

Retour sur la séance n°5, du 25 Octobre 2018 **Auteur : Jean-Yves Trépos**

Document de synthèse comportant une bibliographie, rédigé à la demande des participants.

Nombre de présents : **28**

Sujet de la discussion : « Faut-il se méfier de ses émotions ? »

Quels sont les présupposés de l'énoncé ? (assertions, réponses attendues, concepts, relations entre les concepts)

-les émotions pourraient nous entraîner sur un chemin non voulu si on leur fait crédit
=> les émotions, passées au crible de la méfiance, nous seraient utiles ;
mais : les émotions dont on se méfie sont-elles encore des émotions ?

Quels enjeux ?

« Faut-il ? »

-peut être pris comme une question morale de conduite de vie

- personnelle
- relationnelle
- politique

-peut être pris comme une question épistémologique en termes de connaissance de l'humanité

- en elle-même
- par rapport à l'animalité.

Quels concepts ?

Emotions / Méfiance / Devoir

Clairement, il ne s'agit pas d'explorer à fond le domaine des émotions, ni celui de la confiance, mais de saisir les relations entre une caractéristique incontournable de l'espèce (l'émotion), une attitude trouble (la méfiance) et un impératif moral ou cognitif (le « faut-il »).

Quelles définitions ?

1/Emotions :

-Selon l'étymologie, il y a une idée de mouvement hors de soi : + ou – extériorisation d'un emportement.

*L'émotion désigne les réponses adaptatives manifestées dans un certain contexte. C'est un ensemble de sensations (transpiration, rougeur, modifications de l'activité cardiaque, respiratoire et digestive), d'actions sur l'environnement (mimiques de dégoût, de surprise, des postures typiques de l'accablement ou de la colère, des manifestations dynamiques, explosions de joie ou de rage, attaque ou fuite) et de sentiments (dimension de plaisir ou de déplaisir, de bien- ou de mal-être et conscience de la

signification qu'on a appris culturellement à leur donner : peur, colère, tristesse, joie, etc.).

*Le déclencheur de l'émotion peut être environnemental ou interne, avoir une signification actuelle ou se référer au passé. Mais elle résulte pour une grande part de la signification que l'on donne à une situation, des sentiments que l'on éprouve.

*L'émotion a deux faces : symptomatique (changements humoraux, végétatifs ou posturaux auxquels le congénère réagit rapidement) et intime (évaluation instantanée de la signification pour soi du déclencheur, qualifiée par les « émotions de base » : peur, colère, dégoût, tristesse, joie, etc.).

*L'émotion vient-elle d'abord et la conscience après ? Une réponse en termes de « conduite magique » (Sartre, 2000) : l'émotion est une réponse significative à une situation (l'évanouissement comme conduite magique en vue d'une suppression du problème), un pilotage immédiat du corps par la conscience (en tant qu'elle est toujours conscience de quelque chose). Sartre souligne aussi (dans *L'Être et le Néant*, 1976) l'importance de la relation à autrui dans l'émotion. La honte est honte de soi, mais devant une autre conscience. Car, pour qu'il y ait honte, il faut bien que je me reconnaisse dans cette image que l'autre me renvoie : « j'ai honte de ce que je suis ». C'est qu'en effet autrui est le révélateur de mon identité : il est « le médiateur entre moi et moi-même ».

-Doit-on distinguer : émotions (relative brièveté et force), passions (force, durée), sentiments (intérieurité, durée) ? Dans une situation concrète, il est souvent difficile de séparer ces trois aspects de la vie affective.

Définition provisoire :

L'émotion est un affect d'adaptation aux stimulations qu'exerce sur nous le monde, par lesquelles ce monde nous met en mouvement avec plus ou moins de force et de manière plus ou moins durable.

2/Méfiance :

-On ne peut en parler sans la rapporter à la confiance (la confiance est hantée par la possibilité d'une défaillance chez autrui, à qui on a délégué de la charge de préservation de soi et du respect de ses propres valeurs) : la confiance est minée par la possible défiance (Marzano, 2010).

-La méfiance est un état général proche du soupçon et peut-être la défiance est-elle un état ponctuel plus explicite (comme dans la « motion de défiance »).

-La méfiance/défiance n'est pas le refus, sinon celui de ne pas accepter les yeux fermés, de ne se prononcer qu'après examen.

-Ici il n'est pas question de confiance/méfiance en autrui, mais en soi-même : elle pointe le vertige d'un possible abandon, d'une démission de la raison.

Définition provisoire :

La méfiance est une attitude de retrait par rapport à tout comportement de délégation directe à autrui ou à soi-même.

3/Devoir

-impératif catégorique : il faut, sans conditions (hypothétique : il vaudrait mieux, dans certaines conditions).

Quel débat ?

1/ Sur ce que sont les émotions et ce qu'elles font

-L'émotion s'oppose-t-elle en tous points à la raison ?

- Apparemment oui, si on se réfère aux modélisations économiques traditionnelles (*l'homo œconomicus*) ou à l'Intelligence Artificielle. Elle gêne l'I.A. soit par sa présence (on souhaiterait pouvoir algorithmiser de façon mécanique) soit par son absence (si on néglige l'émotion, la machine « se plante »).
- En fait non, si on se réfère à certains résultats des neurosciences. Traduits philosophiquement, ces résultats nous disent des choses sur la prise de décision (elle repose sur la capacité de simuler les conséquences attendues d'une certaine action et cette représentation est teintée d'émotions ; par exemple : le risque d'erreur inhérent à tout pari peut avoir un effet excitant ou effrayant) mais aussi sur la relation entre mémoire et émotions (pas de mémoire sans émotion dirait la madeleine de Proust, mais pas non plus d'émotion sans mémoire de cette émotion, selon des marqueurs somatiques et émotionnels (Damasio, 1994, 2003).
- L'émotion disruptive est-elle un contre-exemple ? Dans une situation de péril, où il est question de la survie, physique ou symbolique, de l'individu on voit apparaître des comportements apparemment irrationnels (gestes stéréotypés « décalés », difficulté de concentration, attention à des détails inutiles). Et pourtant, une émotion intense en situation de crise, si elle n'est pas « rentable » en termes habituels, peut néanmoins favoriser une réponse adaptative raisonnable, à défaut d'être rigoureusement rationnelle (Paperman, 1992).

-Comment les émotions pourraient-elles se transformer ?

- La transformation des émotions en passions joyeuses et en connaissance (Spinoza, 2011). Les passions joyeuses se distinguent des passions tristes parce que les passions joyeuses augmentent ma puissance d'agir et m'induisent à former des notions communes avec d'autres corps, tandis que les passions tristes la diminuent (je saisis un autre corps comme incompatible avec le mien). Il ne s'agit pas pour Spinoza de faire disparaître les passions par décret, mais qu'elles prennent part à la connaissance au lieu de s'y opposer.
- La construction de la raison sur la base des passions (Hume, 1991-1995). La passion est mieux satisfaite si elle est contenue selon Hume. C'est possible parce qu'il y a comme une dualité peut-être une duplicité interne aux passions : il y a de l'irréfléchi, que la convention sociale va réprimer et il y a du raisonnable qui fait agir au mieux de son intérêt. C'est par l'institution d'une règle (la convention) que la passion se satisfait en se limitant. Mais le sentiment (qui est « *impression de réflexion* ») qu'il vaut mieux respecter l'institution qu'on a fondée finit par émerger de la répétition de l'action instituée.
- La ruse de la raison (Hegel, 2012) : le résultat des actions intéressées, égoïstes, ne coïncide pas entièrement avec celui que leurs auteurs visaient. Leurs œuvres s'engagent d'elles-mêmes dans une dialectique indépendante de ces intérêts, de cet égoïsme qui les a suscitées.

-Les émotions ont-elles une dimension culturelle ?

A l'évidence, pour une même manifestation psycho-physiologique, les significations que chacun donne à ses émotions varient selon les sociétés. Une anthropologie historique des émotions est-elle possible ? « *Comme ailleurs dans le monde méditerranéen, les hommes de*

l'Alentejo "ne sont jamais supposés exprimer librement des sentiments et des émotions qui mettent en cause l'image de la force et de l'autosuffisance masculines". Mais certains poèmes (décimas) récités dans les cafés permettent aux hommes d'exprimer des sentiments "féminins" – l'amour, la trahison, la peur de la mort – inadmissibles en d'autres circonstances » (Crapanzano, 1994).

2/ Sur le « faut-il ? »

Si on en reste au faut-il (moral ou cognitif) :

- Si les émotions nous font manquer notre but ou produisent des mouvements de foule aberrants, alors oui il faut s'en méfier.
- Si les émotions pimentent notre vie, alors peut-être pas.
- Si toutes les émotions ne sont pas équivalentes en termes de conduite de vie, alors il serait dommage de toutes les révoquer en suspicion.

3/ Sur le « peut-on ? »

Mais si on se pose la question du « peut-on », le débat est différent :

- peut-être ne le peut-on pas (quand on s'en méfie il est trop tard ; ou on ne se méfie pas de celle qu'il faut) ;
- on le peut si on adopte une posture stoïcienne (Epictète, 1997) ou de type cartésien : plutôt travailler à changer ses désirs que l'ordre du monde (Descartes,) ou bouddhique .

La méfiance est-elle la conduite appropriée pour accepter une vie sensible aux émotions (par rapport à la réflexivité) ?

-que serait une conduite réflexive concernant les émotions ? La réflexivité est une notion importante, qui se différencie de la prise de conscience et qui nécessite une réflexion visant à intégrer les leçons d'un événement passé (ici : un emportement émotionnel) dans la conduite d'un à-venir (ici : je sais que ça peut se reproduire, que je ne pourrai peut-être pas l'empêcher, mais je ne m'y résous pas). La meilleure définition est celle de Heinz Wismann : « (...) *ne pas être tout simplement envahi par les choses qui se présentent, même avec une allure de valeur incontournable.* » (Wismann, 2012, p. 34)

Références

- Crapanzano Vincent, 1994 : « Réflexions sur une anthropologie des émotions », *Terrains*, 22, p. 109-117 (en accès libre) – voir aussi tout ce numéro.
- Damasio Antonio, 1994, *L'erreur de Descartes*, Paris, Editions O. Jacob.
- Damasio Antonio, 2003, *Spinoza avait raison*, Paris, Odile Jacob.
- Descartes R., 2000, *Le discours de la méthode*, Paris, Garnier-Flammarion [1637]
- Epictète, 1997, *Manuel*, Paris, Garnier-Flammarion.
- Hegel G.W.F., 2012, *La raison dans l'histoire*, Paris, Pocket [1837]
- Hume D., 1991-1995, *Traité de la Nature Humaine*, Paris, Flammarion [1739]
- Marzano Michela, 2010, *Le contrat de défiance*, Paris, Grasset.
- Paperman Patricia, 1992, « Les émotions et l'espace public », *Quaderni*, n°18. doi : 10.3406/quad.1992.973
http://www.persee.fr/web/revues/home/prescript/article/quad_0987-1381_1992_num_18_1_973
- Sartre Jean-Paul, 2000, *Esquisse d'une théorie des émotions*, Paris, Le livre de poche [1939]
- Sartre Jean-Paul, 1976, *L'être et le néant*, Paris, Gallimard [1943].
- Spinoza B., 2011, *Ethique*, III, Paris, Le livre de poche (traduction de Robert Mizrahi) [1677].
- Wismann Heinz, 2012, *Penser entre les langues*, Paris, Albin Michel.