofarmaci di cui la Francia è uno dei principali consumatori mondiali.

Victor Hugo ha scritto: "Le lacrime sono un dono. Spesso le lacrime, dopo l'errore o l'abbandono, fanno rivivere le nostre forze spezzate. »

Molti lamentano questa vita triste e blanda, la nostra morte... Ma quando ho scritto il libro "Revivre même quand on est terrassé »" ho cercato di risollevare tutte le speranze sulle nostre capacità, sul nostro potenziale personale, ma anche sullo spirito collettivo, questi sentimenti ci devono aiutare per poter creare insieme un anno 2022 diverso.

All'inizio dicevo..

Il dopo si pensa dopo il prima!

Questo nuovo numero ti darà ottimi strumenti di riflessione.

Buon anno a tutti voi!