



Le baiser curarisant par Jhasua Daniel Gatica- Chacon

Dans la vie, il y a des gens que nous considérons comme étant nos amis, car ils nous apportent une sensation de bien-être et ce, de multiples façons. Inévitablement, si nous avons des amis, cela signifie qu'il est possible d'avoir son opposé, c'est-à-dire des ennemis, et c'est un phénomène normal.

Toutefois, est-il normal que nous puissions être notre propre ennemi?

Que ce soit pour des raisons biomédicales (par exemple : les maladies auto-immunes) ou pour des raisons psychologiques (par exemple : une faible estime de soi pouvant mener à plusieurs signes de détresse comme l'automutilation ou le suicide) ou pour d'autres raisons, nous pouvons avoir conscience que notre corps ou notre for intérieur s'en prend à nous-même.

Toutefois, est-il normal que notre ennemi intérieur n'agisse seulement lorsque nous changeons d'état de conscience?

L'idée qu'un événement imprévisible puisse perturber notre bien-être peut être terrifiante. Lorsque la source de nos peurs est irrationnelle, il reste que nous avons le contrôle sur ce que nous faisons avec cette peur : la combattre ou l'éviter, la deuxième option arrivant plus fréquemment dans le cas d'une phobie par exemple. D'ailleurs, « le terme phobie se réfère à une peur excessive, soit d'une situation, d'un objet spécifique ou encore d'une circonstance particulière qui s'accompagne généralement de l'évitement de l'élément redouté. »¹ Dans certains cas, cette phobie est tellement grande qu'elle peut nous paralyser, bien que notre système nerveux sympathique soit en pleine fonction, nous sommes totalement à la merci de ce à quoi on fait face, d'où la notion de terreur.

Toutefois, est-il normal que cette terreur ne se manifeste qu'à de rares occasions, sans crier gare et sans cause connue?

Lorsque nous observons quelque chose d'anormal, la tendance humaine veut que nous pointions cet incident du doigt et que nous tentions de changer cet incident : soit nous le normalisons en changeant sa nature, soit nous l'évitons, soit nous l'éliminons, car ce que

nous considérons comme étant anormal n'entre pas dans les cadres standards de la vie stable et perturbe l'équilibre qui nous entoure.

Toutefois, est-il normal que nous ayons, encore aujourd'hui, de la difficulté à cerner ce phénomène et, donc, qu'il nous échappe comme un fugitif ayant réalisé un crime parfait?

Nous avons affaire à un monstre qui nous veut du mal, qui n'apparaît que lorsque nous ne sommes plus en plein contrôle de nos moyens, qui semble attaquer quand bon lui semble et qui s'enfuit avant que l'on puisse trouver une solution efficace pour l'éliminer. De qui pourrait-il s'agir?

Si vous pensez qu'il ne s'agissait que d'un cauchemar, détrompez-vous : ici, je veux vous présenter des cas qui se déroulent alors que nous sommes réveillés et conscients de notre environnement, ce qui devient, en l'occurrence, des hallucinations avec un réalisme à vous couper le souffle... Littéralement!

Nous avons été en mesure de répertorier trois catégories d'hallucinations causées par ce monstre : « l'intrus, faisant référence à l'impression de ressentir la présence d'une autre personne ou créature, l'incube (démon équivalent au succube, mais en version masculine), qui cause une compression thoracique, des difficultés à respirer ou même des douleurs physiques, ainsi que des expériences physiques inhabituelles, comme l'impression de voler ou de flotter dans l'espace»²

Quand la peur nous habite, nous avons le choix de combattre ou de fuir la source de celle-ci, mais lorsque notre corps est immobile, paralysé, tout ce que nous pouvons faire c'est de nous abandonner, nous soumettre à la peur qui nous submerge comme si nous étions engloutis par un tsunami ou comme si nous contemplions, vulnérables, cette chose qui se délecte en nous voyant immobile face à notre propre mort.

Dans tous les cas, bien que nous tentions de commander à notre corps de bouger, nous demeurons impuissants, car nous sommes paralysés. Pour cela, nous pouvons remercier deux neurotransmetteurs, l'acide gamma-aminobutyrique, (GABA) et la glycine, qui se chargent d'immobiliser tous les muscles squelettiques lorsque nous passons à un état de conscience particulier...

Le baiser curarisant.

C'est alors que, tachycarde et tachypnéique, on reprend brutalement le contrôle de notre corps et que nos hallucinations s'évaporent, avec la vaine espérance d'un meilleur sommeil ou d'un meilleur réveil.

Finalement, elle est de courte durée : de quelques secondes à environ 30 secondes, ce qui est amplement suffisant pour que la *chose* parte aussi imprévisiblement que lorsqu'elle est apparue, s'étant nourrie de notre détresse et nous laissant avec cette nouvelle crainte de dormir ou de se réveiller, souhaitant qu'elle ne revienne plus nous hanter.

Ah, mais comme je peux être impoli parfois! Veuillez m'en excuser. J'ai oublié de vous présenter la bête qui sommeille en moi et qui me frappe insidieusement lorsque je néglige mon sommeil. D'ailleurs, si vous désirez que cette *chose* ne cogne pas sournoisement à votre porte lors de vos séjours dans vos mondes oniriques, tout ce que je peux vous conseiller, c'est de faire attention à vos besoins de sommeil, car il n'existe pas de véritable traitement pour éradiquer le trouble.

Chers lecteurs, pour ceux qui ne la connaissent pas déjà, voici la paralysie du sommeil.

Références

1. FONDATION DES MALADIES MENTALES. *La phobie spécifique*, (Page consultée le 07 octobre 2016) [En ligne], adresse URL : <http://www.fondationdesmaladiesmentales.org/la-maladie-mentale.html?i=18>
2. BORRELLI, Lizette. « Sleep Paralysis Movie 'Dead Awake' Reveals Real-Life Horror Of Having A Frozen Body But Awake Brain », *Medical Daily*, (page consultée le 07 octobre 2016) [En ligne], adresse URL: <http://www.medicaldaily.com/sleep-paralysis-movie-dead-awake-reveals-real-life-horror-having-frozen-body-398342>