

# Confinés avant le virus, ils témoignent

3 avril 2020 / Justine Guilton-Boussion (Reporterre)



Près de la moitié de la population mondiale est aujourd'hui confinée pour lutter contre la propagation de la pandémie de Covid-19. Prisonnier, sous-marinier, moine bouddhiste, Gazaoui : ils ont connu l'enfermement, volontaire ou non. Ils partagent cette expérience et leur vision de la crise sanitaire.

---

Rénald, ancien prisonnier : « Toutes les journées se ressemblaient.  
Je me suis recentré »



Sur les hauteurs de Marseille (Bouches-du-Rhône), confiné dans un appartement en compagnie de son épouse et leurs deux enfants, Rénauld évoque facilement la période qu'il a passée derrière les barreaux. « *J'ai été détenu à la prison de Luynes en 2009, pendant huit mois* », raconte l'homme aujourd'hui âgé de 36 ans.

Rénauld se souvient de cette époque où « *il n'y avait rien à faire* » et où « *toutes les journées se ressemblaient* ». Ce boxeur professionnel n'avait pas le droit de contacter ses proches par téléphone. Il devait se contenter d'une visite au parloir, une fois par semaine. La « *promenade* », seule sortie autorisée deux heures par jour, était son unique moment pour respirer l'air frais, courir, jouer aux cartes et discuter avec les autres détenus.

Le reste du temps, Rénauld le passait à travailler en cuisine ou seul, enfermé dans sa cellule de moins de 10 m<sup>2</sup>. « *Je ne me rappelle même plus de ce que je faisais pour m'occuper*, dit-il en riant. *Je crois que j'écrivais beaucoup de lettres, je me suis mis à la lecture. J'essayais de m'ouvrir à de nouvelles choses.* » Ce qui lui manquait le plus n'était pas les sorties ou les activités, mais la présence de ses proches. Alors, forcément, le confinement que le monde entier vit aujourd'hui lui semble bien différent de cette période d'incarcération. « *Actuellement, on peut être avec notre famille, on peut quand même aller en bas de chez soi ou faire les courses*, note-t-il. *Mais c'est vrai que c'est une sorte d'enfermement.* »

Celui qui a aujourd'hui repris ses études pour devenir conseiller en insertion professionnelle met en garde contre le laisser-aller. « *En détention, j'ai pris un rythme de vie qui risque de toucher certains confinés*, suppose-t-il. *Tu décales tes horaires de sommeil, tu t'habitues à rien foutre et, d'un coup, tu sors de prison, il faut recommencer à se lever le matin à 7 h, à aller travailler... Tu n'es plus habitué à ça. C'est pour ça que je trouve que la prison ne te prépare pas à rentrer dans la vie active. Tu es prêt à retomber dans la délinquance ou la fainéantise.* »

La quarantaine ne rappelle pas de mauvais souvenirs à Rénald. Au contraire, l'homme aborde la situation actuelle avec optimisme et sérénité. « *Ma détention m'a apporté une ouverture d'esprit et du changement, le confinement peut créer ça chez beaucoup de monde aussi, espère-t-il. Il permet à tous de se recentrer, de se poser avec sa famille, de réfléchir à ce qui a été fait dans sa vie, ce qui n'a pas été fait, ce qu'on aimerait faire, et quelles sont les priorités. C'est une très bonne chose pour tout le monde.* »

---

**Laurent, ancien sous-marinier : « La vie enfermée en communauté, sans voir sa famille ni la lumière du jour, ce n'est pas pour tout le monde »**



« *Quand vous êtes sous l'eau, vous êtes dans une boîte de conserve.* » Laurent [\*] a quitté les sous-marins il y a plus de dix ans maintenant, mais il garde un souvenir bien précis de cette sensation. Cet ancien sous-marinier de 50 ans vit aujourd'hui à l'étranger, et porte un regard particulier sur le confinement mondial. « *Être confiné chez soi et vivre dans un sous-marin, ça n'a rien à voir,*

dit-il en souriant. *Lorsque vous êtes confiné, vous pouvez être avec votre famille, vous avez les réseaux sociaux, vous pouvez aller dehors, vous pouvez ouvrir votre fenêtre, prendre l'air... Ce n'est pas comparable. »*

C'est à l'âge de dix-sept ans que Laurent est entré dans l'armée. Après des cours, une année passée en « *bâtiment de surface* » (un navire de la Marine nationale), il a travaillé pendant vingt ans à la base sous-marine de Brest (Finistère). « *Durant ces vingt ans, j'ai dû passer environ deux ans et demi de ma vie sous l'eau, sans voir le jour* », calcule-t-il. À bord des sous-marins en mission, toute une palette de métiers existe. Pendant plus de deux mois, sans retour à la terre, les équipes travaillent de jour comme de nuit. « *Pendant une dizaine d'années, je me suis occupé de la maintenance des missiles nucléaires, raconte Laurent. Par la suite, j'étais l'adjoint du numéro deux du sous-marin. Je m'occupais de tout ce qui était ressources humaines, je faisais la liaison entre l'état-major et l'équipage. J'avais un peu le rôle du shérif à bord.* »

Des examens médicaux ont lieu en amont des missions, mais rien n'est spécifiquement prévu pour préparer les membres de l'équipage à passer deux mois confinés sous l'eau. « *La première fois, vous y allez sans savoir, affirme Laurent. Il y a pas mal de personnes qui ne font qu'une mission et qui disent que ce n'est pas fait pour elles, qu'elles ne supportent pas. Ça peut se comprendre. La vie enfermée en communauté, sans voir sa famille ni la lumière du jour, ce n'est pas pour tout le monde.* »

Laurent, lui, n'a jamais mal vécu ces missions. Sa passion pour l'eau et son tempérament solitaire l'ont aidé à supporter la vie au sein d'une coque plongée dans l'océan. « *Chacun avait sa façon de tenir, se rappelle-t-il. Certains, c'était regarder des films ; d'autres, c'était les jeux de société ; moi, je faisais trois heures de sport par jour à bord du sous-marin.* » Après cette expérience, le confinement ne lui fait donc pas peur, même s'il comprend que certaines personnes le vivent mal. « *Je pense que ce n'est pas parce que vous êtes en confinement qu'il faut vous oublier, conseille-t-il. Il faut vous lever, vous laver, garder vos journées comme si vous alliez travailler — d'ailleurs, beaucoup de gens en confinement font du télétravail. Il ne faut pas entrer dans du laxisme, qui mène à la déprime. Et être patients.* »

---

Lama Puntso, moine bouddhiste : « Tu reviens à l'essentiel »



C'est en Dordogne, dans une cabane au sein de la forêt, que Lama Puntso, 59 ans, passe cette période de confinement. La situation actuelle tend à rappeler à ce moine bouddhiste de tradition tibétaine les retraites coupées du monde qu'il a dû effectuer pendant sept ans.

Tout a commencé dans les années 1980 lorsque Puntso, alors étudiant en linguistique à Bruxelles, a découvert le bouddhisme dans le centre d'études et de méditation Dhagpo Kagyu Ling, en Dordogne. Le jeune homme a commencé à suivre les enseignements, et très vite, ce fut une révélation. *« D'une certaine façon, la vie monastique s'est imposée à moi, raconte-t-il. Quelques mois après, j'ai pris les vœux de moine. »*

Lama Puntso a ensuite suivi pendant quatre ans une préparation. *« Elle consistait à un apprentissage de la vie en communauté, l'étude du bouddhisme et la pratique de la méditation, explique-t-il. La combinaison des trois nous a préparés à nous retrouver "confinés" pendant deux fois trois ans et demi. »* Le terme de confinement fait aujourd'hui sourire Lama Puntso, car personne ne l'utilisait jusqu'ici. Pourtant, leur retraite avait tout de l'isolement. Les moines, au nombre de dix environ, se retrouvaient enfermés dans un centre de retraite auvergnat, sans pouvoir sortir ni avoir de contact avec l'extérieur.

*« Les journées se ressemblaient redoutablement »,* s'amuse aujourd'hui Lama Puntso. Les moines méditaient seuls dans leur chambre douze heures par jour. Ils ne se retrouvaient en groupe que pour les repas, une séance collective de récitations et quelques activités diverses. Pendant sept ans, Lama Puntso et ses camarades ont dû résister au manque de regarder un film, d'aller se balader, de voir des amis... Tout leur temps était consacré à la pratique. *« C'est une rencontre avec soi-même, dit Lama Puntso. On rencontre ses résistances, ses peurs, ses inquiétudes, ses ressources, ses potentiels... Donc, je peux dire sans me tromper que le sentiment d'enfermement, l'envie d'aller voir ailleurs, nous les avons probablement rencontrés. Tous ces sentiments s'élèvent. L'idée, c'est de les rencontrer et de voir de quoi ils sont faits. »*

Aujourd'hui, le confinement imposé pour lutter contre la propagation du virus Sars-CoV-2 laisse Lama Puntso soucieux : *« S'il n'y avait pas toute cette souffrance que génère le coronavirus, tous ces morts, je serais vraiment réjoui. Le fait de me retrouver tout seul, à pouvoir pratiquer davantage, à pouvoir étudier également, je vivrais cela comme une chance. »*



Selon lui, cette pandémie a malheureusement quelque chose à nous montrer : « *Nous étions partis dans une vitesse consumériste affolante et irrespectueuse, ça devenait la norme. Je pense que les gens prennent conscience aujourd'hui qu'il faut revenir à l'essentiel. C'est le moment de prendre soin de notre santé physique et mentale, de prendre soin de nous, des autres, parce que c'est ça qui va avoir des conséquences positives.* »

---

**Mohammed, habitant de la bande de Gaza : « En 40 ans, je n'ai jamais quitté Gaza ni visité un autre pays »**



« *J'ai l'impression d'être en quarantaine depuis 2007.* » Mohammed, 40 ans, habite dans la bande de Gaza. Pour ce chauffeur, le confinement n'est pas quelque chose de nouveau. Il y a 13 ans, à la suite de la violente prise du pouvoir par le Hamas, l'Égypte et Israël ont imposé un blocus sur cette bande de terre coincée entre l'Égypte, la mer Méditerranée et Israël, mesurant

41 kilomètres de long et 6 à 12 kilomètres de large.

Depuis cette date, les Gazaouis sont complètement isolés. Ils reçoivent un approvisionnement limité en énergie et en eau, leur système de santé est fortement dégradé, le taux de chômage a explosé et il est très difficile de fuir pour construire une vie ailleurs.

*« En 40 ans, je n'ai jamais quitté Gaza ni visité un autre pays, regrette Mohammed. Je n'ai pas eu l'occasion de vivre une vie de meilleure qualité. Ici, à Gaza, nous avons au moins dix ans de retard sur les autres pays : nous subissons des pénuries d'électricité, d'eau, de matériaux de construction, et même de communications. J'ai dépensé beaucoup de temps et d'argent à chercher des options de substitution pour essayer de m'en sortir. »* Depuis 2007, la situation n'a fait que s'aggraver, notamment à cause des différentes crises économiques que le territoire a subies.

À l'heure actuelle, seuls deux cas avérés de Covid-19 ont été recensés dans la bande de Gaza. Mais dans cette enclave appauvrie et surpeuplée (elle compte plus de deux millions d'habitants), la pandémie pourrait se transformer en une catastrophe sanitaire et humanitaire. Si le coronavirus venait à toucher de nouvelles personnes, il se propagerait encore plus rapidement que dans les autres pays. *« La pénurie de matériel médical est très dangereuse en cette période critique, s'inquiète Mohammed. Nous n'avons pas non plus d'installations équipées appropriées, alors les autorités utilisent les écoles pour la mise en quarantaine obligatoire. Notre système de santé est très faible et ne peut pas survivre devant cette crise mondiale. D'autres pays avec de meilleures conditions de vie que les nôtres sont déjà en train de souffrir, alors imaginez ici... »*

Dans cette situation, Mohammed ne peut pas rester optimiste en pensant à l'avenir. Tout comme de nombreux Gazaouis, qui ont lancé sur les réseaux sociaux le hashtag #EndTheSiege pour demander la fin du blocus israélo-égyptien. *« Il doit se terminer dans tous les cas, mais surtout à cause du Covid-19, juge Mohammed. La levée du blocus est une étape très importante pour notre vie à Gaza, et elle est essentielle aujourd'hui pour notre survie. Sinon, j'ai peur que le pire soit à venir. »*

[\*] Son prénom a été modifié.

**Source :** Justine Guiton-Boussion pour *Reporterre*

**Photos :**

- . chapô : [Pxhere](#) (CC0)
- . prison : [Unsplash](#) (Matthew Ansley/CC0)
- . sous-marin : [Pixabay](#) (CC0)
- . bougie : [Pixabay](#) (CC0)
- . Gaza : [Unsplash](#) (Ahmed Abu Hameeda/CC0)

- Emplacement : [Accueil](#) > [Enquête](#) >
- Adresse de cet article : <https://reporterre.net/Confines-avant-le-virus-ils-temoignent>