



LE CAPITAINE EDDIE RICKENBACKER n'a pas l'air trop mal en point après avoir passé avec six compagnons trois semaines sur un radeau perdu en plein milieu de l'océan Pacifique. Des expériences comme celles de Rickenbacker permettent de comprendre pourquoi certains réussissent à vivre dans les désastres et d'autres non.

L'anatomie de la survie

Par E. CRIMMIN.

Ceux qui mènent une vie bien tranquille n'ont aucune idée de ce qui se passe quand une personne ou un groupe est plongé soudainement dans une lutte à mort pour sa survivance.

Même ceux qui ont des vies pleines d'imprévu ne sont pas très au courant des changements, des tensions, des illusions qui naissent au cours de la transformation étrangement rapide qui fait passer des circonstances normales à une situation nouvelle et menaçante.

L'homme a façonné son milieu de manière à se sentir protégé, soutenu et réconforté. Si on lui ôte soudain cet environnement, il subit une privation physique sérieuse, mais une privation émotionnelle et psychologique encore bien plus grave.

Pratiquement aucune des habitudes, des idées, des règles éthiques qui valent dans la vie courante ne s'adaptent telles quelles à la

survie en cas de péril grave. On peut dire que nous sommes brusquement plongés dans une situation qui nous ramène plusieurs millions d'années en arrière, à l'époque de la lutte primordiale entre l'homme et la nature.

Brusquement l'argent, la situation sociale, les capacités, les connaissances, tout ce que nous acquérons avec tant de peine et qui nous est si utile dans la vie moderne, perd toute signification. S'en apercevoir ne fait pas plaisir ; c'est tellement choquant que certaines personnes en deviennent temporairement ou définitivement folles.

Finalement vous réagissez à ce délestage général suivant que dans la vie normale vous êtes actif ou passif.

Qualités pour survivre

Dans votre métier est-ce que vous « laissez aller » ou bien si vous commandez ? Est-ce

que vous êtes un parasite vivant des idées des autres, ou si c'est vous le créateur de ces idées ? Est-ce que vous croyez que quelqu'un ou quelque chose doit s'occuper de vous, ou si vous pensez qu'il ne faut compter que sur vous-même ? Est-ce que vous croyez que les autres sont vraiment gentils, bons, serviables, ou si vous pensez que c'est plutôt un vernis de civilisation destiné à faciliter les relations et la marche du groupe ? Est-ce que vous vous contentez d'« exister » ou si vous « vivez » ?

.....
Voici le dernier d'une série d'articles qui expliquent comment survivre dans les catastrophes naturelles ou les bouleversements dus aux hommes. L'auteur, Eileen Crimmin, a examiné chaque cas, depuis les tremblements de terre jusqu'aux accidents d'avions ; ici nous trouvons les règles générales qui aideraient les victimes de n'importe quelle catastrophe à rester en vie jusqu'à l'arrivée des secours.
.....

Les études de la survie ont trouvé des caractéristiques communes chez tous les survivants. Ils ont une idée déterminée, fixe, presque fanatique de leur survie. Ils luttent pour maîtriser leur nouveau milieu. Ils savent organiser des activités, des travaux, des jeux, au point d'avoir presque le culte de la diversion et de la distraction. Ils s'enprennent aux événements, non à eux-mêmes ou aux autres membres du groupe.

Envers eux-mêmes ils sont aussi bons que

les circonstances le permettent ; ils ont le sens de leur valeur personnelle et ne se méprennent pas. Ils acceptent la situation comme faisant partie de circonstances impersonnelles, et non pas le sentiment que « quelqu'un » ou « quelque chose » leur « en veut ».

On ne peut jamais prédire avec certitude qui triomphera dans une situation dangereuse. Mais la chance favorise ceux qui ont une connaissance convenable et assez détaillée du milieu, un tempérament flegmatique, un corps en bonne santé, un esprit sain ; ceux dont la vie a été plutôt active auparavant.

Les individus passifs, apathiques, craintifs, s'en tirent rarement. Il faut dire aussi qu'une blessure, légère ou grave, diminue les chances de survie.

Pourtant, la puissance de la volonté est un facteur si important que bien souvent une personne pourvue d'une volonté forte survivra avec une blessure grave, alors qu'une autre succombera à une blessure légère par suite de son manque de volonté !

Dans les rapports passionnants que nous avons pu lire au sujet de certaines catastrophes ou expériences, il y a un dénominateur commun : la volonté de vivre. Quelles que soient les circonstances, quelles que soient les menaces graves qui pèsent sur des existences, quelque longue qu'ait été l'épreuve, ceux qui ont survécu possédaient une détermination féroce de rester en vie.

Cette détermination, ce refus absolu d'abandonner et de mourir, surmontent en définitive et comme par miracle presque tous les obstacles.

En cas de danger, pour survivre, il faut s'accrocher obstinément à la vie.

On a bien remarqué que c'est le défaitisme plutôt que les circonstances extérieures qui fait le plus de victimes. Nous le savons car un grand nombre de gens meurent dans un confort relatif, en bonne condition physique, et des provisions suffisantes !

On sait très bien aussi que la volonté de survivre n'est pas directement communicable, bien qu'un chef énergique puisse faire beaucoup pour prolonger la vie de son groupe ; l'indomptable Rick, par tous les moyens psychologiques à sa disposition, depuis le chant choral jusqu'aux jurons, à l'intimidation et aux menaces, n'a pas permis à son groupe d'abandonner.

Celui qui mène et ceux qui suivent

Quand un groupe tombe en difficulté des chefs surgissent ; le chef n'est pas nécessairement celui qui détenait le commandement avant l'épreuve ; mais dans l'ensemble tous les chefs de groupes ont à affronter les mêmes problèmes.

A la suite d'une catastrophe, environ 12 à 25 % des victimes restent calmes ; un autre groupe de 10 à 25 % sont irrécupérables : hystériques, évanouis, catastrophés,

etc. Le reste, c'est-à-dire à peu près 50 à 75 % est choqué, perdu, hagar, mais relativement calme et disposé à répondre à des ordres simples.

La majorité des victimes préfère obéir à des ordres plutôt que d'en donner. La fin de l'état de choc s'annonce lorsqu'elles commencent à parler, et même avec abondance, de ce qui vient de se passer. Le commencement de l'ennui se dessine quand il se produit de petites disputes. L'avant-coureur de l'apathie et de la dépression, le cafard, est à éviter à tout prix.

Le chef doit faire connaître à son groupe la situation véritable, en toutes circonstances, mais avec diplomatie et en laissant toujours de l'espoir ; il doit l'informer des avantages de la situation et des périls auxquels on a échappé. (Si par malheur on est vraiment en mauvaise situation, eh bien, le chef doit inventer quelque chose d'encore pire !).

Un chef doit s'efforcer de maintenir et de créer des émotions positives, la joie, la colère, etc. Il doit éviter, rejeter ou surmonter les émotions négatives, la peur, la haine, le chagrin, etc.

Bien que le chef ou quelque autre personnalité du groupe puisse influencer profondé-

ment la volonté de survivre de chacun, la décision finale de rester en vie reste toujours une affaire personnelle. A plus forte raison, quand on est seul à affronter le danger, personne ne peut décider à notre place si on veut ou non survivre.

La question de savoir si l'énergie de quelqu'un est augmentée par les croyances religieuses est sujette à controverse. On a des exemples de survie attribuables à une croyance en un Etre suprême ; mais on a aussi des exemples de découragement, dans le cas où quelqu'un s'est cru abandonné par celui qui le guidait et le protégeait dans la vie normale ! Peut-être que ce qui compte surtout, c'est la *qualité* des croyances de la victime.

En tous cas, certaines religions enseignent que chacun doit accepter passivement son destin. Dans une situation critique, cette passivité serait à contrebalancer par l'idée que le destin est de vivre !

Ecoutez cette histoire édifiante : un vieux loup de mer était à la dérive dans un canot avec l'aumônier de son bateau ; la mer était mauvaise, les éléments déchaînés et au bout de quelques jours l'aumônier mourut. Le capitaine, assez secoué, survécut quelques jours de plus et finalement fut sauvé. Quand il fut en état de raconter son histoire, on lui demanda s'il pouvait expliquer pourquoi l'aumônier avait succombé si rapidement tandis que lui tenait le coup. Le capitaine, d'abord un peu embarrassé, finit par suggérer que peut-être l'aumônier était prêt pour mourir, tandis que lui, le capitaine, ne l'était pas du tout !

Principes pour survivre

Eh bien, vous non plus, vous n'êtes pas du tout prêt à mourir, même si vous devez affronter les circonstances les plus dramatiques : et vous pouvez renforcer cette résolution en lisant au moins deux des nombreux livres qui ont paru à ce sujet : « L'art de survivre » de Cord Christian Troebst, et « La volonté de vivre » par Arnold A. Hut-schnecker, M.D.

Voici quelques principes qui permettent de survivre en toute situation délicate, depuis l'accident d'avion jusqu'à la maladie grave.

1. Tenez bon. Ces deux mots sont un stimulant pour l'esprit et reflètent un sentiment de force. Remarquez qu'ils expriment la première et la plus importante des règles de survie. Sans cette attitude, peu importe l'aide que vous pouvez avoir, au point de vue de l'équipement, du personnel, du confort, de la nourriture, etc. Sans cette disposition, vous n'êtes pas en forme même si vous semblez être en forme.

2. Restez optimiste. Regardez votre situation comme une sorte d'aventure, en vous disant que ça finira toujours par bien tourner, comme au cinéma.

3. Occupez-vous de vous. Des autres ensuite, si vous pouvez. Cette attitude d'égoïsme

apparent choquera peut-être quelque lecteur. Pourtant l'expérience montre que les survivants qui sont encore valides et ont gardé la tête froide, s'ils s'occupent d'abord d'eux-mêmes, sortiront du mauvais pas ; ensuite les victimes qui ne pouvaient rien faire seront plus rapidement sauvées.

4. Gardez la tête froide. Pas de panique. Fuyez ceux qui sont catastrophés.

5. Faites quelque chose. Dressez rapidement une liste d'occupations qui se rapportent directement à la situation présente.

But 1. Faire l'inventaire de l'équipement : matériel, vêtements, nourriture, liquides, effets personnels, etc.

But 2. Faire l'inventaire des capacités physiques ou mentales que vous possédez, ou que possède le groupe.

Ces inventaires ont deux avantages : ce sont des activités familières, elles aident à reprendre l'activité normale, travailler, se nourrir, se reposer, jouer. Rétablir un rythme de vie normal permet de surmonter le choc, la peur. Ensuite ces inventaires vous font savoir, à une aiguille ou un bouton près, ce qui reste en votre possession et peut vous aider dans le combat pour survivre.

But 3. Trouver ou construire un abri.

But 4. Déterminer comment on va distribuer l'eau potable ou comment on va en trouver.

But 5. Déterminer comment on va distribuer la nourriture, ou comment on va en trouver.

But 6. Trouver ou fabriquer du matériel de signalisation pour attirer l'attention des sauveteurs.

But 7. Préciser ce qu'il faut faire pour exécuter les buts précédents. Faire un plan, établir des équipes.

But 8. Revoyez les buts précédents et ajoutez-en d'autres si les circonstances changent. Suivant la situation, les activités chansurvivants peuvent bien être compliquées, même recherchées. Evitez à tout prix la monotonie, car elle est la première marche de l'escalier de l'apathie.

6. Pensez. Parmi les « jeux » et les « créations », introduisez celle qui consiste à se rappeler tout ce qu'on a vu, entendu, lu sur la question de la survie et sur les cas semblables au vôtre. Dès que possible, appliquez les informations récoltées.

7. Veillez au moral. La capacité de survie est directement proportionnelle à la hauteur du moral. Cultivez la bonne humeur, l'espoir, la confiance, l'optimisme, l'équilibre, l'assurance. Autorisez la colère car c'est une réaction plus saine que la dépression et l'apathie. Maudissez les circonstances, mais pas vous. Ne permettez pas au découragement de se transformer en apathie, l'apathie en dépression, sinon la dépression se tournera en désespoir et le désespoir vous fera accepter la mort.

Ceux qui luttent pour vivre vivront. Ceux qui acceptent la mort mourront.