

L'INTERVIEW

LE BRUIT, MAL OU NECESSITE

Entre le bruit faisant mal et le silence dont nous avons peur, s'il existe un équilibre, il n'est pas des plus évidents. Pourtant, Alfred Tomatis semble bien l'avoir rencontré en un endroit où nous ne serions pas allés le chercher.

Blinis: Dans la liste de nos pollutions de saison, si l'eau et l'air sont en déficit, le son est systématiquement accusé de surabondance. N'est-ce pas pour le moins un abus, pour vous qui affirmez que l'oreille est la dynamo du cerveau et que les stimuli sonores sont essentiels à notre équilibre ?

A. Tomatis: Il y a un paradoxe, mais il n'est qu'apparent car il convient de faire la différence entre les bruits pouvant être considérés comme une contrainte passagère et passablement supportés, voire même intégrés par l'organisme, et ceux qui entraînent des lésions pouvant devenir irréversibles.

Blinis: Vos premières recherches eurent pour objet l'étude des troubles auditifs dans le domaine industriel. Sait-on aujourd'hui définir le bruit qui tue ?

A. Tomatis: Celui qui tue, je n'en suis pas sûr, mais celui qui cause de graves dommages, j'en suis certain, et ce, pour l'avoir maintes fois observé. Si vous plongez un individu dans un milieu où règne un bruit intense, disons une pression sonore de plus de cent vingt décibels (bruit que savent faire un réacteur d'avion manœuvrant au sol ou ZZ Top en bord

de scène, NDRL), si de plus ce bruit est une fréquence relativement pure et assez élevée, en quelques jours, quelques semaines au plus, apparaît une lésion irréversible, un scotome. Cette faille, ce petit trou dans l'écoute, n'est pas immédiatement perceptible car située généralement très haut dans l'échelle des fréquences, entre deux mille et six mille hertz. Et ce sont des sons que nous n'entendons pas tous les jours, donc la lésion n'est pas immédiatement discernable. Ensuite, elle va s'étendre en se ramifiant simultanément vers le haut et le bas du spectre, jusqu'au moment où l'individu, tout en ayant l'impression de toujours correctement entendre, ne comprend plus rien. Apparaissent alors des troubles de la compréhension et de l'intelligibilité.

A partir de ce stade s'instaure une escalade pernicieuse. Sans s'en rendre évidemment compte, et tout en étant même intimement persuadé que son écoute est parfaite, le sujet augmente le niveau sonore, s'installe plus près des sources et se met à parler plus haut, ce qui entraîne à terme une aggravation du phénomène.



Une petite mécanique, un bon gros casque : le meilleur et aussi le pire, selon l'usage que chacun en fait et la façon d'écouter la musique. Une hygiène auditive reste à promouvoir.

"Une écoute à un niveau un peu trop fort et de longue durée peut entraîner les mêmes dégâts qu'un spectaculaire bain sonore de courte durée."

Blinis: Cette infernale spirale de la surdité a-t-elle d'autres effets et différents symptômes ?

A. Tomatis: Si vous voulez me faire dire que l'on reconnaît un sourd précoce à des problèmes de digestion ou une mauvaise circulation, vous n'y parviendrez pas. Cependant, il est fréquent d'observer de telles perturbations physiologiques accompagnant ce trouble et qui renforcent encore le malaise, puis le handicap. D'une façon plus bénigne mais assez spectaculaire, le bruit modifie notre équilibre, notre faculté de raisonnement, notre mémoire, notre circulation sanguine et jusqu'à notre rythme respiratoire.

Blinis: Pas pire sourd que celui qui ne veut rien entendre. Et vous, qu'entendez-vous par là ?

A. Tomatis: Deux choses. En premier, et en appliquant le dicton au pied de la lettre, je dirais que bien des gens, bien des jeunes gens particulièrement, imaginent que ce genre de mésaventure n'arrive que rarement et qu'eux en sont, providentiellement, protégés. C'est faux. Chaque jour, ou presque, je vois arriver des gens qui se rendent enfin compte des dégâts. Et tous n'en sortiront pas indemnes.

Mais si vous le voulez, nous reviendrons ensuite sur ce point car je voudrais auparavant répondre plus complètement à votre question en disant que dans les cas où, même inconsciemment, des personnes feignent de ne pas bien entendre, et j'ai vu cela bien des fois dans le cadre d'entreprises à hauts bruits où le personnel espérait ainsi obtenir une prime de nuisance, dans ces cas-là donc, nous constatons qu'effectivement la courbe audiométrique du patient peut se modifier. S'il a plus ou moins consciemment l'idée de se faire passer pour sourd, son acuité auditive, son seuil de perception se déplace de façon notable, pouvant atteindre plus de vingt décibels ! Le psychique influe d'une manière déterminante. Ce qui peut apparaître ici comme une ruse ou un inconvénient est en fait une défense essentielle sans laquelle nous ne pourrions pas survivre.

Blinis: Revenons à nos lésions. Vous disiez à l'instant que tous les patients porteurs de lésions qui vous arrivaient ne s'en sortiraient pas indemnes. A contrario, il semble que ces troubles

soient parfois réparables et que nous puissions être des sourds d'un jour.

A. Tomatis: En quelque sorte, mais attention, une lésion est une lésion et nous ne savons ni reconstruire ni greffer un nerf auditif, pas plus qu'un autre élément du système nerveux d'ailleurs. Par contre, j'ai observé que des personnes qui, tout au long de leur carrière, avaient souffert de troubles de la perception, pouvaient ensuite recouvrer la quasi totalité de leurs facultés.

Vivant dans une ambiance sonore plus calme, à la campagne par exemple, et leur organisme étant alors moins agressé par le bruit, leur audition redevenait normale. Dans ce cas, il ne s'agissait pas de lésions du système mais d'une défense musculaire de longue durée qui les protégeait contre les bruits. Comme une sorte de bouclier les empêchant de succomber aux assauts du bruit. Le calme retrouvé, il leur suffisait de ne plus avoir besoin d'être sourds pour retrouver leur acuité auditive.

Blinis: Nous clignons des oreilles en quelque sorte. Pour avoir été ingénieur du son, je puis affirmer qu'il est nécessaire d'écouter et de mixer à haut niveau d'écoute. Et pourtant, malgré la réputation qui est faite à l'extérieur du métier, cette profession n'est pas faite de sourds, bien au contraire. L'habitude d'écouter permet même de détecter ce que les autres ne peuvent discerner.

A. Tomatis: il y a une différence entre subir et agir. L'oreille s'éduque, elle apprend à réagir, à devenir sélective et à "focaliser" certaines informations. Il est rare que l'on devienne ingénieur du son ou musicien par hasard, cela se fait après une longue éducation, de multiples expériences durant lesquelles l'oreille apprend une gymnastique lui permettant d'être plus performante et de se prémunir contre les agressions. Il n'empêche que des accidents arrivent. Le public s'étonne parfois de ne plus entendre parler d'un jeune chef d'orchestre dans lequel la critique mettait tous ses espoirs, c'est simplement que le chef est devenu... sourd. Pour traiter de nombreux chanteurs et travailler avec bon nombre d'artistes, je puis vous dire que c'est plus fréquent qu'on ne peut l'imaginer. Et ce phénomène ne fait que prendre de l'ampleur avec la surenchère de l'amplification qui crée sur scène un niveau sonore ne pouvant qu'endommager sérieusement

et l'écoute et le comportement de musiciens qui sont les premiers touchés par ce phénomène. Ici, les troubles ne se limitent malheureusement pas à l'aspect mécanique de l'audition, mais des problèmes psychiques éclatent. Et en grand nombre.

Blinis: A nous les boules ! Au jour le jour, le baladeur est-ce vraiment un si gros malheur ?

A. Tomatis: S'il s'agit d'un moyen pour se recharger, pour tonifier son esprit et réaliser une régulation, c'est une bonne, une excellente chose. La musique est la première des sources pouvant nous enrichir et participer à notre épanouissement. Ce serait dommage de s'en priver. Par contre, ces petits magnétocassettes de poche peuvent devenir de dangereuses choses si leur écoute s'effectue sans discernement à un niveau trop élevé. Il ne faut pas oublier qu'une écoute à un niveau un peu trop fort et de longue durée peut entraîner les mêmes dégâts qu'un spectaculaire bain sonore de courte durée. Tout est affaire de fatigue de l'oreille et d'éducation. Il est à regretter que les constructeurs de ces petits matériels ne mettent pas en garde leurs consommateurs contre les risques qu'ils encourent s'ils ne se montrent pas raisonnables. Ceci est d'autant plus important que le baladeur est d'abord affaire de jeunes et que ce sont eux qui, par manque d'expérience acoustique, comprennent par là par manque de cette gymnastique de l'oreille que nous évoquions il y a quelques instants, sont les plus fragiles. Il est tout de même dommage qu'ils finissent par perdre une partie du message qui leur plaît et s'atrophient un sens parfois à vie.

Paradoxalement, les bruits nous sont pourtant indispensables. Le mois prochain, nous verrons comment, à trop vouloir nous en protéger, à les masquer, les étouffer, nous finissons par en chasser le message, celui de la vie. ■■■

Propos recueillis par Marcel Barbin

Blinis (Mai 1990)