

Des nouvelles de l'« immonde », n° 22

Claude Léger

De l'âge de ses artères

Je commence sérieusement à m'inquiéter. Le dernier congrès de l'American College of Cardiology, qui s'est tenu en mars dernier à Orlando (Floride), a révélé que le fait de se coucher avant minuit protégeait les artères. Je m'étonne qu'il ait fallu attendre cette grande-messe médicale pour le découvrir. Apparemment, le bon docteur Schweitzer le savait déjà, à qui son assistante dévouée rappelait chaque soir à Lambaréné, sur fond de concert de grenouilles et d'harmonium : « Il est minuit, docteur Schweitzer ! » C'est là que surgit pour moi un dilemme : ou me coucher tard pour rendre ma chronique dans le délai imparti, ou me mettre au lit de bonne heure pour préserver mon espérance de vie ; mais alors, tintin pour la chronique ! Cela dit, si mes artères doivent en pâtir, l'avenir de ladite chronique sera peut-être compromis. Aussi me tâté-je – enfin, tâté-je mon pouls... dont le rythme me paraît régulier. Donc, je continue ! *Alea jacta est !* Après tout, le Rubicon, ainsi que chaque élève de cinquième l'a appris, n'était rien qu'un vulgaire ruisseau, lorsque César a été censé le franchir pour changer non seulement son destin, mais celui de Rome et par là même de nos humanités. Que le lecteur ne se méprenne cependant pas sur cette hyperbole référentielle. Elle n'est que l'effet déstabilisant de la terrible sentence d'Orlando.

Mais, par chance, on a aussi appris durant ce congrès de bonnes nouvelles sur l'hygiène de vie. Il paraîtrait que les oméga-3 sont dépassés. Non pas par les oméga-4, mais pour leurs qualités anti-thrombogéniques. Ouf ! Qu'est-ce qu'on a pu nous rebattre les oreilles avec les vertus de ces thromboxanes polyinsaturés essentiels, au point d'en mettre dans la margarine, les yaourts, les crèmes au caramel et pourquoi pas l'eau du robinet. Manger des légumes verts et du poisson gras, passe encore ! Mais, des algues, du lin et du colza,

c'est un peu étriqué comme panorama gastronomique. Les artères, toujours les artères...

Je me demande si ces critiques autorisées n'auraient pas à voir avec la crise économique que nous traversons. Au lit de bonne heure, cela suppose un usage limité de la télévision, limité, puisque les publicités ont disparu des écrans après une certaine heure. Il n'y a plus de créneau pour vendre des « concepts » survitaminés et qui pèsent plus lourd dans le panier de la ménagère, au même titre, paradoxalement, que les produits allégés. Donc, moins de gaspillage d'énergie. En revanche, le bon état des artères devrait permettre un usage surmultiplié ou surdimensionné de l'énergie renouvelable du couple. À condition, bien sûr, que celui-ci ne connaisse pas la crise... Mais on sent déjà une petite brise qui vante les mérites de la natalité, qui s'inquiète de la baisse de la fertilité, qui rend hommage aux familles nombreuses. Et puis, mieux vaut rester chez soi, bien au chaud, grâce à une bonne isolation thermique, car, dehors, les virus n'arrêtent pas de pulluler. Le VIH, on connaît, même s'il paraît que les préservatifs ne sont plus si sûrs. L'encéphalite spongiforme bovine, on y a échappé de peu – encore que le prion n'ait pas terminé son incubation, laquelle peut atteindre une dizaine d'années. On ne parle plus beaucoup du risque pandémique de la grippe aviaire (H5N1). Mais ne voilà-t-il pas que nous arrive du Mexique la grippe porcine (H1N1). Finis les *tacos* tex-mex et les *fajitas* ! Cela dit, on va peut-être pouvoir utiliser les énormes stocks de Tamiflu et de masques jetables accumulés en prévision du H5N1.

Que peut-on bien faire chez soi, lorsqu'on n'est pas dans son lit douillet, tandis que l'aspirateur robot programmable, avec retour automatique à sa base, est en train de faire le ménage ? On peut lire son *e-book* en se faisant un Nespresso. Je doute fort toutefois de voir un jour le dernier livre de Jean-Claude Milner figurer parmi les titres de *Google-book*. Il s'intitule *L'Arrogance du présent*. Que le lecteur n'aille pas croire pour autant que sa lecture ait pu inspirer les lignes qui précèdent, car il s'y agit de Mai 68 et du maoïsme. Je serai toutefois tenté d'en livrer quelques lignes : « Depuis longtemps, les pragmatiques ne croient plus à l'ordre public, mais la tranquillité, ils savent la reconnaître. Ils savent aussi, comme les concierges des immeubles d'autrefois, reconnaître ce qui la menace » (p. 223). Il me souvient qu'il y a quelques décennies, la concierge de l'immeuble où

j'habitais alors m'avait montré, en toute confiance, le bristol, affiché à côté du calendrier des PTT, sur lequel était inscrit en chiffres de grande taille le numéro de la ligne directe qui la reliait à la préfecture de police. Être concierge était, depuis le premier Empire, une charge essentielle au maintien de la tranquillité. Il semble que la mienne, de concierge, n'ait pas survécu longtemps au poids de cette responsabilité, d'autant que son conjoint n'était pas toujours tranquille. Et puis, il y avait ses brusques réveils nocturnes lorsqu'un habitant de l'immeuble criait son nom, en passant devant la loge à une heure indue, ainsi que le voulait le règlement. Ses artères avaient dû sacrément en pâtir.

Sortir de chez soi ne garantit pas la tranquillité. Sauf que, comme l'écrit Milner, « dans l'univers et dans le monde, rien n'est rassurant, mais tout est intéressant » (p. 241). En tout cas, je n'irai pas au Mexique. Et si la pandémie devait se confirmer, je ne suis pas certain d'aller arpenter les rues de Paris le 1^{er} mai, des fois que la préfecture de police assimile les masques respiratoires à des cagoules de casseurs. Je suis encore indécis entre mon désir de sortir et mon appréhension du dehors, entre mon envie de dormir et celle de finir mon texte. Mais je sais désormais que je peux compter sur mon hippocampe, dont j'ai déjà pu faire l'éloge récemment. En effet, une équipe de chercheurs du CNRS, dirigée par G. Vanni-Mercier, vient de découvrir que notre hippocampe assure « un signal d'alerte (en cas d'incertitude) qui permet au sujet (celui qui a des électrodes implantées dans ledit hippocampe) d'augmenter sa vigilance et son attention ». Alors que le signal des neurotransmetteurs dopaminergiques du circuit de la récompense évalue l'incertitude de l'acquisition de plaisir, le signal hippocampique se focaliserait sur la conséquence, « ce qui permettrait d'enrichir notre expérience face à une situation donnée ». (*Journal of Neuroscience*, n° 29, 22 avril 2009).

28 avril 2009.