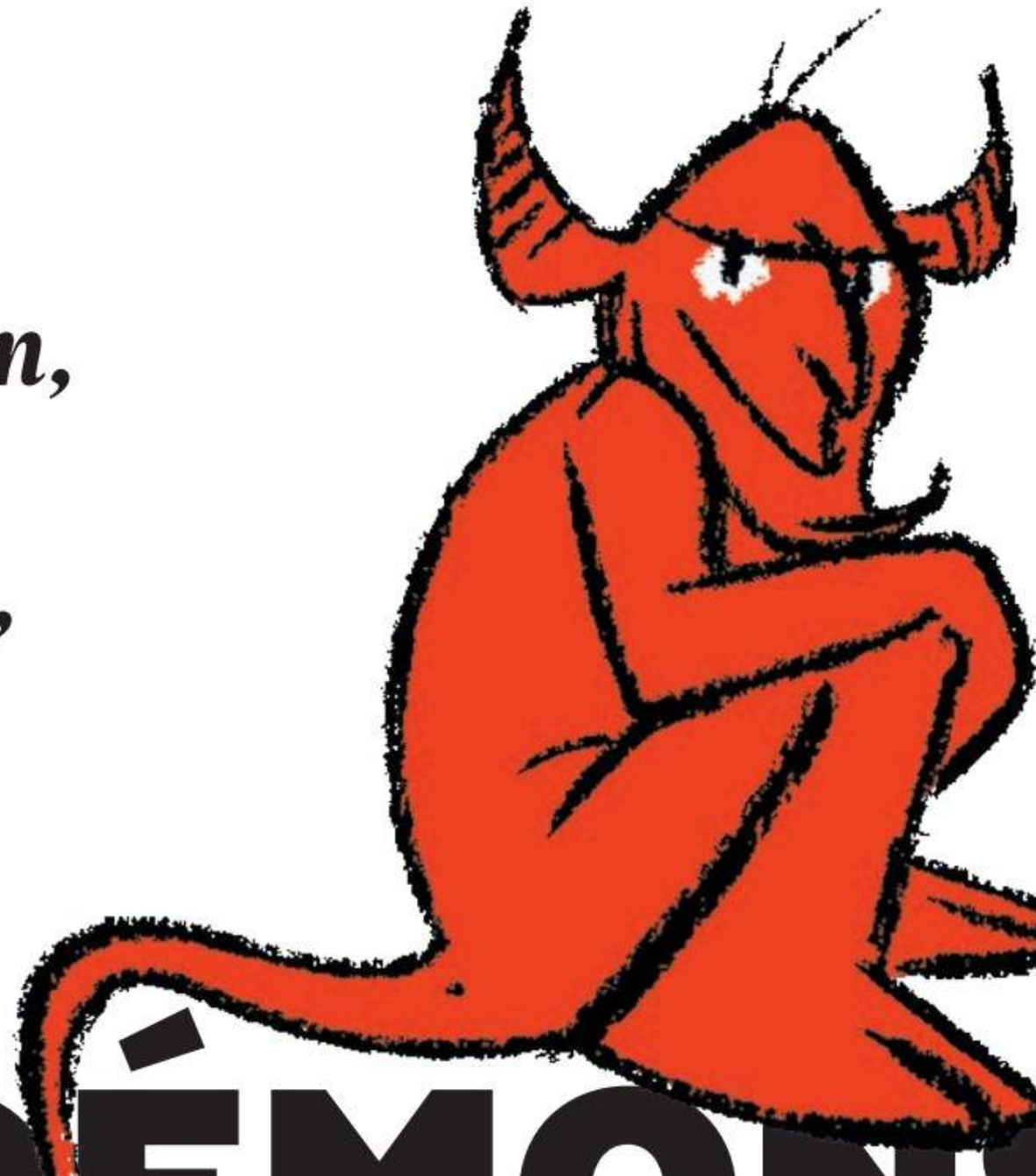
SCIENCES HUMAINES

N°388/MAI 2026

SCIENCES HUMAINES

Faisons connaissance

Procrastination, ruminations, autosabordage, culpabilité...



Nos DÉMONS INTÉRIEURS

Les combattre ou les apprivoiser ?

EN DÉBAT

Comment la contre-culture est passée à droite

JONATHAN HAIDT

« L'IA contrôlera bientôt la plupart de nos relations humaines »

UNE VIE, UNE ŒUVRE

Edward Saïd
Le contrepoint du monde colonial

L 18925 - 388 - F: 6,90 € - RD

DOM/S: 7,90 € - BEL/LUX: 7,40€ - CH: 11,90 FS - CAN: 12,99 $CA - D: 8,30 € - ESP/ITA/GR/PORT CONT: 7,9 € - MAR: 78 MAD - TOM: 1050 XPF - TUN: 9,90 TND

FRÉMEAUX & ASSOCIÉS

POLLEN

« Il y a deux impératifs de morale : l'un, c'est résister à la cruauté du monde et à la barbarie humaine ; et le deuxième, essayer de faire en sorte que chacun puisse réaliser les aspirations poétiques de sa vie. »
Edgar Morin

Parler avec Edgar Morin, c'est l'expérience rare d'une conversation libre, comme au détour d'un déjeuner, sans autre but que partager un temps de pensée vivante. Ce livre prend la forme d'un abécédaire, d'Âme à Zizanie. Chaque mot devient prétexte à réflexion, chemin d'accès à l'œuvre et à la vie du penseur. Avec sa voix fluide et complice, Edgar Morin nous conduit vers une connaissance non mutilée, capable de saisir la complexité du réel. Loin des savoirs cloisonnés ; sciences, poésie, politique, amitié, sensualité, résistance : tout s'entrelace et nourrit la pensée. Un témoignage unique d'un des plus grands penseurs contemporains.
Patrick Frémeaux

Diffusion exclusive Pollen



FAPO3365 - 198 PAGES

En livre audio et CD

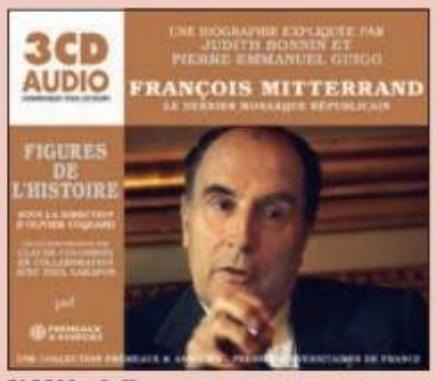


FA5916 - 3 CD

FRÉMEAUX & ASSOCIÉS puf



FA5919 - 3 CD



FA5593 - 3 CD

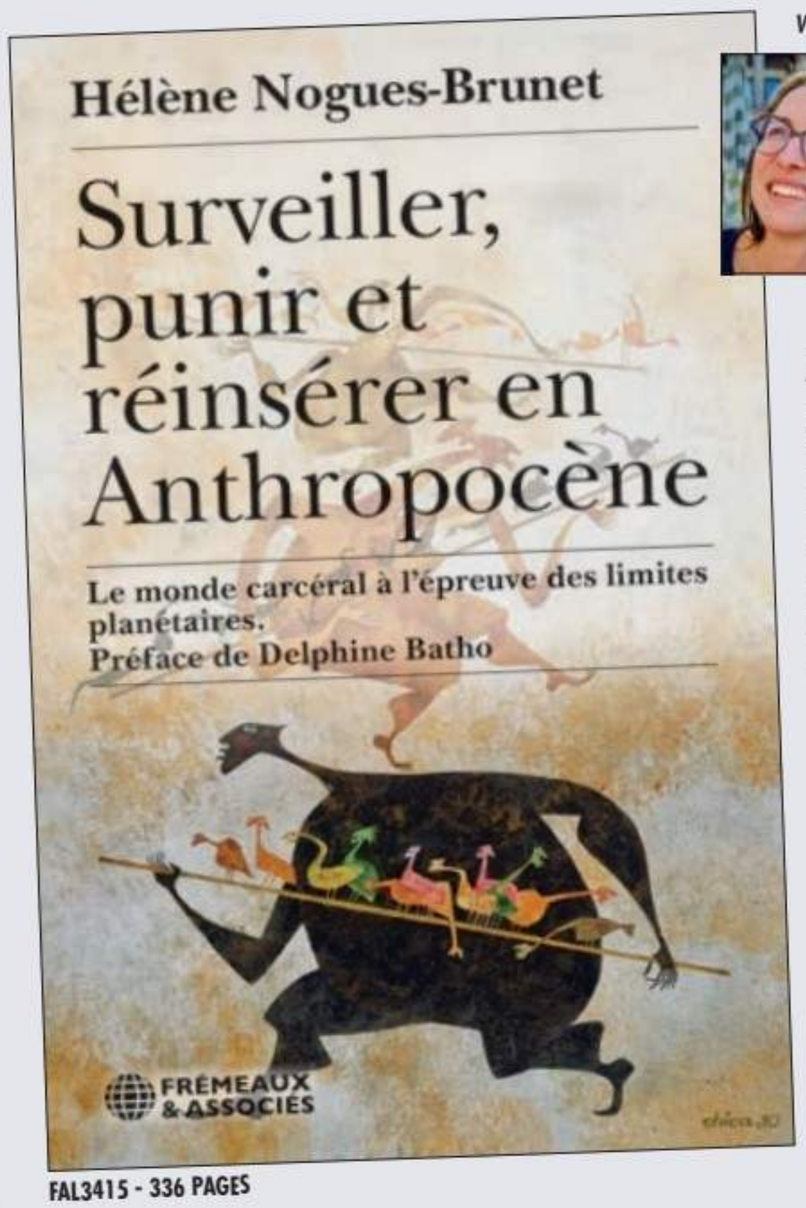


FA5930 - 3 CD



FA5828 - 7 CD

FRÉMEAUX & ASSOCIÉS



FAL3415 - 336 PAGES



« En fait, la dérive d'une criminalité de sang à une criminalité de fraude fait partie de tout un mécanisme complexe, où figurent le développement de la production, l'augmentation des richesses, une valorisation juridique et morale plus intense des rapports de propriété, des méthodes de surveillance plus rigoureuses, un quadrillage plus serré de la population, des techniques mieux ajustées de repérage, de capture, d'information : le déplacement des pratiques illégalistes est corrélatif d'une extension et d'un affinement des pratiques punitives. »
(Surveiller et punir 1975 NRF Gallimard), **Michel Foucault**

À l'heure des bouleversements socio-écosystémiques de l'Anthropocène, la prison apparaît comme un observatoire privilégié des tensions qui traversent nos sociétés. Longtemps pensée comme simple instrument de sanction, elle est, depuis Michel Foucault, comprise comme un dispositif politique où s'exercent surveillance, discipline et production de subjectivités. Mais que devient cet espace clos lorsque le réchauffement climatique fragilise ses infrastructures, exacerbe les vulnérabilités et redéfinit les conditions mêmes de la vie sous contrainte ? Hélène Nogues-Brunet interroge ce que la crise climatique fait à l'ensemble de la filière de l'enfermement. Comment les personnels de surveillance perçoivent-ils l'évolution de leur rôle, pris entre exigence sécuritaire, responsabilité humaine et nouvelles contraintes écologiques ? À la lumière de l'héritage éthique de Simone Veil et des analyses contemporaines du pouvoir carcéral, cet ouvrage montre que la qualité de l'enfermement demeure un révélateur majeur de la maturité démocratique. Penser la prison aujourd'hui, c'est penser l'autre dans son altérité, et la société tout entière dans ses marges, mais aussi préparer nos institutions aux défis du siècle climatique.
Patrick Frémeaux

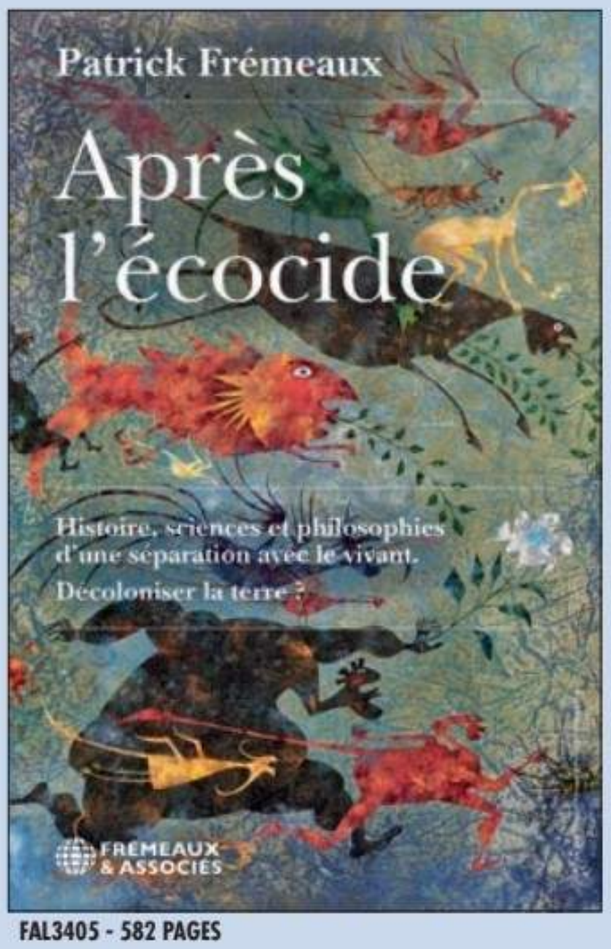
Distribution Frémeaux & Associés

FRÉMEAUX & ASSOCIÉS



FAL3255 - 264 PAGES

« Le monde du droit est binaire, essentiellement binaire : les personnes d'un côté ; de l'autre, les choses. Ce qui n'est pas une personne est nécessairement une chose. La qualification juridique est qualifiante, certainement, mais aussi disqualifiante, sélective. » **Philippe Billet**



FAL3405 - 582 PAGES

« Quel Monument ! Bravo pour ce travail qui éclaire un thème manquant. »
Allain Bougrain-Dubourg
Président de la LPO

« Je viens de recevoir "Après l'écocide". Je n'ai bien sûr pas encore pu le lire, seulement le feuilleter pour constater qu'on a envie de continuer, une fois qu'on entre dedans. (…) » **Rony Brauman**
Ex-Président de MSF Médecins sans frontières

« L'ouvrage, véritable mine d'analyses et de données, repasse en revue l'histoire, les sciences et les philosophies, ainsi que leurs principaux auteurs, centrées sur ce thème central. Très agréable à lire, parsemé de chapitres courts, toujours très intéressant : à vivement recommander. » **G. Ullmann**
(Journalistes écrivains pour la nature et l'écologie)



© Samuel Berthet

ÉDITO

Par **Héloïse Lhérété**
Directrice de la rédaction

Dansons avec nos démons

Nous avons tous des démons. Pour les uns, des accès de colère dévastant tout sur leur passage ; pour les autres, une pulsion d'autodestruction ; une addiction qui revient par vagues, une obscure attraction vers l'abîme. Ce peut être encore une petite voix qui lamine, dans le silence de la nuit, les plus belles espérances : « *tu n'y arriveras pas* », « *tu ne le mérites pas* », etc. Spectaculaires ou secrets, ces phénomènes témoignent d'une expérience humaine partagée : quelque chose en nous échappe à notre maîtrise et peut nous nuire.

La notion de « *démons intérieurs* » rend compte de ce sentiment universel. L'expression n'a rien de scientifique. Les linguistes parlent de « métaphore fossilisée » : elle draine une conception oubliée de la subjectivité. Dans les sociétés prémodernes, il paraissait ordinaire que des esprits (ou des démons, ancêtres, etc.) s'emparent de vous. Les Grecs anciens ignoraient jusqu'à la notion de « soi ». Comme l'a montré la philosophe et helléniste Frédérique Ildefonse (*Le multiple dans l'âme*, 2022), leur âme était pensée comme un lieu d'« *hospitalité psychique* ». Une place, peuplée d'habitants intérieurs, hostiles ou bienveillants, avec lesquels il fallait bien composer. Socrate ou Marc-Aurèle accueillaient et écoutaient leur *daimon* sans chercher à le dominer. La multiplicité formait la texture même de la vie intérieure.

C'est cette conception que les Modernes ont sacrifiée sur l'autel du *cogito*. Convaincus qu'un sujet fort et unifié devait se gouverner, ils sont entrés en guerre contre leurs profondeurs. Ils ont cru pouvoir vaincre leurs parts d'ombre, soit par la volonté triomphante, au prix d'une lutte interne, soit par la médecine, en traquant les symptômes. Nous revenons peu à peu de ce modèle, en mesurant les pertes qu'entraînent nos fragiles victoires. Commentant le travail de Frédérique Ildefonse sur les Grecs, Marielle Macé souligne à juste titre : « *Là où le dedans était peuplé, animé, accompagné, l'intériorité est désolée.* »

Les thérapies les plus prometteuses d'aujourd'hui – de *l'Acceptance and Commitment Therapy* (ACT) aux protocoles en réalité virtuelle – retrouvent, par des chemins cliniques, le vieux modèle de la pluralité psychique. Plutôt que de combattre nos démons, elles incitent à les dédiaboliser. Mieux encore, à danser avec eux. Les reconnaître, comprendre leur tempo, prévoir leurs mouvements, s'ajuster mutuellement, s'appuyer sur leur énergie. Cette attitude permet de saisir l'ambivalence de ces forces, dont la destructivité peut se retourner en puissance créatrice.

Derrière le changement de posture se dessine une mutation anthropologique plus profonde. La modernité occidentale est peut-être en train de congédier l'un de ses dogmes les plus tenaces : celui d'un sujet transparent, maître et possesseur de lui-même. Elle explore l'art difficile, pour chacun, de tenir ensemble ses contradictions sans se sentir déchiré. Après un long détour, elle redécouvre ainsi une sagesse aussi ancienne que la philosophie. Nous sommes pluriels, et c'est dans cette pluralité assumée que réside la possibilité d'une vie plus vaste. ●

ILS ET ELLES ONT CONTRIBUÉ À CE NUMÉRO



© Mathieu Zazzo/Éditions de Minuit

Pierre Bayard

Professeur émérite de littérature française à l'université Paris-8 et psychanalyste. **Inventeur de la critique interventionniste**, il est l'auteur aux Éditions de Minuit de nombreux essais, fondés sur des expériences de pensée, dont *Comment parler des livres que l'on n'a pas lus ?* (2007), *Le Plagiat par anticipation* (2009), *Hitchcock s'est trompé* (2023) et le tout récent *Je sommes plusieurs* (2026). Ses livres sont traduits dans une trentaine de langues.

Page 66



© Studio Xavier Morize

Jean-François Marmion

Il se présente parfois comme « connologue » à la suite de l'immense succès de sa *Psychologie de la connerie* (Sciences Humaines éditions, 2024). Après des études de lettres (sur les fous littéraires), il est devenu **psychologue, écrivain public, animateur de radio, journaliste**, créateur du *Cercle Psy*, auteur de bandes dessinées. Il collabore de longue date à *Sciences Humaines*.

Page 6



© Coll. personnelle

Jean-François Dortier

Humanologue, fondateur des revues *Sciences Humaines* et *L'Humanologue*, auteur de plusieurs ouvrages dont le récent *La marche de l'histoire* (2025), un dialogue avec le philosophe Vincent Citot. Il poursuit inlassablement une exploration des **mille et une facettes du genre humain**.

Page 36



© Rebecca BS

Laurent Bègue-Shankland

Professeur de psychologie sociale, il dirige la Maison des sciences de l'homme Alpes. Ses travaux de recherche portent sur **la violence et l'agression humaine**, et sont à l'origine de plusieurs ouvrages dont un de référence : *Psychologie du bien et du mal*, Odile Jacob, 2011.

Page 55



© Garance Li

Béatrice Kammerer

Journaliste scientifique et conférencière, elle est l'autrice de plusieurs livres sur **l'éducation et la parentalité**, dont *Nos ados sur les réseaux sociaux*, Canopé/Clémi, 2023 et *Calme, ferme et bienveillant*, Larousse, 2024.

Page 82



© Coll. personnelle

Léo Fabius

Collaborateur régulier de *Sciences Humaines*, il pose son regard d'agrégé de philosophie sur nos pages Références, avec ce mois-ci un **portrait de Edward Saïd**.

Page 74

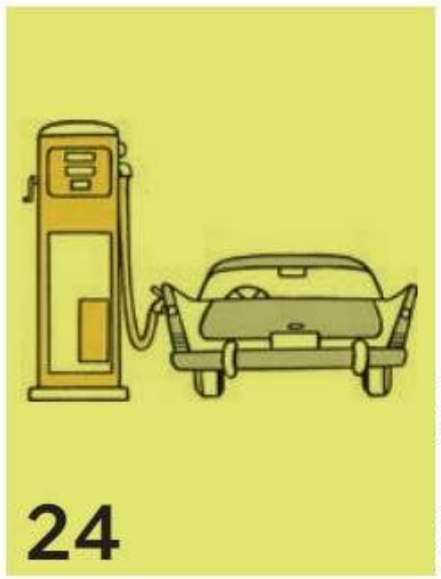
SCIENCES HUMAINES

Sciences Humaines
38 rue Rantheaume 89000 Auxerre
Ventes et abonnement
03 86 72 07 00
serviceclients@scienceshumaines.fr
Sylvie Rilliot, Mélina Lanvin, Bénédicte Marrière
Directrice de la rédaction : Héloïse Lhérété
Rédactrice en chef adjointe : Cécile Peltier
Rédacteurs, chefs de rubriques : Nicolas Journet, Jean-Marie Pottier, Fabien Trécourt, Hugo Albandea, Samuel Lacroix
Premier secrétaire de rédaction : Frédéric Peylet
Secrétaire de rédaction : Renaud Beauval
Conseillères de la rédaction : Martine Fournier, Sophie Gherardi
Ont participé à ce numéro : François Borel, Sybille Buloup, Jean-Laurent Cassely, Ève Charrin, Catherine de Coppet, Servane Duquénois, Edwyn Guérineau, Catherine Halpern, Thibault Le Hégarat, Thierry Jobard, Frédérique Letourneux, Jérémie Luciani, Frédéric Manzini, Régis Meyran, Marc Olano, Romain Pigeaud, Christopher Pollman, Chloé Rébillard, Laurence Serfaty, Laurent Testot
Création graphique : Sophie Villette
Graphiste et direction artistique : Isabelle Mouton
Iconographie : Marie-Laure Fior
Directeur technique : Steve Chevillard
Assistant webmestre : Alexandre Lepême
Promotion publicité : Audrey Pilaire et Evan Tlemsani
Comptabilité : Carole Charreau
Éditeur délégué : Lucas Laugel
Directeur de publication : Fabrice Gerschel

Imprimé en France,
Sciences Humaines est édité par Sciences Humaines Communication SAS a au capital de 214 790 €
RC Auxerre B379865975
Actionnaire majoritaire et présidente Philo Éditions SAS
Diffusion : MLP - Réassort joindre Opper : 01 40 94 22 23
Impression : BLG TOUL
2780 Route de Villey-Saint-Etienne
54200 TOUL
Intérieur : Origine du papier : Autriche
39 % de fibres recyclées
Impact sur l'eau : Ptot : 0,014 kg/t
Couverture :
Origine du papier : Ardennes Belgique
0 % de fibres recyclées
Impact sur l'eau : Ptot : 0,012 kg/t
Commission paritaire :
0527 D 81 596
ISSN : 0996-6994
Dépôt légal à parution
Couverture : © Nishant Choksi
Conception : Isabelle Mouton

PEFC 10-32-2613
LE TRI + FACILE


© Stefan Falke/LAIF/REA
6


24
© CSA Images/Getty Images

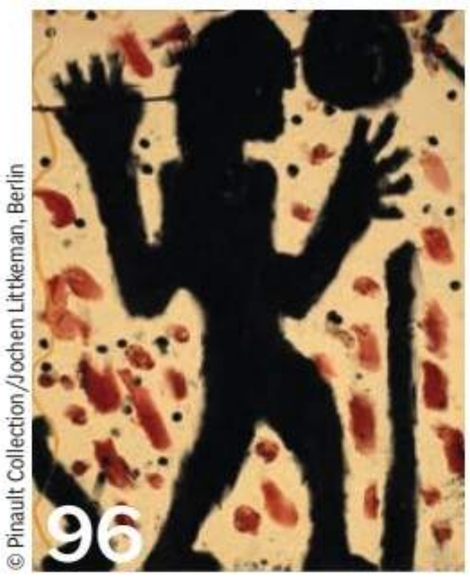

© Laurent Coust/SOPA Images/LightRocket via Getty Images
37


© Jef Bourgeau
42


© Tali Randall
61



© Pictures From History/Universal Images Group via Getty Images
74


© Pinault Collection/Jochen Littkeman, Berlin
96


© Carole Bell - Ville de Troyes
97

Sommaire

RENCONTRE : JONATHAN HAIDT

P. 6 **« L'IA contrôlera bientôt la plupart de nos relations humaines »**

Brèves de SAVOIR

L'actualité de la recherche en sciences humaines

P. 18 **MA THÈSE EN 3 POINTS**
Alexandre Vayer : À l'école de l'entrepreneuriat
P. 20 **L'OBJET DU MOIS :** L'appareil photo
P. 22 **INFOGRAPHIE :** Cinéma, les dernières séances ?
P. 26 **PORTRAIT DE CHERCHEUR**
MEHDI MOUSSAÏD – Le « foulologue » et ses followers

GRAND ANGLE

P. 30 **LE MONDE EN DEVENIR**
Comment la contre-culture est passée à droite
P. 36 **LES GRANDES ÉNIGMES**
L'énigme des mains peintes

DOSSIER

Comment lutter contre nos démons intérieurs ?

P. 42 **Au commencement était le Chaos**
P. 46 **Brève histoire de nos démons intérieurs**
P. 48 **Se faire mal pour tenir**
P. 52 **« Et cette machine dans ma tête… »**
P. 55 **Reculer pour mieux stresser**
P. 58 **L'art de se tirer une balle dans le pied**
P. 62 **La tyrannie de l'ange intérieur**
P. 66 **« L'écriture permet de conjurer ses démons intérieurs »**

RÉFÉRENCES

P. 74 **EDWARD SAÏD**
Le contrepoint du monde colonial
P. 82 L'illustre inconnue : **Fatima Massaquoi**
P. 84 Mythologie : **Méduse : de la rage monstrueuse à la colère légitime**

Les livres et la culture

P. 86-97

P. 98 **La question qui fâche**
Que cache un vote onusien ?

Jonathan Haidt

Psychologue américain, il est professeur à la Stern School of Business de l'université de New York. Il a écrit de nombreux essais, dont *La supériorité morale. Pourquoi la politique et la religion nous divisent* (2012) qui vient d'être traduit chez Arpa, en janvier 2026.

« L'IA contrôlera bientôt la plupart de nos relations humaines »

Jonathan Haidt a d'abord été reconnu comme un théoricien du bien-être. Il alerte désormais sur ce qui abîme nos liens et nos institutions, à commencer par l'environnement algorithmique qui façonne notre morale et nos esprits. PROPOS RECUEILLIS PAR JEAN-FRANÇOIS MARMION

Il s'est fait connaître du grand public comme figure majeure de la psychologie positive, discipline qui étudie ce qui nous rend heureux et peut donner du sens à la vie. Cette question l'a amené à s'intéresser aux cadres moraux définissant une « bonne vie » dans chaque société. « *Le défi que je me suis lancé dès mes études supérieures,* se souvient-il, *était de comprendre comment expliquer la variabilité de la morale à travers le monde, malgré de grands thèmes communs. J'ai donc cherché à concilier l'anthropologie, qui explique ces différences, et la psychologie évolutionniste, qui s'intéresse aux environnements ayant façonné notre pensée sociale.* » Il a ainsi élaboré la « théorie des fondements moraux » : si nous partageons tous *a priori* les mêmes exigences de justice, d'attention aux autres, de loyauté au groupe, de respect de l'autorité et de pureté morale, nous les exprimons différemment selon notre culture.

En observant la dernière génération de ses étudiants, puis la société américaine dans son ensemble, le fil conducteur de Jonathan Haidt reste le même : comprendre comment l'environnement façonne l'esprit moral.

On a souvent l'impression que la morale est la partie la plus réfléchie et délibérée de nous-mêmes. Vous suggérez au contraire qu'elle commence par des réactions quasi automatiques, presque des réflexes. Comment l'expliquez-vous ?

Le philosophe chinois Mencius utilisait l'analogie entre la morale et le goût : « *Les principes moraux plaisent à notre esprit, comme le mouton et le porc plaisent à notre bouche.* » Cette analogie me semble très éclairante. Nous possédons tous les mêmes cinq récepteurs gustatifs : chez l'humain, il s'agit du sucré, de l'acide, du salé, de l'amer et de l'umami. Pourtant, comme le savent tous ceux qui voyagent entre la France et les États-Unis, votre cuisine est réputée pour ses saveurs exquises, tandis que chez moi, on a tendance à privilégier le gras et le sel. Nous avons tous les mêmes papilles, c'est un fait biologique, mais notre appréciation de la nourriture diffère. C'est un facteur culturel qui s'appuie sur cette biologie universelle. Il en va de même pour les principes fondamentaux de la morale et leurs appréciations culturelles.

© Stefan Falke/LAIF/REA





Quels sont ces principes fondamentaux de la morale que tout le monde partage, en dehors de la culture ?

J'ai puisé cette idée en partie chez le grand primatologue néerlandais Frans de Waal, auteur du *Bon singe* (1996), un ouvrage qui a transformé ma conception de la morale. Les chimpanzés ont-ils un langage ? Pas exactement. Ont-ils une culture ? Un peu, oui… Mais selon de Waal, ils possèdent certains fondements moraux, dont l'empathie, issue du lien mère-enfant. Dès lors, il m'est apparu clairement que nous sommes des mammifères dotés d'un système d'attachement qui nous pousse à prendre soin émotionnellement de nos enfants et, par extension, des autres créatures vulnérables et attachantes qui suscitent notre empathie. Il ne s'agit pas d'une invention culturelle, mais d'un mécanisme biologique inné chez tous les mammifères, et personne ne peut le nier. Voilà donc un premier fondement. L'équité est un deuxième fondement : toutes les sociétés s'agacent si certains prennent plus qu'ils méritent. C'était d'ailleurs un des problèmes du communisme : on peut vivre en communauté au sein d'une famille où chacun donne et reçoit selon ses besoins, mais dès que les relations s'étendent à d'autres groupes, on découvre que quelqu'un prend plus qu'il donne, ce qui suscitera la colère. Et je pourrais continuer en évoquant la loyauté envers le groupe, l'autorité, la pureté… C'est ainsi que j'ai abordé la morale : en examinant les éléments constitutifs, les fondements sur lesquels la culture construit ensuite un gigantesque édifice ordonné.

Quelle est la finalité ultime de la morale ? Parvenir à vivre ensemble ?

Oui, c'est là sa fonction. Mais on ne peut le comprendre qu'en tenant compte de la sélection de groupe, un concept qui a longtemps fait débat en biologie. De nombreuses théories, remontant aux travaux du biologiste Robert Trivers en 1971, expliquaient que chacun peut reconnaître autrui et se souvenir de ses comportements passés : « *Tiens, il m'a trompée la dernière fois, je ne jouerai plus avec lui* », ou « *Il l'a trompée, donc je ne jouerai pas avec lui, même si je n'ai jamais joué avec lui* ». Ainsi, au niveau individuel, il peut être avantageux pour un individu d'être perçu comme plus éthique. Et c'est précisément ce qui a caractérisé la psychologie morale jusqu'à présent : une focalisation sur le niveau individuel.

Mais en lisant des ouvrages d'anthropologie, dont une grande partie traite du tribalisme, de la loyauté de groupe, des rituels complexes de respect de l'autorité, mais aussi des tabous alimentaires ou des tabous menstruels, je me suis intéressé à la socialisation. Pourquoi les gens sont-ils si grégaires ? Charles Darwin a suivi exactement la même voie en cherchant à comprendre l'évolution de la morale. Il a observé qu'un groupe de personnes loyales les unes envers les autres surpassera un groupe dépourvu de cette loyauté. Un groupe animé par des sentiments tribaux, doté d'une psychologie tribale, peut rester uni et se révéler très puissant face aux autres groupes. C'est pourquoi, dans *La supériorité morale*, je soutiens que nous ne descendons

© Todd Heisler/The New York Times/REA

« À l'ère du numérique, nous ne saurons peut-être plus jamais ce qui est vrai. »

pas seulement des individus qui ont le plus grand succès reproductif, mais que nous descendons de groupes qui ont anéanti les autres, les ont laissés mourir de faim en accaparant les ressources, l'eau, les zones de nourriture. Ou par la guerre et le génocide. Voilà pourquoi nous sommes des groupes sociaux.

Notre jugement moral dépend-il des institutions sociales et politiques ? Dans ce cas, qu'en est-il à l'ère du trumpisme ?
La morale des chasseurs-cueilleurs, très égalitaire, ne fonctionne que dans des sociétés à très petite échelle. Dès qu'elles s'agrandissent ou que l'agriculture se développe, on voit apparaître des chefs. Les sociétés se trouvent dominées par un homme. Bien qu'il puisse faire de bonnes choses pour le groupe, ce chef a tendance à accaparer la majeure partie des ressources, à s'octroyer les plus belles femmes, il est très égoïste. Ce modèle est relativement stable. Mais au 18e siècle, en Occident, sont apparues de nouvelles idées quant à la manière de vivre ensemble, des idées philosophiques peu ancrées dans notre psychologie. Par exemple : « *Quel que soit votre groupe d'appartenance, quelle que soit votre race, chacun a des droits et tous ont des droits égaux.* » Il ne s'agit pas d'idées intuitives profondes, mais d'idées philosophiques brillantes et novatrices qui ont permis l'émergence des sociétés les plus performantes de l'histoire de l'humanité. Les démocraties libérales d'Europe, d'Amérique du Nord, d'Australie et de Nouvelle-Zélande sont bien les sociétés les plus prospères que l'humanité ait jamais créées, garantissant liberté, droits des femmes, des personnes LGBT, protection de l'environnement… Ce sont, à mon sens, des sommets du développement humain.
Nous entrons aujourd'hui dans une ère de bouleversements technologiques majeurs, potentiellement incompatibles avec les institutions bâties à l'époque de Gutenberg. Tous les progrès accomplis jusqu'à présent ont été rendus possibles par l'avènement du livre, la révolution scientifique, les Lumières, la presse… La démocratie est un dialogue, et lorsque ce dialogue s'est ouvert à l'apparition des livres et des journaux, nous avons développé les démocraties libérales. Or, cette époque est révolue. L'ère de Gutenberg est terminée. Nous sommes désormais entrés dans l'ère du numérique, et nous ne saurons peut-être plus jamais ce qui est vrai. Ainsi, beaucoup de choses s'effondrent, beaucoup se dégradent, les institutions dysfonctionnent. Dans ce chaos, un homme fort peut émerger et renverser tout sur son passage et définir sa propre réalité sans que personne puisse l'arrêter ou le réfuter. Et c'est précisément ce qui se passe actuellement aux États-Unis, je le crains.

Dans votre précédent livre, *Génération anxieuse*, vous alertiez sur les dangers des écrans pour nos santés mentales. Posent-ils des problèmes moraux spécifiques ?
Exact. Bien que je n'utiliserais pas le mot « écrans », car un écran est un excellent moyen de raconter une histoire. Vous et moi utilisons des écrans, et c'est très bien. Je dis aux parents : « *Regardez des films avec vos enfants, c'est formidable ! L'être humain est un être qui aime raconter des histoires.* » La télévision a longtemps existé, elle a influencé notre vie politique, elle a causé certains problèmes, mais elle a aussi apporté des avantages. Le problème n'est donc pas l'écran en soi, mais la nouvelle technologie numérique, en particulier celle qui permet à Burrhus F. Skinner, un des fondateurs du béhaviorisme, de redevenir un psychologue de premier plan. L'important n'est pas de regarder, mais de tapoter et d'obtenir une récompense. C'est ce qui rend un écran tactile bien plus addictif qu'un téléviseur. Et c'est ce pouvoir de façonner les individus qui a été confié à quelques géants qui captent désormais l'attention du monde entier. Et qui vont faire de même avec l'IA, qui, bientôt, contrôlera la plupart de nos relations. C'est très inquiétant.

Avec l'irruption de l'IA dans nos quotidiens, qu'avons-nous à craindre et à espérer ?
L'IA comporte des risques très graves d'extinction de l'humanité par de multiples moyens. Il faut donc se montrer très prudent. Le risque sur lequel je me concentre est le plus facile à gérer, celui qui concerne les enfants. Les réseaux sociaux se sont infiltrés dans nos yeux et nos oreilles, et ont accaparé notre attention. Résultat : les jeunes d'aujourd'hui n'ont plus le temps de lire, de temps libre, car ils passent sept à neuf heures par jour sur leur téléphone. Et cela s'est produit en vingt ans. Mais l'IA s'attaque maintenant à nos relations, à nos liens affectifs, ce qui s'avère extrêmement dangereux et évidemment terrible pour les enfants, car ils ont besoin de développer un lien affectif avec leurs parents, qui représentent une base de sécurité fiable vers laquelle se tourner en cas de problème. Or, les parents sont aujourd'hui très occupés eux-mêmes par leurs téléphones. Souvent, ils ne répondent pas à leurs enfants qui ont besoin d'eux. Et voilà qu'on associe l'IA aux peluches ! Je ne sais pas si c'est le cas en France, mais aux États-Unis, on trouve des poupées et des jouets dotés d'IA qui vont devenir le meilleur ami de votre enfant. Cette IA est très irresponsable : toujours prête à aider, elle risque de créer un lien d'attachement entre les enfants et les *chatbots* plutôt qu'avec les humains. Et les enfants auront du mal à nouer des relations humaines. C'est pourquoi je dis souvent : « *Parents, si vous voulez être grands-parents un jour, n'offrez pas de* chatbot *à votre enfant !* »

Mais dans ce cas précis, le problème n'est pas l'IA, c'est l'éducation parentale ?

Non, non! Je suis psychologue social. Si vous me montrez quelqu'un qui fait quelque chose de mal, je dirai : « *Bon, il s'agit peut-être d'une mauvaise personne.* » Mais si vous me montrez tout le monde qui fait quelque chose de mal, je dirai qu'il s'agit d'une mauvaise situation. La plupart des parents donnent déjà une tablette à leur enfant pour le faire taire. Et ça marche très bien. Ces produits sont conçus pour créer une dépendance. Ils ont été imposés dans nos écoles. Donner un téléphone ou une tablette à son enfant est devenu la norme. On ne peut pas blâmer les parents si tout le monde le fait. Aux États-Unis, il existe divers programmes qui envoient une infirmière ou une assistante sociale à la rencontre des mères pour leur expliquer qu'il ne faut jamais donner de téléphone ou d'iPad à leur jeune enfant. On pourrait aller plus loin et lancer une vaste campagne de santé publique, dès l'accouchement, auprès des jeunes mères : « *Votre bébé pleure, vous lui donnez votre téléphone ou son iPad, il se calme et semble apaisé, oui ! Mais à long terme, cela nuit à son développement…* »

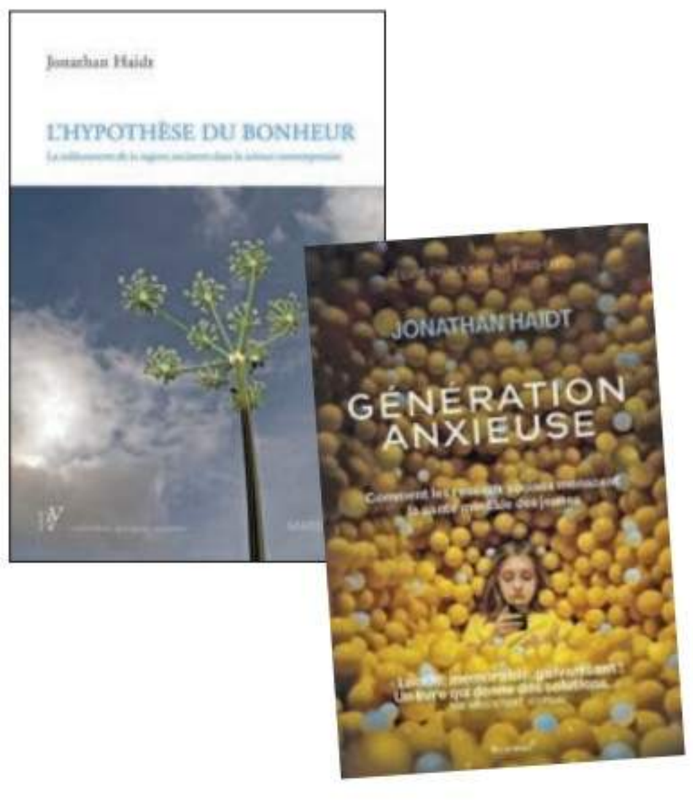
Les parlementaires français ont voté l'interdiction des réseaux sociaux pour les moins de 15 ans. Mais ceux qui souhaitent vraiment les utiliser le feront toujours par le biais d'amis, ou de frères et sœurs plus âgés… Vaut-il vraiment mieux interdire qu'éduquer ?
Oui, concernant les écrans, c'est beaucoup mieux d'interdire que d'éduquer ! Nous essayons l'éducation depuis longtemps, sans grand succès… La situation actuelle est absolument catastrophique. Les réseaux sociaux créent une addiction principalement sociale : les enfants ne souhaitent pas tant y figurer qu'ils craignent d'en être exclus. Bien sûr, si on leur en interdit l'accès, certains trouveront des moyens de contourner la loi. C'est déjà le cas pour l'alcool, les jeux d'argent, la pornographie et la prostitution. Mais une limite d'âge a au moins pour mérite d'établir une norme. En Australie, même si beaucoup de jeunes trouveront une façon d'esquiver le problème, la limite fixée à 16 ans envoie un signal clair à tous les parents du pays : ils doivent dire non jusqu'à cet âge. Actuellement, personne ne sait quand dire oui ou non, et les enfants commencent à supplier dès l'âge de huit ou neuf ans. Si on ne leur donne pas la permission, ils continuent de supplier sans cesse. Mais avec une loi fixant une limite d'âge à 16 ans, ou 15 ans en France, les parents sauront quoi dire : « *Reviens me demander quand tu auras cet âge.* » Les limites d'âge fonctionnent : nous n'avons pas besoin qu'elles fonctionnent à 100 %, mais qu'elles changent la norme.

Oui, mais les parents eux-mêmes passent tout leur temps libre devant un écran. C'est donc un mauvais exemple pour leurs enfants…
C'est vrai. Et c'est particulièrement mauvais pour les tout-petits. À un, deux ou trois ans, un enfant a vraiment besoin d'interactions réciproques, comme au tennis : je frappe la balle, tu me la renvoies, je te la renvoie… Les parents ont un rôle crucial à jouer pour fixer des limites de temps et de lieu à la maison. Ils doivent dire : « *Pas d'écrans dans la chambre. Tu n'emmènes pas ton appareil dans la chambre, tu l'utilises dans le salon.* » Il faut donc établir des règles claires : pas d'écrans dans la chambre, et surtout pas après 22 heures. Pas d'écrans à table. Pendant les repas, personne ne consulte son téléphone. Aux États-Unis, à cause du téléphone à table, les gens ne sont pas pleinement présents, mais toujours un peu ailleurs, toujours en train d'interagir avec des gens du monde entier, pas ceux en face de nous. Et ça va empirer, car nous aurons de plus en plus d'interactions avec des IA !

Vous semblez très pessimiste. Vous ne voyez pas d'espoir ?
Je le suis, en effet. Je pense que les risques liés à l'IA, en particulier, l'emportent sur les avantages potentiels. Cependant, je suis devenu un peu plus optimiste quant à notre capacité à ralentir ce processus. Il y a un an, il paraissait impossible d'imposer des limites d'âge sur les réseaux sociaux, et pourtant l'Australie l'a fait. Et un phénomène intéressant s'est produit : l'affaire a été large-

Notre choix de lectures

L'hypothèse du bonheur (Mardaga, 2010) montre le Haidt version psychologie positive : la psychologie moderne redécouvre ce que les philosophies antiques savaient déjà. À savoir que le bonheur ne dépend pas uniquement de la réussite ni de la volonté individuelle, mais d'un dialogue intérieur entre émotions, raison et sens moral. ***La supériorité morale*** (2012, traduit en 2026 chez Arpa) explique comment nos désaccords politiques et culturels ne viennent pas d'un manque de logique, mais d'intuitions morales différentes, chacun se croyant rationnellement dans le camp du bien et jugeant les autres aveugles ou dangereux. Enfin, dans ***Génération anxieuse*** (Les Arènes, 2025), Jonathan Haidt s'attaque aux effets psychologiques et moraux des smartphones et des réseaux sociaux. Il décrit comment un environnement numérique fondé sur la comparaison, l'indignation et la surveillance sociale permanente fragilise la santé mentale des adolescents et accentue la polarisation morale. Pris ensemble, ces trois livres racontent un même déplacement : du bonheur individuel à la morale collective, puis à l'impact des technologies sur nos esprits sociaux.





© Stefan Falke/LAIF/REA

ment médiatisée dans le monde entier. D'autres se sont demandé : « *Pourquoi pas nous ?* » De nombreux dirigeants ont entendu ces appels. C'est pourquoi je crois que nous sommes passés d'un savoir privé, où la plupart des parents étaient exaspérés par les téléphones et les réseaux sociaux, à ce que Steven Pinker appelle un savoir public, comme lorsque le garçon dit que l'empereur est nu : à ce moment-là, tout le monde sait que la situation est absurde. Et c'est, je crois, pourquoi tant de pays ont annoncé qu'ils allaient relever l'âge légal. Le président Macron a été le premier à réagir. Il a pris une des premières mesures pour encadrer ce phénomène, dès 2018, avec les écoles et collèges sans téléphone portable. Alors oui, je suis extrêmement préoccupé par les effets de ces nouvelles technologies sur la société, nos institutions et le développement de l'enfant, mais je suis aussi très optimiste, car pour la première fois, l'humanité se mobilise et dit : « *Ça suffit ! Arrêtez de faire ça à nos enfants !* »

Vous avez travaillé auparavant dans le domaine de la psychologie positive. Cela ne vous intéresse-t-il plus, ou bien différemment ?

Différemment. Mon premier livre, *L'hypothèse du bonheur*, est né de mes premiers travaux sur les émotions morales positives. En tant que professeur à l'université de Virginie, je donnais un cours intitulé « S'épanouir » aux étudiants de premier cycle. Je donne toujours le même cours… Sauf que maintenant, je me concentre sur le principal obstacle à l'épanouissement : les habitudes numériques. 90 % de mes étudiants ont dit vouloir les modifier considérablement. Ils font des progrès incroyables lorsqu'ils se déconnectent des réseaux sociaux. Certains d'entre eux y passaient cinq heures par jour, ce qui signifie qu'ils n'avaient rien d'autre dans leur vie, à part suivre les cours. Désormais, il leur est plus facile de travailler chez eux, et ils se sentent moins stressés. Ils ont du temps pour sortir avec leurs amis, s'amusent davantage, et leurs relations sont plus épanouissantes. J'ai donc observé des transformations incroyables chez les jeunes lorsqu'ils réduisent leur temps passé devant les écrans. ●

4 choses à savoir sur Jonathan Haidt

1. Son rituel d'écriture
Il essaie de sanctuariser ses matinées pour réfléchir et écrire. Il est tenté d'ouvrir ses courriels dès le réveil et, comme la plupart des gens, il cède souvent à la tentation. Mais les matins où il résiste, la journée se passe mieux…

2. Son livre de chevet
Il en recommande trois à ses étudiants, « *une sorte de kit de démarrage pour s'épanouir* » : *The Stoic Challenge* de William Irvine, qui enseigne la résilience émotionnelle (2019, non traduit) ; *Deep Work* de Cal Newport (2016, non traduit), qui montre comment reconquérir son attention à l'ère de la distraction ; et *Comment se faire des amis* de Dale Carnegie (1936), qui reste selon lui le meilleur guide sur l'intelligence sociale.

3. La personnalité qui l'a influencé
Intellectuellement, l'anthropologue Richard Shweder, son directeur de postdoctorat : « *Il abordait les idées avec esprit ludique, passion, et une douce subversivité.* »

4. Si il n'avait pas été historien, il aurait été…
Conseiller en informatique en Espagne ! « *Nous étions en 1987, je parlais espagnol, et j'avais soif d'aventure.* »

L'IMAGE DU MOIS

DE L'AUTRE CÔTÉ DU MIROIR

Comme dans un film des années 1930, une star allume de sa main gantée la cigarette de l'homme accoudé face à elle. Son visage se perd dans les volutes de fumée. Vont-ils se parler? L'espace d'un instant, l'habile jeu de trompe-l'œil nous a donné l'illusion qu'il était vivant. Il aura suffi du talent de Nan Goldin pour nous faire passer de l'autre côté du miroir.

Bienvenue à *The Other Side*, le bar de Boston où la jeune photographe et ses amies drag-queens ont leurs quartiers. En cette année 1972, ce club constitue une *safe place* pour ces personnes transgenres, en butte aux discriminations. Ce soir, c'est Noël, et la petite bande est venue s'amuser. «*Dès la première nuit passée à* The Other Side, *j'ai eu le sentiment de revivre,* raconte l'artiste dans le livre *The Other side. J'étais tombée amoureuse d'une des queens et, quelques mois plus tard, j'emménageais avec Ivy et une autre amie.*»

Fascinée par ses nouvelles amies, l'apprentie photographe décide d'en faire ses modèles. Dans un noir et blanc, inspiré par le glamour du cinéma hollywoodien et la photo de mode, elle célèbre leur beauté et leur audace – comme ici avec Ivy, artiste transformiste. Pendant plusieurs années, Nan Goldin va documenter la vie quotidienne de ces reines, symboles pour elle d'une réconciliation entre les genres.

De New York, où elle s'installe en 1978, à Paris puis Berlin et Bangkok, Goldin va continuer jusqu'aux années 2010 de photographier la communauté LGTBQIA+. Devenue l'une des artistes majeures de sa génération, elle profite de la lumière pour éclairer les marges.

Ses photographies, réunies sous la forme de diaporamas, sont présentées au Grand Palais et à la Chapelle Saint-Louis de la Pitié Salpêtrière. Un demi-siècle après les folles nuits à *The Other side*, elles résonnent comme un vibrant hommage à une communauté décimée par le sida. La silhouette sculpturale d'Ivy, jambes gainées de noir, traverse le film comme celle d'une héroïne de série noire. ● CÉCILE PELTIER



© Nan Goldin

À VOIR Exposition « Nan Goldin, This Will Not End Well » au Grand Palais jusqu'au 21 juin 2026, Paris.



Brèves de SAVOIR

L'ACTUALITÉ DE LA RECHERCHE EN SCIENCES HUMAINES

ÉTHOLOGIE



MATRICIDE CHEZ LES FOURMIS

Dans une étude publiée dans *Current Biology*, des chercheurs ont observé deux espèces de fourmis parasites, *Lasius orientalis* et *Lasius umbratus*, infiltrant des colonies de deux autres espèces, *L. flavus* et *L. aponicus*. Ils décrivent leurs interactions : la reine parasite s'approche discrètement de la reine hôte et projette un liquide abdominal. Peu après, les ouvrières, pourtant filles de la reine hôte, deviennent agressives et finissent par la tuer.

La reine parasite ne tue pas directement, elle se retire après l'attaque chimique et laisse les ouvrières accomplir le meurtre. Après la mort de la reine, les ouvrières adoptent la reine parasite et lui procurent des soins. Première observation du genre, ce comportement révèle une forme inédite de matricide, distincte des rares cas jusqu'ici connus chez les invertébrés sociaux. **SYBILLE BULOUP**

SOURCE Taku Shimada *et al.*, « Socially parasitic ant queens chemically induce queen-matricide in host workers », *Current Biology*, vol. 35, n° 22, 2025.

© Antagain/Getty Images

PSYCHOLOGIE

QUAND LA CONFIANCE **PASSE PAR LE SOURIRE**

La confiance se joue parfois à quelques microcontractions près… C'est ce que révèlent des psychologues allemands et polonais ayant étudié le mimétisme émotionnel, cette tendance à imiter l'expression faciale de la personne avec laquelle nous interagissons. Au cours de leurs expériences, des participants étaient invités à observer des vidéos de personnes exprimant trois émotions : la joie, la tristesse ou la colère. Des capteurs placés sur leur visage mesuraient l'activité de muscles liés au sourire et au froncement des sourcils.

Le sourire est l'expression la plus imitée par les sujets, surtout si la personne qui leur est présentée exprime des opinions similaires aux leurs. Autre observation : plus un participant imite un sourire, plus il a tendance à juger l'autre digne de confiance. Lors d'une seconde expérience, les chercheurs ont demandé aux participants de modifier volontairement l'expression de leur visage, soit dans le même sens que l'émotion observée, soit dans le sens opposé (mimer la tristesse alors que le visage de la personne en face représentait la joie). Lorsque les participants sont amenés à sourire en regardant quelqu'un sourire, ils évaluent cette personne comme plus digne de confiance que lorsqu'ils sont empêchés de l'imiter. Dans une dernière expérience, ils pouvaient attribuer un certain nombre de points aux personnes observées ou les garder. Les individus souriants, surtout perçus comme proches socialement, recevaient alors davantage de points.

Si les effets restent modérés – nos décisions reposant sur de nombreux autres facteurs tels que le contexte, la culture et l'expérience personnelle –, le sourire reste un signal social : discret, contagieux et capable, à lui seul, d'influencer la façon dont nous accordons notre confiance. **S.B.**



SOURCE Michal Olszanowski, Aleksandra Tolopilo et Ursula Hess, « Smile and the world smiles (and trusts) with you : Happiness mimicry shapes first impressions », *Emotion*, vol. 26, n° 2, 2025.

© Jordan González/Unsplash



NEUROSCIENCES

S'occuper de ses petits-enfants, un vrai sport cérébral

Prendre soin de ses petits-enfants va de pair avec une bonne santé cérébrale. C'est du moins ce que suggère une étude récente publiée dans la revue *Psychology and Aging*. Des grands-parents impliqués présentent une mémoire et des capacités langagières supérieures. Chez les grands-mères, cette participation s'accompagne même d'un déclin cognitif moins important. Une différence qui pourrait s'expliquer par le fait qu'hommes et femmes ne s'investissent pas de manière aussi volontaire dans l'éducation de leurs petits-enfants…

Les chercheurs ont suivi plus de 1 700 grands-parents pour étudier à quelle fréquence et de quelle manière ils s'occupaient de leur descendance : jouer avec eux, les aider à faire leurs devoirs, préparer un repas… Certaines de ces activités sont associées à une bonne mémoire ou à davantage d'aisance verbale, mais les chercheurs remarquent que c'est surtout leur variété et le fait de prendre soin d'un enfant en général qui s'accompagnent de bonnes capacités mentales.

Cependant, il reste difficile de savoir si prendre soin de ses petits-enfants entretient les capacités cognitives, ou si les grands-parents avec de meilleures facultés s'impliquent davantage. En vue de futures études, les scientifiques recommandent d'examiner le lien entre le vieillissement cérébral et l'état d'esprit des grands-parents : prendre soin de leurs petits-enfants s'intègre-t-il dans leur routine, ou est-ce nouveau ? Le font-ils parce qu'ils en ont envie, ou est-ce vécu comme un fardeau ? **EDWYN GUÉRINEAU**

SOURCE Flavia S. Chereches *et al.*, « Grandparents cognition and caring for grandchildren. Frequency, type and variety of activities », *Psychology and Aging*, janvier 2026 (en ligne).

COGNITION

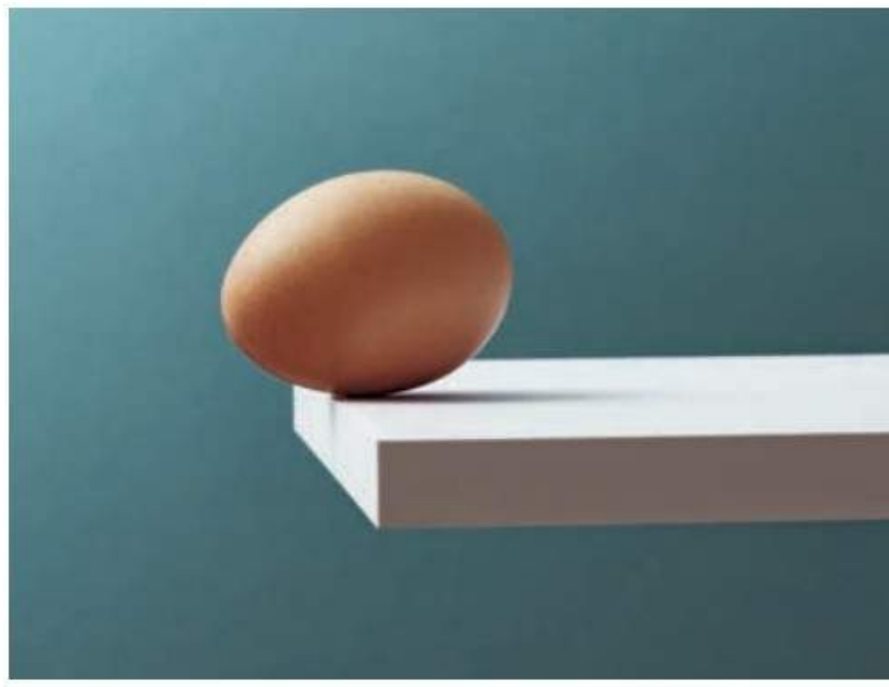
DOUTER PEUT S'AVÉRER POSITIF

Et si nos hésitations n'étaient pas toujours un signe de faiblesse, mais parfois un moteur en matière de persévérance ? C'est la question contre-intuitive qu'explore le psychologue états-unien Patrick Carroll. Son étude porte sur les « crises d'action », ces moments où une personne, confrontée à des obstacles, doute sérieusement de la poursuite d'un objectif personnel. Exemple : une étudiante souhaite devenir médecin. Face aux difficultés, elle commence à douter : est-ce vraiment fait pour moi ? Ai-je la capacité de réussir mes examens ? Jusqu'ici, la recherche montrait que plus ce type de doute est fort, plus la motivation à poursuivre l'objectif diminue, ouvrant la voie à l'abandon. Patrick Carroll propose une lecture différente, fondée sur la métacognition, c'est-à-dire la capacité à prendre conscience de ses propres pensées.

Dans sa première expérience, des participants évaluent leur niveau de doute face à un objectif important (devenir médecin, par exemple). Ils sont ensuite invités à se souvenir d'un moment où ils se sont sentis soit confiants, soit incertains concernant leur objectif, puis à évaluer leur motivation à atteindre ce dernier. Dans la seconde expérience, les participants évaluent leur objectif personnel dans des conditions conçues pour susciter soit de la confiance (en écrivant avec leur main habituelle), soit du doute (en écrivant avec l'autre main), puis à indiquer à quel point ils se sentent déterminés à poursuivre leur objectif.

Les résultats sont clairs : lorsque les participants ont confiance en leurs pensées (« je suis sûr de mes doutes sur ma capacité à devenir médecin »), un doute conduit bien à une baisse de motivation dans la poursuite de leur objectif. En revanche, lorsqu'ils doutent de leurs propres pensées (« je ne suis pas sûr de mes doutes »), cet effet s'inverse : plus le doute est fort, plus leur détermination à poursuivre l'objectif augmente. Autrement dit, ce n'est pas forcément le doute en soi qui fait abandonner un objectif, mais la confiance qu'on accorde à ce dernier. **S.B.**

SOURCE Patrick Carroll, « Increasing identity goal commitment by inducing doubt in goal doubts », *Self and Identity*, vol. 25, 2025/2.



Haut : © Christopher Hopefitch/Getty Images - Bas : © Richard Drury/Getty Images



ÉDUCATION

TOUS EN RÉCRÉ !

Quelle vision plus réjouissante que des enfants jouant dans une cour de récréation ? On oublie souvent que cette scène n'est pas la norme partout. Il existe des pays où, pour des raisons d'emploi du temps, de lieu ou de climat, on ne pratique pas la « récré » extérieure, du moins pas toute l'année. Ces jours-là, les élèves restent assis plusieurs heures d'affilée sans presque bouger. On n'ose imaginer l'impact que l'absence de récré aurait en France sur l'activité physique des enfants et des ados, dont un cinquième s'avère en surpoids selon les chiffres de Santé publique France.

Pour le savoir, il faudrait comparer des enfants privés de récré avec d'autres qui y ont droit dans des pays où les deux régimes cohabitent, comme l'Estonie. Doctorante à l'université de Tartu, la chercheuse Getter Marie Lemberg a équipé de capteurs de mouvement deux cohortes d'élèves âgés de 9 à 13 ans, répartis dans quinze écoles issues de tout le pays. Parmi eux, 578 bénéficiaient d'une récré en extérieur et 370 ne sortaient pas, souvent faute d'espace adéquat. Quels que soient l'aménagement de la cour et l'équipement mis à leur disposition, les élèves autorisés à sortir passaient deux à trois fois plus de temps « *modérément ou vigoureusement actifs* » pendant les récrés (soit près de 8 minutes au total, contre 3 minutes et demie auparavant), tandis que les élèves coincés à l'intérieur restaient 60 % de plus de temps inactifs pendant ces moments (soit 20 minutes contre 13 minutes en moyenne).

Cette activité « modérée ou vigoureuse » est considérée comme cruciale, au point que l'Organisation mondiale de la santé en a fait son étalon pour évaluer la santé physique des enfants. La norme voudrait que les 7-17 ans accumulent soixante minutes quotidiennes de ce type d'activité.

Les enseignements tirés des observations de Getter Marie Lemberg sont d'autant plus éclairants que les petits Estoniens du groupe « récré extérieure » se déclaraient ensuite plus concentrés en classe et de bien meilleure humeur. Mieux, ces jeunes élèves s'attribuaient un niveau d'activité physique générale, donc hors école ou club sportif, bien plus élevé que les autres, même s'il faut garder à l'esprit les limites inhérentes aux réponses par questionnaire.

Instruit de ces résultats, le gouvernement estonien a suggéré aux écoles du pays de revoir leurs horaires, quitte à commencer plus tôt, afin de permettre aux ados de se défouler au moins trente minutes par jour. Quant aux écoliers français, on ne saurait trop leur recommander de profiter au maximum de leur récré ! **FRANCOIS BOREL**

SOURCE Getter Marie Lemberg *et al.*, « The association of different recess types on physical activity and sedentary behaviour in Estonian primary school students », *European Journal of Public Health*, vol. 35, 2025/3.

© Dan Kenyon/Getty Images

PÉDAGOGIE

LES NEUROMYTHES DES FUTURS PROFS

Et si le principal obstacle à la mise en place de pratiques pédagogiques mieux fondées scientifiquement tenait moins au manque de connaissances des enseignants sur le fonctionnement cognitif des élèves qu'à leurs fausses croyances dans ce domaine ? C'est ce que suggère une récente étude menée par deux chercheuses en psychologie cognitive, qui ont testé auprès de 103 étudiants français en sciences de l'éducation leur capacité à distinguer les neuromythes des affirmations scientifiquement justes. Leurs résultats montrent une forte prévalence de ces croyances : une majorité d'étudiants adhèrent aux deux tiers des énoncés erronés proposés, alors même que leur niveau général de connaissance apparaît satisfaisant, 84 % d'entre eux validant les affirmations scientifiquement correctes.

Certains neuromythes font même la quasi-unanimité parmi les répondants avec des taux d'adhésion supérieurs à 90 %. Parmi eux : la croyance en l'existence chez les élèves de « styles d'apprentissage » visuel, auditif ou kinesthésique ; l'idée qu'inverser les lettres serait un signe de dyslexie ; que pratiquer des exercices de coordination bilatérale (droite/gauche) pourrait améliorer les capacités cognitives ; ou encore que les élèves de maternelle apprennent mieux dans des salles de classe riches en matériel visuel. Très répandues, ces conceptions erronées semblent en outre solidement ancrées, soulignent les chercheuses, qui ont testé la faculté des étudiants à revenir sur leur jugement après avoir reçu des informations correctives. Leurs résultats montrent non seulement que la baisse d'adhésion aux neuromythes reste modeste (10 % en moyenne), mais aussi que certains – comme la croyance selon laquelle les étudiants d'aujourd'hui seraient « multitâches » – peuvent paradoxalement se voir renforcés par



la réfutation, d'où la nécessité de développer une pédagogie universitaire tenant compte de cette complexité. De quoi alimenter de nouvelles recherches plus approfondies. **BÉATRICE KAMMERER**

SOURCE Christelle Delaplace et Fanny Ollivier, « Prévalence et correction des neuromythes chez des étudiants en sciences de l'éducation », *Revue française de pédagogie*, n° 227, 2025/2.

TRAVAIL

Enseigner pour retrouver du sens

À l'heure où le métier d'enseignant connaît une importante crise de recrutement, comment expliquer qu'il attire un nombre croissant de personnes en reconversion professionnelle – 28 % des nouveaux admis au concours en 2021 – dont de nombreux cadres du privé ? Autrement dit, qu'est-ce qui motive des personnes jouissant d'un statut professionnel socialement et économiquement valorisé à se tourner vers un métier en perte d'attractivité ? Pour le comprendre, deux chercheurs en sciences de l'éducation ont mené une série d'entretiens auprès de vingt-deux professeurs des écoles novices, autrefois cadres du privé. Leurs résultats mettent en lumière quatre principaux types de motivations.

D'abord, une volonté de renouer avec un métier porteur de sens, tant par ses finalités – aider et accompagner les élèves – que par ses modalités concrètes d'exercice, de la conception des séances à la conduite de la classe. S'ajoute souvent la quête d'un meilleur confort de vie, alliant sécurité financière et temps libre, en partie nourrie par des visions idéalisées, voire des clichés, du métier d'enseignant. Viennent ensuite des motivations d'ordre idéologique : la reconversion vers le professorat est alors envisagée comme une manière de prendre ses distances avec les logiques compétitives capitalistes et de se mettre en conformité avec ses propres valeurs éthiques ou écologiques.

Enfin, certains cherchent dans cette seconde carrière une forme de développement personnel : sur le plan intellectuel – par l'apprentissage de nouveaux savoirs en psychologie, sciences cognitives, etc. –, émotionnel – par le développement de compétences psychosociales –, mais aussi parfois parental, nombre d'entre eux espérant pouvoir faire bénéficier leurs enfants de leurs futures compétences d'enseignant. **B.K.**



SOURCE Sylvain Obajtek et Michaël Bailleul, « La reconversion professionnelle des cadres du secteur privé vers le professorat des écoles », *Carrefours de l'éducation*, vol. 60, 2025/2.

Haut : © Metamorworks/Getty Images - Bas : © Maskot/Getty Images

MA THÈSE EN 3 POINTS



ALEXANDRE VAYER

À l'école de l'entrepreneuriat

Sensibiliser les jeunes des milieux populaires à la création d'entreprise : c'est l'objectif de plusieurs dispositifs soutenus par les pouvoirs publics. Le sociologue analyse les réceptions mitigées, parfois critiques, des jeunes et des acteurs de terrain.

1. L'ORIGINE

En master 1 de sociologie, en 2014, j'ai consacré mon mémoire à la production artistique dans le monde du rap. J'ai effectué un stage en banlieue parisienne, dans un média sur les cultures urbaines. Mes enquêtés étaient mes patrons, ils avaient grandi dans des grands ensembles et disposaient de faibles ressources scolaires. J'ai été frappé par la récurrence, chez eux, d'un discours entrepreneurial de type moral : «*J'ai réussi seul, sans l'aide de personne!*» Ils voyaient leur trajectoire comme un accomplissement presque héroïque. Ça m'a intrigué. Ma thèse interroge l'incitation à créer son entreprise diffusée auprès des jeunes des milieux populaires.

2. MA MÉTHODE

J'ai procédé par observation participante. C'est idéal pour saisir les processus de socialisation, qui sont largement informels. J'ai rejoint deux dispositifs. D'une part, les Coopératives jeunesse de services (CJS), cofinancées par la Caisse des dépôts et portées par les institutions locales, les mairies et des entreprises, dans le cadre de la politique de la ville, réunissent des jeunes de 16 à 18 ans, qui consacrent leur été à créer leur entreprise. Et, d'autre part, l'association Entreprendre pour apprendre, agréée par l'Éducation nationale et portée localement par les établissements et les enseignants dans le cadre scolaire. Introduit comme observateur, j'ai été vu comme une personne ressource, et j'ai coaché deux groupes de 10 et 15 jeunes dans le cadre de ces programmes visant à monter deux microentreprises. Le fait de réaliser un doctorat sur l'entrepreneuriat me faisait passer, aux yeux des encadrants comme des jeunes, pour un adepte et un spécialiste de la création d'entreprise (en réalité, je n'ai pas d'expérience dans ce domaine!). Les projets ont duré respectivement six mois et un an. J'ai aussi mené 43 entretiens formels avec des jeunes, des formateurs des deux associations et des cadres du privé, détachés auprès des jeunes au titre de la responsabilité sociale de l'entreprise.

3. MES RÉSULTATS

J'ai construit un objet de recherche entre sociologie des classes populaires, sociologie de l'entrepreneuriat et socialisation. Sur l'imbrication croissante des logiques éducatives scolaires et des logiques d'entreprise, j'ai, par exemple, mobilisé les travaux d'Olivia Chambard. Inspiré, entre autres, par le sociologue Olivier Schwartz, j'ai aussi voulu voir si les classes populaires d'aujourd'hui sont, ou non, plus ouvertes qu'auparavant à ce type d'acculturation. Je me suis enfin appuyé sur les concepts d'appropriation et de confrontation pour montrer que la socialisation au marché n'a rien de mécanique : je voulais exposer les points de tension, les résistances.

Je montre que les jeunes ne s'approprient pas systématiquement le discours enthousiaste que portent les dispositifs scolaires et associatifs. Nombre d'entre eux s'engagent, par exemple, dans les CJS avant tout pour se faire des copains, «*ne pas rester devant la télé*» pendant l'été. Dans un des dispositifs enquêtés, ce sont les animateurs qui ont manifesté leurs doutes : «*Ne sommes-nous pas en train de leur faire faire le boulot de leurs parents?*» En effet, ces coopératives, qui vendent des services qui requièrent peu de qualifications, comme les travaux de peinture ou de nettoyage, recrutent massivement au sein des classes populaires. Ces dispositifs contribuent aussi à acculturer les jeunes aux contraintes du marché, en particulier du marché du travail, que la plupart vivront en tant que salariés. **PROPOS RECUEILLIS PAR ÈVE CHARRIN**

THÈSE « La jeunesse populaire à l'école de l'entrepreneuriat. Quand le monde de l'entreprise s'empare de l'éducation pour socialiser au nouvel esprit du capitalisme », sous la direction de Sylvia Faure (université Lumière-Lyon 2), novembre 2024.

© Coll personnelle

Venez faire vos Humanités à l'Université Paris Nanterre !

2 diplômes d'université (DU)

DU

COMPÉTENCES EN LANGUES ANCIENNES

Grec et/ou latin

4 niveaux

▶ *présentiel ou à distance*

DU

RHÉTORIQUE ET ART ORATOIRE

Argumentation, expression, éloquence

6 modules

▶ *à distance*

Un Master « Humanités »

Master « Langues, littératures et cultures de l'Antiquité »

▶ *présentiel ou à distance*

Une préparation à l'agrégation externe de Lettres Classiques

Diplôme d'université

▶ *présentiel ou à distance*

Une Licence « Humanités »

Licence « Humanités »

▶ *à distance*

DÉPÔT DES CANDIDATURES SUR

monmaster.gouv.fr ou **ecandidat.parisnanterre.fr**

à partir de mars 2026 ou *Parcoursup* pour L1 Humanités (janvier-mars 2026)

RENSEIGNEMENTS

formations.parisnanterre.fr

DU Rhétorique et art oratoire : **mhumeau@parisnanterre.fr**

Ducla et Licence Humanités : **merlier@parisnanterre.fr**

Master « Langues, littératures et cultures de l'Antiquité » et agrégation de Lettres Classiques : **hdeneux@parisnanterre.fr**

Université Paris Nanterre

Un objet en dit parfois plus qu'un long discours sur les métamorphoses de la société.

L'appareil photo



Réservé à ses débuts à un usage professionnel, l'appareil photo s'est imposé au 20e siècle dans l'intimité des familles, dont il immortalise les grands rites. Désormais, avec le smartphone, tout est photographiable à l'infini... FRÉDÉRIQUE LETOURNEUX

On fête cette année le bicentenaire de l'invention de la photographie. En effet, la première méthode de reproduction fut inventée autour de 1826 par l'ingénieur Nicéphore Niépce : le « procédé héliographique ». Cette technique de gravure permettait, grâce à la lumière, de fixer une image sur une surface rendue photosensible grâce à une fine couche de bitume de Judée. La première photo est prise depuis sa chambre : *Le point de vue du Gras* (1827), fragile représentation du réel, entre ombres et éclats de lumière. Quelques années plus tard, Louis Daguerre stabilise le procédé et commercialise dans les années 1840 le premier appareil photo : le daguerréotype.

19 %

En 2018, en France métropolitaine, 23,4 millions des plus de 15 ans ont pratiqué au moins un loisir créatif. En tête, la photo, plébiscitée par 19 % d'entre eux.

Source : Insee, *Portrait social*, 2022.

Le portable nous transforme « en touriste du quotidien. »

Jusqu'au milieu du 20e siècle, le passage chez le photographe professionnel est une étape incontournable. La photo accompagne les rituels familiaux : la naissance, le baptême, le mariage, et même la mort. Avec l'invention du premier Kodak, en 1885, aux États-Unis, synonyme de temps de pose raccourcis, la pratique amateur se développe. D'abord réservée aux bourgeois, elle se démocratise au début du 20e siècle et offre aux classes populaires d'accéder à l'art du portrait jusque-là réservé aux grands hommes. De cet usage domestique, il ressort une représentation codifiée du réel permettant de définir les statuts et les relations familiales, contribuant à faire de la photographie un « *art moyen* », pour reprendre le titre du célèbre ouvrage dirigé par Pierre Bourdieu en 1965.

La diffusion des appareils Kodak à partir des années 1950 – et notamment en version couleur – va accélérer cette mise en scène de soi. Les photographies deviennent progressivement plus « affectives » s'attachant avant tout à enregistrer des moments intimes partagés, relève la sociologue Irène Jonas (*Mort de la photo de famille ?*, L'Harmattan, 2010). Dans les années 1980-1990, 90 % des adultes de moins de 65 ans possèdent un appareil photo argentique. Roland Barthes, dans *La chambre claire* (1980), y lit la volonté de garder la trace du réel, témoignage unique du « ça a été ».

La révolution numérique a ouvert une nouvelle page. Notre portable dans la poche, tout devient photographiable à l'infini, comme un outil d'autodocumentation. Autant d'instantanés pris sur le vif et aussitôt partagés. Selon André Gunthert, nous serions entrés dans l'ère de « *l'image conversationnelle* », transformant « *chacun de nous en touriste du quotidien, prêt à faire image dans n'importe quelle situation* » (*Études photographiques*, n° 31, 2014). Pour autant, la désacralisation de la photo ne rime pas nécessairement avec sa banalisation. Beaucoup de photos numériques, qui continuent de mettre en scène la sociabilité amicale et familiale, sont stockées pour être regardées, comme on feuilletait un album.

À LIRE

• Sylvain Maresca, « L'art en personne. Pour une histoire sociale du portrait », preprint 2019

• Corinne Martin, « Téléphone portable et images mobiles. De nouveaux usages sociaux de la photographie chez les jeunes ? », contribution au XVIIIe Congrès international de l'AISLF, 2017.

© SSPL/Getty Images

ARCHÉOLOGIE

On a retrouvé le plus vieux « briquet » de l'humanité



La domestication du feu fut un long processus, démarré probablement autour de 1,5 million d'années avant notre ère en Afrique, où la plus ancienne trace d'utilisation a été retrouvée, à Koobi Fora au Kenya. Nos ancêtres durent pour y parvenir acquérir quatre compétences : vaincre leur peur des flammes ; savoir rapporter des braises au campement ; être capables de les conserver grâce à un foyer, pour les protéger du vent et de l'eau, et les alimenter ; faire naître des flammes en frottant deux bâtons ou en tapant avec un silex un minerai ferrique, comme de la pyrite, pour produire des étincelles qui embrasent un combustible. En effet, contrairement à la légende, deux silex entrechoqués ne dégagent pas l'énergie suffisante !

Des foyers sont connus : Wonderwerk en Afrique du Sud (- 1 million d'années), Cueva Negra en Espagne (- 800 000 ans), Menez-Dregan et Terra Amata en France (- 450 000 ans), mais il s'agissait probablement de feux entretenus. En effet, aucune preuve d'une quelconque méthode d'allumage n'y a été retrouvée. Et si c'était avec deux bâtons, ils n'ont pas été conservés.

Sur le site de Barnham (Angleterre), daté d'environ - 400 000 ans, les préhistoriens ont récemment retrouvé non seulement des traces de feux, mais aussi deux fragments de pyrite de fer, un minéral peu présent à proximité, qui suggèrent un apport volontaire. Nous aurions à travers cette découverte la première preuve incontestable d'un savoir du feu tout à fait maîtrisé, qui changea à jamais notre régime alimentaire, nous protégea des bêtes sauvages et nous permit d'explorer des territoires au climat plus hostile. Et surtout, nous rassembla pour se parler après la tombée de la nuit. Les premiers conteurs furent-ils anglais ? **ROMAIN PIGEAUD**

SOURCE Rob Davis *et al.*, « Earliest evidence of making fire », *Nature*, n° 649, 2025.

HISTOIRE

Dans la comédie grecque, les femmes ont les pieds sur terre



Haut : © Denis-Art/Getty Images - Bas : © Transcendental Graphics/Getty Images

Le théâtre grec n'admettait les femmes ni comme actrices ni comme autrices. Il n'est donc pas surprenant que les personnages féminins soient peu nombreux dans les comédies helléniques : à peine une centaine dans les œuvres des 26 auteurs parvenues jusqu'à nous.

Dans un article récent, l'historienne Carmen Damour s'est penchée sur le théâtre comique du 5e siècle avant notre ère. C'est le moment où les auteurs incluent davantage de personnages féminins dans leurs pièces, leur confient des rôles plus importants au regard de l'intrigue ainsi que davantage de tirades. La plus célèbre héroïne du répertoire comique est Lysistrata. Mise en scène par Aristophane en 411, elle entraîne les femmes grecques dans une grève du sexe destinée à faire cesser la guerre du Péloponnèse.

La fonction des femmes dans la comédie est de « *ramener le récit à des réalités concrètes* », explique l'historienne. Elles y discutent des problèmes de la cité, voire de problématiques exclusivement féminines. À l'inverse des rôles masculins volontiers insouciants et grotesques, les femmes se montrent toujours réalistes. Ce qui ne veut pas dire forcément sérieuses. On relève ainsi des personnages d'artisanes pleines de verve et des esclaves insolentes qui suscitent le rire en tenant tête aux hommes.

Tantôt héroïsées, tantôt moquées, ces rebelles des comédies illustreraient peut-être des contestations bien réelles, avance l'historienne. Même si nous n'avons connaissance d'aucune lutte féminine dans les cités grecques, il est probable que les femmes aient, en diverses occasions, cherché à s'affirmer et à défendre leurs intérêts propres. Toutefois, rappelons que le but de la comédie est en premier lieu de faire rire, pas de remettre en question les structures de pouvoir. Les auteurs grecs ont donc dû jouer avec finesse de la figure transgressive de la femme rebelle. **THIBAULT LE HÉGARAT**

SOURCE Carmen Damour, « Rôles féminins sur la scène comique en Grèce ancienne », *Clio. Femmes, genre, histoire*, n° 62, 2025/2.

CINÉMA, LES DERNIÈRES SÉANCES ?

Texte : JEAN-MARIE POTTIER - Illustration : JÉRÉMIE LUCIANI.

La fréquentation des cinémas français évolue à la baisse depuis la pandémie, même si la France reste plus cinéphile que ses voisines.

En 80 ans, le nombre de films vus en salles par un Français chaque année a été divisé par 4.

Une première chute a lieu entre la fin des années 1950 et la fin des années 1960, à mesure que la télévision se diffuse.

Une deuxième chute survient à partir du milieu des années 1980, avec la multiplication du nombre de chaînes et l'apparition de la vidéo.

Une légère remontée se produit dans les années 2000, marquées par le développement des multiplexes et l'apparition des cartes illimitées.



Nombre d'entrées en salles en France par habitant, lissé sur les 4 dernières années.

- 20 % : c'est la baisse de fréquentation constatée depuis 2022 par rapport aux années 2010, après neuf mois de fermeture dus au covid et sur fond d'explosion de l'offre sur les plateformes.

Les Français continuent cependant d'aller près de **2 fois plus** au cinéma que leurs voisins de l'Union européenne.



Un loisir plus cher ?

Compte tenu de l'inflation, la recette moyenne par billet a baissé d'environ 10 % en 30 ans. Le cinéma est devenu moins cher pour les habitués (cartes illimitées, réductions diverses…), mais pas forcément pour le public occasionnel : quasi inexistantes avant le phénomène *Avatar* (2009), les places à plus de 10 euros représentent aujourd'hui une entrée sur six.

Un peu moins d'habitués ?

Dans l'après-covid, on compte toujours 1,5 million de spectateurs « assidus » (au moins une sortie au cinéma par semaine), mais le nombre de « réguliers » (au moins une fois par mois) a baissé de 12,5 à 10 millions environ.

Un public vieillissant ?

En 1993, les plus de 50 ans représentaient 32 % de la population en âge d'aller au cinéma, mais seulement 14,5 % des billets vendus ; aujourd'hui, ils représentent 43,5 % de la population, mais 45 % des entrées.

SOURCE Chiffres du Centre national de la cinématographie (CNC) sur la fréquentation des salles, le profil des spectateurs et le prix des places.



© Mike Hill/Getty Images

CINÉMA

Sur les traces du western camarguais

Et si les ancêtres du western « spaghetti » avaient été produits, non pas en Italie, mais en Camargue ? Ce genre, qui dans les années 1960-1970 a transposé le western classique dans des décors européens, aurait eu un précurseur dès le début du siècle avec le western… camarguais. On doit cette veine cinématographique, initiée en 1909 avec *Les Aventures de Buffalo Bill*, à Jean Hamman, réalisateur et cascadeur, et à Folco de Baroncelli, poète provençal engagé dans la préservation du patrimoine occitan et de la culture taurine et équestre de Camargue. Et surtout à la passion des deux hommes pour l'Ouest américain et la culture amérindienne, qui leur parvint notamment à travers le « spectacle de l'Ouest sauvage », monté en 1883 par l'américain William Frederick Cody, *alias* Buffalo Bill.

Devenu acteur, le cowboy le plus célèbre d'Amérique y déroule, au côté d'une centaine d'artistes et d'une foule d'animaux, 23 numéros qui racontent la conquête de l'Ouest. L'ambiance est cosmopolite, et les Amérindiens y incarnent les méchants « Peaux-Rouges », représentants ambigus d'un monde traditionnel à voir avant qu'il disparaisse. Le show se fait connaître en Europe, et notamment en France dès 1889, puis de nouveau en 1905, pour 120 étapes. C'est à cette occasion que Folco de Baroncelli assiste au spectacle et que son ami Jean Hamman lui présente Buffalo Bill, qu'il a rencontré lors d'un séjour dans le Wyoming parmi les cowboys et les Sioux.

Lors du passage de la troupe à Toulouse en 1905, Folco de Baroncelli passe une soirée en compagnie de quatre artistes sioux. Nostalgique du Languedoc autonome, province rattachée à la couronne de France en 1271, l'aristocrate français émeut le chef sioux Iron Tail. C'est le début d'une reconnaissance réciproque entre la résistance des Amérindiens et celle des Occitans, qui se traduit par l'influence culturelle des premiers en Camargue, *via* l'action de Folco de Baroncelli.
Sur la poésie provençale d'abord, mais aussi sur les fêtes traditionnelles, auxquelles Baroncelli ajoute des jeux équestres menés par les gardians.
Et enfin sur le cinéma. L'aristocrate manadier accueille en Camargue les tournages de son ami Hamman.
Ces films, dont il ne reste aucune image malheureusement, présentent des intrigues du Far West avec moult cascades et acrobaties dans un paysage de lagunes loin de toute vraisemblance.
La Première Guerre mondiale met fin à leur collaboration et à ce genre pionnier et éphémère, même si Jean Hamman continue sa carrière dans le cinéma par la suite, notamment comme producteur.

CATHERINE DE COPPET

SOURCE Emmanuelle Perez Tisserant et Tamara Venit Shelton, *1905 : Buffalo Bill et son Wild West Show sur la prairie des filtres*, Éditions midi-pyrénéennes, 2025.

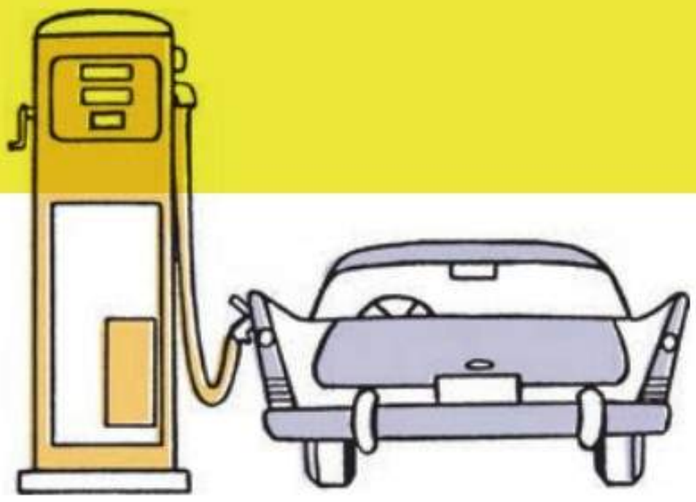


© Cédric Pilard

NOS LIEUX COMMUNS

CHRONIQUE

Jean-Laurent Cassely



N'enterrons pas (encore) les stations-service

La flambée des prix du pétrole remet la station-service au cœur de l'actualité. Depuis les chocs pétroliers des années 1970, ces lieux, transformés en petits centres commerciaux, ont connu des mutations profondes.

Avec la guerre au Moyen-Orient et le blocage du désormais célèbre détroit d'Ormuz, une formule qu'on pensait appartenir à l'histoire récente est revenue sur le devant de la scène : le « choc pétrolier ». Ces mots convoquent l'imagerie sépia d'une France de la fin des Trente glorieuses, ultradépendante de la bagnole. Avec ce choc pétrolier, qui n'en serait pas vraiment un, mais dont la conséquence palpable pour les automobilistes est bel et bien une envolée des prix à la pompe, la société vit le retour d'une vieille angoisse : celle de la pénurie de carburant, et de la ruée vers les stations-essence.

LA MUTATION D'UN LIEU ET D'UNE PROFESSION

Depuis les années 1970, le réseau de stations-service a profondément évolué. La France en comptait plus de 40 000 au début des années 1980, contre quatre fois moins de nos jours. Le métier de pompiste indépendant, souvent adossé à celui de garagiste, a peu à peu disparu, les marges étant trop faibles pour assurer la viabilité d'une petite entreprise. Désormais, deux types d'enseignes subsistent et se partagent le gâteau : les pompes de la grande distribution et un réseau dit historique, celui des compagnies pétrolières, comme Total, encore majoritaires sur les réseaux d'autoroute. À l'heure où le commerce épouse les flux de voyageurs (*travel retail*), la station-service d'aire d'autoroute est devenue un véritable petit centre commercial avec supermarché, maison de la presse, restaurant en self-service, enseigne de fast-food et machine à café digne d'un *coffee shop* de centre-ville…

Le carburant y est généralement cher et c'est hors de ce réseau autoroutier, en entrée de ville et le long des routes des zones périurbaines et rurales, que l'automobiliste français le trouvera au meilleur prix. Ce n'est pas un hasard. La vente de carburant y est non seulement un prolongement de la grande distribution, mais surtout un produit d'appel : Auchan, Leclerc, Carrefour et consorts sont désormais des acteurs majeurs du marché. S'ils détiennent la moitié des stations, ils représentent 60 % des ventes grâce à une politique agressive sur les prix compensée par la vente de volumes importants.

UNE NOUVELLE GÉOGRAPHIE

Paradoxe de l'époque : alors que le parc automobile a doublé depuis les chocs pétroliers de 1973 et 1979, l'imaginaire lié à la voiture, à la route et aux modes de transports motorisés a, à l'inverse, eu tendance à refluer. La voiture a bel et bien disparu de l'horizon d'une partie des Français, et l'acte de se rendre à la pompe avec ! Cette occultation est particulièrement manifeste parmi les habitants des grands centres urbains, ceux où la part modale du vélo est la plus élevée et où les ventes de vélos-cargos à assistance électrique dépassent celles des SUV. Les chiffres sont frappants. En 2021, moins de 10 % des Parisiens prenaient leur voiture pour leurs trajets quotidiens domicile-travail, contre 40 % des Franciliens et environ 75 % des Français.

La galère de la queue à la station-service n'a pas disparu, mais elle est attachée à une nouvelle géographie, celle des périphéries urbaines et de la ruralité. Ainsi qu'une sociologie : celle des agriculteurs et des pêcheurs qui utilisent du gazole non routier, des PME de transport, des aides-soignantes et infirmières libérales et plus généralement des travailleurs et des parents pour qui la voiture thermique fait encore partie du quotidien. ●

À LIRE

• Claude Wagner, *L'automobile et le supermarché. 50 ans de dérive consumériste*, Le Croquant, 2019.

• Gabriel Dupuis, *La dépendance automobile. Symptômes, analyses, diagnostic, traitements*, Economica-Anthropos, 1999.

© CSA Images/Getty Images

QUI A INVENTÉ… ?

LES FEUX DE CIRCULATION



C'est au Royaume-Uni qu'il faut aller chercher l'origine des feux de circulation. On attribue cette invention à John Peake Knight, manager dans la régulation des chemins de fer.

Ce passionné de trains, qui a quitté l'école à 12 ans pour travailler dans une station ferroviaire, imagine une boîte dotée d'un signal « *stop and go* » lumineux et visible la nuit pour prévenir des intersections ou aiguillages, et envisage rapidement d'appliquer ce système à la régulation de la circulation en ville. Le premier feu bicolore, constitué de deux écriteaux mobiles rouge et vert éclairés au gaz et qu'il faut activer manuellement par un levier, est ainsi installé à Londres près de Westminster le 10 décembre 1868. Mais début 1869, le dispositif explose et blesse le policier chargé de le manœuvrer.

Le procédé est abandonné aussi vite qu'il avait été adopté. La massification de l'automobile fait resurgir l'idée d'un signal lumineux pour définir des règles de priorité de passage des véhicules, cette fois-ci aux États-Unis. Ernest Sirrine dépose en 1910 un brevet pour un signal de chaussée sur lequel figurent les inscriptions alternatives « *Stop* » et « *Proceed* ». Expérimenté à Chicago, le système fait des émules dans tout le pays. À Salt Lake City, un policier organise l'électrification de ces dispositifs circulatoires, tandis qu'un de ses confrères à Detroit teste une variante en 1917 en ajoutant un feu orange : le feu tricolore est né. En France, c'est en 1923, grâce à l'invention d'un certain Léon Foenquinos qui en cède les droits au domaine public, que le premier feu de signalisation sur un modèle lumineux électrique fait son apparition sur les Grands Boulevards, à la jonction des axes Saint-Denis et Sébastopol. Le succès est immédiat sur ce carrefour qu'on surnommait jusqu'alors « *le croisement des écrasés* » pour sa dangerosité. **SERVANE DUQUÉNOIS**

SOURCE Mathieu Flonneau, *En tous sens : circuler, partager, sécuriser. Une histoire des équipements de la route*, Loubatières, 2022.

Haut : © Alan Schein/Getty Images - Bas : © Krblokhin/Getty Images

SCIENCE POLITIQUE

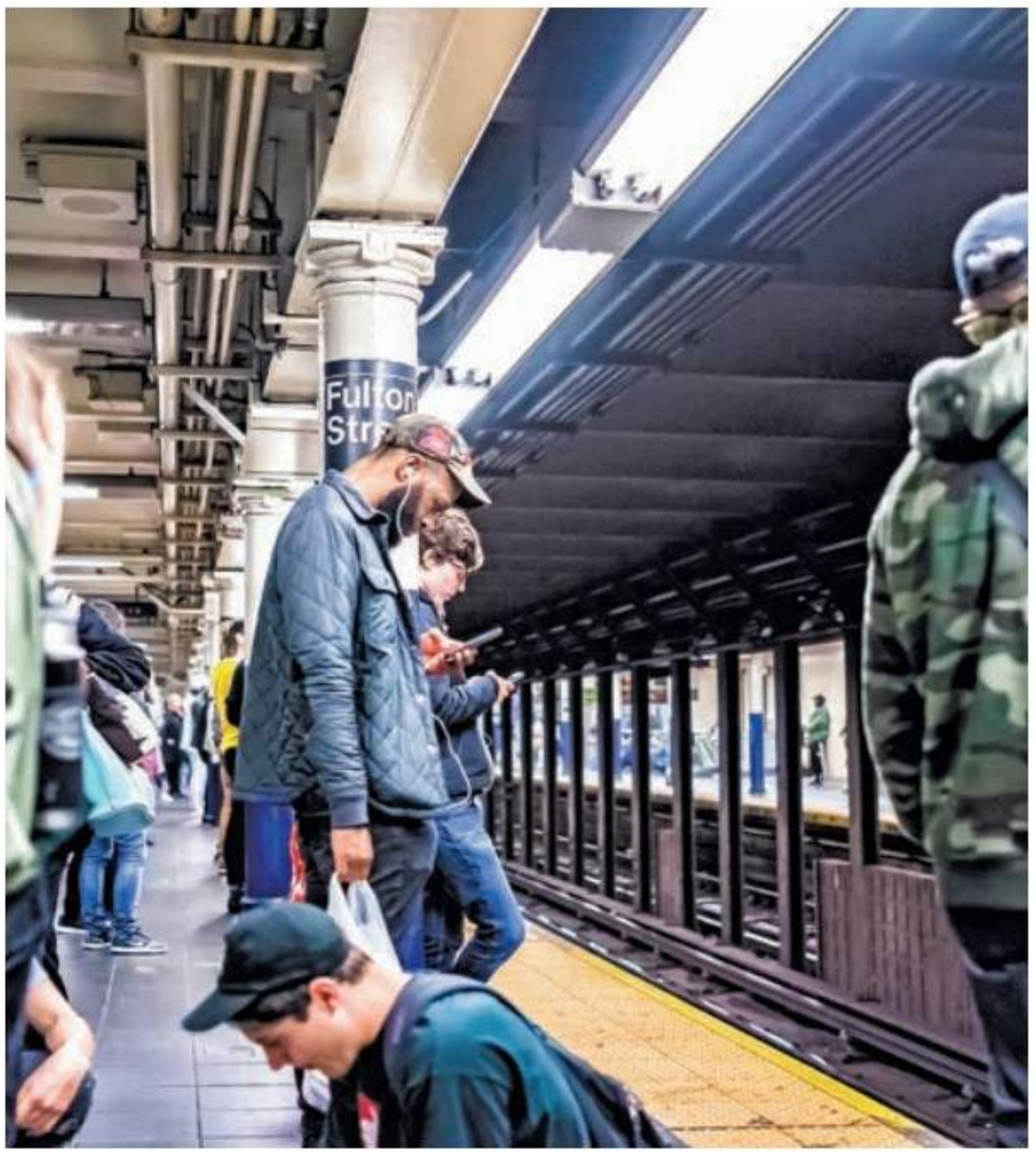
AUX ÉTATS-UNIS, LA DÉSINFORMATION A DOPÉ L'ABSTENTION

Des campagnes de publicité ciblées, menées notamment par la Russie, auraient dissuadé quelque 4,7 millions d'États-Uniens de voter lors de l'élection présidentielle de 2016, selon une étude récente menée par des chercheurs américains. Ils estiment que ce chiffre correspond à une baisse de près de 2 % de la participation lors du scrutin qui a mené à la première élection de Donald Trump.

Pendant six semaines, ces universitaires ont suivi en temps réel les annonces publiées sur le Facebook d'un échantillon représentatif de la population états-unienne de plus de 10 000 électeurs. Ces publicités ciblaient les populations des États pivots, dont le vote est susceptible de renverser l'élection au niveau national, ainsi que les citoyens issus des minorités raciales, qui votent traditionnellement pour le Parti démocrate. Sur Facebook, ces personnes ont reçu de fausses informations, par exemple concernant l'emplacement des bureaux de vote ou des messages tels que : « *Personne ne représente les personnes noires. N'allez pas voter !* »

Pour toucher plus précisément les Afro-Américains, qui votent moins en moyenne que les électeurs blancs, les pirates russes ont demandé à Facebook de cibler les internautes s'intéressant à des sujets comme Martin Luther King ou l'histoire afro-américaine. Une stratégie efficace qui questionne la robustesse de la démocratie américaine face aux ingérences. **E.G.**

SOURCE Young Mie Kim *et al.*, « Targeted digital voter suppression efforts likely decrease voter turnout », *PNAS*, 3 février 2026.





PORTRAIT DE CHERCHEUR

MEHDI MOUSSAÏD

Le « foulologue » et ses followers

Mouvements de foule, contagion sociale, intelligence collective… À la croisée de la physique, de l'éthologie et des sciences cognitives, ce chercheur Youtubeur partage avec ses 500 000 abonnés sa passion pour la « fouloscopie ». MARC OLANO

Né en 1981 à Rabat, il est à la fois ingénieur informatique et docteur en éthologie. Il est chercheur en sciences cognitives à l'institut Max-Planck de Berlin, où il s'établit en 2011 pour se consacrer à l'étude des comportements collectifs. Il a publié *Fouloscopie. Ce que la foule dit de nous* (Humensciences, 2019) et *A-t-on besoin d'un chef ? Petit traité d'intelligence collective* (Allary, 2025).

Son regard malicieux, ses pointes d'humour, ses explications limpides ont séduit des milliers d'internautes. Sur « Fouloscopie », sa chaîne YouTube, Mehdi Moussaïd est suivi par une flopée d'individus. Une aubaine pour ce chercheur spécialiste des mouvements de foule, qui n'hésite pas, au besoin, à mettre sa communauté à contribution. Il la soumet à des épreuves collectives (résoudre un problème logique, reproduire un dessin à l'aide de cartons de couleur…), teste ses hypothèses et filme l'ensemble. Sur les réseaux, ses vidéos d'une vingtaine de minutes font un carton.

S'il doit aujourd'hui l'essentiel de sa notoriété à ces pastilles de vulgarisation, Mehdi Moussaïd refuse d'être réduit à sa facette numérique : « *Si je fais ces vidéos sur mon temps libre, mon activité principale reste la recherche.* » Une activité qu'il exerce, depuis 2011, au sein de l'institut Max-Planck de développement humain à Berlin. Son réseau de *followers* constitue parfois un soutien précieux. Comme cette fois où il devait recruter 25 000 volontaires pour des parties d'échecs collectives en ligne : l'expérience s'avérant impossible à réaliser en laboratoire, il s'est tourné vers sa communauté YouTube et a ainsi pu montrer qu'un groupe d'amateurs pouvait gagner collectivement en votant pour le coup le plus opportun contre un adversaire professionnel.

ENTRE SCIENCES DURES ET MOLLES

Rien ne prédisposait ce garçon plutôt discret à cette thématique. Fils d'une Bretonne employée à l'ambassade de France et d'un comptable marocain, Mehdi a grandi à Rabat au Maroc. Au lycée français où il est scolarisé, c'est un bon élève, gentil mais plutôt solitaire. « *J'aimais bien réaliser des maquettes ou écrire des nouvelles. J'appréciais la lecture, surtout les BD avec des personnages de savants fous.* » Après son bac, il opte pour des études d'informatique à Polytech Nantes. Son diplôme

© David Ausserhofer/Allary Éditions

d'ingénieur en poche, il hésite à s'engager dans cette voie. Et sur un coup de tête, il part au Canada pour un stage de fin d'études. Il s'y retrouve dans un laboratoire de recherche qui étudie la topologie des villes construites de manière décentralisée comme les bidonvilles ou les favelas. Cette expérience le met sur la piste «*des réalisations collectives spontanées*».

Encouragé par ses enseignants, il se lance en 2007 dans une thèse d'éthologie sur la modélisation des déplacements collectifs de piétons à l'université de Toulouse, puis à l'École polytechnique fédérale de Zurich (Suisse). Il s'appuie sur ses compétences de programmeur, fait des parallèles avec la mécanique des fluides, compare les mouvements d'une foule lors de grands rassemblements, comme le pèlerinage de La Mecque, à ceux d'un liquide qui passerait dans un tuyau. Mais les modèles physiques fonctionnent uniquement pour des foules compactes où l'individualité est noyée dans la masse. «*Quand la densité diminue, on va s'intéresser aux facteurs psychologiques, aux comportements d'imitation, aux interactions sociales*», explique le chercheur. D'où le passage des sciences dures aux sciences humaines, avec un détour par l'éthologie. D'ailleurs, historiquement, l'étude des phénomènes de foule se fonde sur l'observation des comportements animaliers: «*Un banc de poissons, un troupeau de moutons fonctionnent de la même façon qu'une foule d'internautes sur les réseaux sociaux*», explique Mehdi Moussaïd. Remarquée, sa thèse soutenue en 2010 obtient en 2011 le prix *Le Monde* de la recherche universitaire.

Ce curieux invétéré poursuit sur sa lancée et élargit ses recherches à d'autres phénomènes collectifs, telle la contagion sociale, notamment *via* les réseaux sociaux. Il s'interroge sur la mobilisation des internautes qui a mené aux printemps arabes en 2010, tente de déterminer le point de bascule à partir duquel un mouvement de protestation prend forme et questionne les déclencheurs. Il s'aperçoit alors, étonnamment, que l'impulsion de ces mouvements ne provient pas des membres les plus populaires du réseau, les influenceurs, mais plutôt d'éléments périphériques, peu connectés, mais entretenant des liens très soudés avec d'autres membres. Ces relations étroites induisent une contagion rapide aux groupes voisins qui, à leur tour, adoptent le même comportement et le propagent à grande échelle.

Impatient de sortir ses recherches du labo, il publie en 2019 son premier livre, *Fouloscopie* (Humensciences). Pour assurer sa promotion, il réalise une vidéo qu'il poste sur YouTube. «*Elle a très bien marché,* se souvient-il, *mieux que le livre finalement.*» Et c'est comme ça que tout a commencé: «*Après, j'ai enchaîné les vidéos au fur et à mesure de mes travaux.*» Toujours en peine pour expliquer à ses connaissances en quoi consiste son métier, il s'est inventé le titre de «foulologue». «*J'aime bien observer les gens en prenant du recul, un peu comme le ferait quelqu'un qui observe des fourmis dans un jardin*», décrypte-t-il avec humour.

CAP SUR L'INTELLIGENCE COLLECTIVE

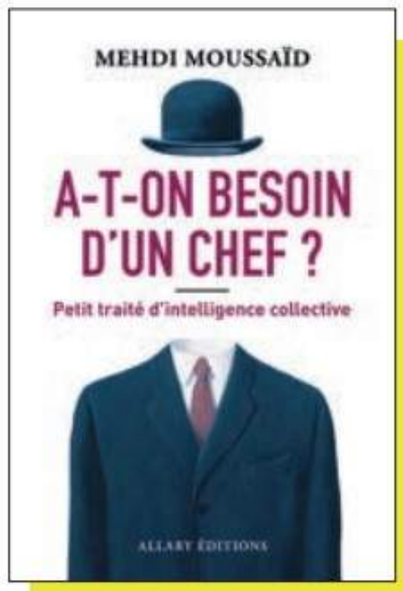
Après des années à étudier la bêtise de groupe, comme dans les bousculades des foules compactes, il a eu envie de sonder des réalisations intelligentes, comme dans le cas par exemple du site Wikipédia. Quel type d'organisation permet d'exploiter au maximum son potentiel? Une question qui passionne les dirigeants d'entreprise et autres managers, et qui le conduit en 2025 à monter le Fouloscopie Lab, un organisme de formation spécialisé en intelligence collective. «*J'ai réalisé qu'expliquer mes découvertes au grand public à travers mes vidéos n'avait finalement que peu d'impact en termes de changements. En m'adressant aux entreprises, souvent très pragmatiques, j'ai l'espoir de contribuer à l'émergence de décisions collectives efficaces.*»

À travers ses travaux, Mehdi Moussaïd montre qu'un groupe efficace n'est pas simplement un collectif de gens individuellement performants. Il a quelque chose en plus! Ses expériences révèlent par exemple le rôle décisif des catalyseurs sociaux, des personnes pas nécessairement compétentes pour la tâche, mais capables de relier les gens les uns aux autres. «*Lorsque le groupe comporte ce type de profil à forte intelligence sociale, il obtiendra de meilleurs résultats*», explique le chercheur.

Y a-t-il toujours besoin d'un chef? C'est une autre question, qui l'occupe. Sa réponse: «*Tout dépend de la nature de la tâche. Dans un contexte de prise de décision collective, par exemple, sans personne pour recentrer les débats ou pour trancher, les discussions peuvent vite s'enliser.*»

Et lui, comment fonctionne-t-il au sein d'un groupe? Solitaire, tout en étant à l'aise en public, une chose est sûre, ce chercheur multicasquettes garde intacte son envie de transmettre. ●

«J'aime bien observer les gens en prenant du recul, comme on observe des fourmis dans un jardin.»



A-t-on besoin d'un chef ? Petit traité d'intelligence collective
Allary Editions (2025).

Résoudre un casse-tête, aller au bout de la dernière question de *Qui veut gagner des millions ?*, vaincre aux échecs contre un adversaire plus fort, prédire l'avenir correctement, ramasser le plus de mûres sauvages dans un périmètre donné… Voici cinq épreuves collectives auxquelles Mehdi Moussaïd soumet une centaine de volontaires. En leur demandant de s'organiser au mieux, il va tester plusieurs hypothèses et démontrer en pratique la méthode la plus efficace pour gagner collectivement là où l'individu seul se trouve confronté à ses limites. Pas de formule magique, chaque tâche requiert une organisation spécifique. Parfois le vote simple suffit, parfois il faut le tempérer par des indicateurs de certitude, repérer les pièges ou alterner périodes de recherche en solo et échanges en collectif.

LE DICTON À L'ÉPREUVE

Chaque mois, *Sciences Humaines* passe nos vieux dictons au tamis de la réflexion critique.



« La fortune sourit aux audacieux »

La fortune, pour un Français d'aujourd'hui, est synonyme de richesse (les grandes fortunes) ou d'argent (ça coûte une fortune). Quelques-uns se souviennent que fortune avait naguère le sens de « sort » ou de « chance » – comme l'indique l'adjectif « infortuné », qui signifie malchanceux. Selon les interlocuteurs, notre dicton « *la fortune sourit aux audacieux* » évoquera soit Oncle Picsou nageant dans ses pièces d'or, soit un personnage courageux et novateur, dans n'importe quel domaine, qui surmonte les épreuves, gagne les trophées, s'impose sur ses concurrents… Dans la vie de tous les jours, on dira plutôt : « *Qui ne tente rien n'a rien.* » Un simple encouragement à oser, finalement assez plat.

Quant à cette fortune qui sourit, on sent bien qu'elle a quelque chose d'allégorique. Comme souvent, la formule remonte au latin : « *Audentes fortuna juvat* » (littéralement « *la fortune aide ceux qui osent* » – plus tard s'imposera « *Audaces fortuna juvat* »). On la doit à Virgile, poète contemporain de Jules César, dans l'*Énéide*. Ce n'est pas le héros Énée qui prononce ces mots, mais son ennemi Turnus, afin d'inciter ses guerriers rutules à repousser les Troyens qui ont débarqué sur les côtes du Latium.

Il faut savoir que Fortuna est une très vieille divinité italique, adorée depuis la Haute Antiquité à Preneste (Palestrina), non loin de Rome. Fortuna Primigenia (primordiale) est une déesse mère : une de ses plus anciennes représentations la montre allaitant Jupiter et Junon enfants. Elle est également oraculaire : la tradition veut qu'un homme ait été guidé en songe vers un rocher où il découvrit des sorts (instruments de divination). C'est ainsi que Preneste devint un immense sanctuaire, véritable « Delphes latine ». En invoquant Fortuna, Turnus faisait donc appel à la grande déesse locale, maîtresse de la chance. Sauf que le destin nourrissait d'autres projets. Turnus fut tué en combat singulier par Énée, et Ascagne (ou Iule), le fils du héros étranger, devint le fondateur d'Albe, l'ancêtre légendaire de Romulus et Rémus, et aussi des Iulii, la lignée de Jules César.

Les Romains ont consacré de nombreux temples à Fortuna. Non parce qu'ils l'aimaient, mais parce qu'ils redoutaient ses caprices et sa versatilité. Les empereurs romains devaient toujours avoir dans leur chambre une statuette en or représentant la déesse et ses attributs : la roue (de la fortune !), la corne d'abondance (d'où le lien avec la richesse), le gouvernail et la proue (pour naviguer sur une mer incertaine). Cicéron, dans *De divinatione* a exprimé un certain mépris pour la croyance vulgaire dans les « sorts » tirés par des mains d'enfants dans le sanctuaire initial de Fortuna à Preneste. « *Quel magistrat ou homme un peu en vue a recours aux sorts ?* (…) *Laissons là ce type de divination.* »

Une vingtaine de siècles plus tard, un autre sceptique, Michel Audiard, choisissait pour sa part de régler leur compte aux audacieux, en proposant sa propre version du dicton : « *Les cons, ça ose tout, c'est même à ça qu'on les reconnaît.* » Au regard de l'actualité, on comprend ce qu'il voulait dire. ● SOPHIE GHERARDI

© CSA Images/Getty Images

SCIENCES HUMAINES
Faisons connaissance

Voyage au cœur de la protection de l'enfance.



Éditions Sciences Humaines
COLLECTION PBSH
ISBN : 978-2-36106-974-2
144 PAGES - 8,50 €
EN LIBRAIRIE
OU EN SCANNANT CE QRCODE

TOUTES NOS PUBLICATIONS SUR NOTRE SITE
SCIENCESHUMAINES.COM/EDITIONS


CPAC

COMMENT LA CONTRE-CULTURE est passée à droite

Jadis porté par les hippies et la jeunesse étudiante d'extrême gauche, l'esprit de rébellion semble aujourd'hui l'apanage d'histrions nationalistes, qui manient davantage la tronçonneuse que la guitare et les fleurs. Comment en est-on arrivé là ? SAMUEL LACROIX

« *Il est interdit d'interdire.* » Le slogan de mai 68 est celui d'une époque où la jeunesse contestataire portait des valeurs de gauche. En ces temps, les hippies américains s'opposaient à la guerre du Vietnam et embrassaient, comme les étudiants français insurrectionnels, l'anarchisme ou le socialisme. Tous écoutaient du rock, refaisaient le monde en échafaudant des perspectives de grand soir ou de contre-sociétés. Bientôt, le mouvement punk, né dans le contexte des chocs pétroliers des années 1970 et empreint d'un certain nihilisme, allait témoigner d'une désillusion quant à ces doux rêves, mais continuait d'irriguer une culture juvénile empreinte de progressisme et de codes révolutionnaires.

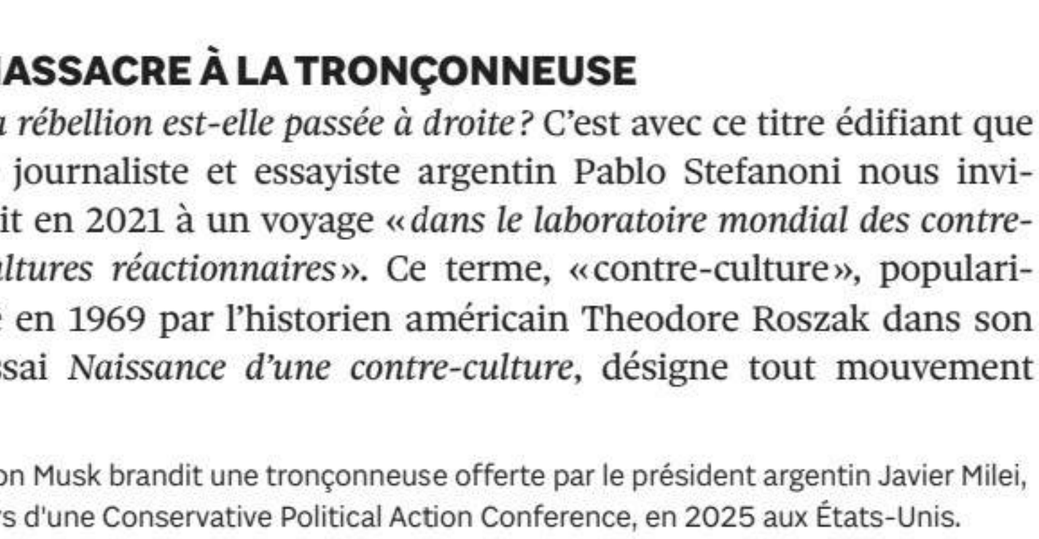
Aujourd'hui, qui sont les punks ? Qui est le plus enclin à proclamer qu'il est interdit d'interdire ? À bien des égards, ce sont ceux qui, comme Javier Milei et ses amis Donald Trump, Elon Musk, ou Giorgia Meloni, manient la tronçonneuse. C'est cette droite excentrique et chaotique, pétrie de culture Internet, qui paraît endosser ce rôle rebelle, face à une gauche semblant passée du côté du *statu quo* et de l'observance des règles de bienséance élémentaire.

MASSACRE À LA TRONÇONNEUSE

La rébellion est-elle passée à droite ? C'est avec ce titre édifiant que le journaliste et essayiste argentin Pablo Stefanoni nous invitait en 2021 à un voyage « *dans le laboratoire mondial des contre-cultures réactionnaires* ». Ce terme, « contre-culture », popularisé en 1969 par l'historien américain Theodore Roszak dans son essai *Naissance d'une contre-culture*, désigne tout mouvement contestataire avec une symbolique et des références appelant à l'instauration d'une ou de plusieurs contre-sociétés.

Partout dans le monde, de nouvelles droites sont à l'offensive et engrangent des points auprès de l'opinion publique, remarque Pablo Stefanoni. Elles s'appuient sur des stratégies et tactiques inédites d'hybridations avec des éléments historiquement très éloignés d'elles, si ce n'est contradictoires : mouvement LGBTQIA+, féminisme, écologie, libertarianisme, techno-optimisme… Autant de mouvements et d'idéologies marquées du sceau du progressisme que les droites mondiales auraient réinvestis. En Argentine, Javier Milei se fait le champion de l'anarcho-capitalisme et entend dynamiter l'État central. Aux États-Unis, Elon Musk est façonné par des rêves transhumanistes et des voyages sur Mars. Aux Pays-Bas, Geert Wilders prétend offrir aux homosexuels et aux femmes occidentales une protection contre des immigrés musulmans, jugés essentiellement sexistes et homophobes – un discours également adopté par Marine Le Pen en France.

Derrière ces bricolages, tous partagent une détestation de la gauche, du « wokisme » et du « politiquement correct », qui seraient la marque d'élites tenant d'une sorte de dictature progressiste. Celle-ci serait perceptible, entre autres, dans leur amour de la *cancel culture* ou la mise en avant de la thématique de la « diversité » par de grandes firmes, dont Netflix et Disney, accusées de promouvoir le plus de « minorités » ethniques et sexuelles possibles dans leurs programmes. Face à cette élite vectrice d'une nouvelle inquisition appuyée sur la « déconstruction » tous azimuts, corrigeant à l'envi les gens ordinaires sur leur langage, leurs pensées impures et leurs « microagressions » (utiliser les mauvais pronoms pour désigner une personne transgenre, demander à une personne noire son origine…), les



© Valerie Plesch for The Washington Post via Getty Images

Elon Musk brandit une tronçonneuse offerte par le président argentin Javier Milei, lors d'une Conservative Political Action Conference, en 2025 aux États-Unis.

nouvelles droites se posent en garantes de la liberté d'expression et de conscience.

« *Défiant la correction politique et la "police de la pensée", la droite entend révolutionner l'ordre établi, tandis que la gauche, elle, ne se soucie que de préserver les privilèges existants. D'où son recours à la novlangue et à l'interdiction d'utiliser certains termes tabous afin d'empêcher la vérité de faire surface* », résume Pablo Stefanoni pour expliquer comment la dissidence change aujourd'hui de camp.

D'après les philosophes canadiens Joseph Heath et Andrew Potter, toute contre-culture a pour caractéristique principale « *de présenter la violation des règles comme un acte d'émancipation* » (*Révolte consommée. Le mythe de la contre-culture*, 2005). Dans cet essai, ils dressent un bilan sévère de la contre-culture de gauche de la seconde moitié du 20e siècle qui, selon eux, loin de subvertir le système capitaliste, lui a redonné de la vigueur à travers l'exaltation d'un consumérisme rebelle. Dans une préface à la nouvelle édition française publiée en 2019, les deux philosophes, rappelant que « *la rébellion contre-culturelle n'est pas consubstantielle à la gauche* », soulignaient que « *l'évolution la plus inattendue est sans conteste la montée de l'*alt-right*, ou droite alternative, qu'on peut qualifier à juste titre de mouvement contre-culturel* ». Ceci, précisaient encore Joseph Heath et Andrew Potter, dans un contexte général où « *l'impulsion contre-culturelle fondamentale, ainsi que les énergies politiques et révolutionnaires qui l'accompagnent, se sont presque entièrement déplacées de la rue vers les réseaux sociaux* ».

C'est en ligne que les nouvelles droites tissent leur toile, faisant sortir de l'ombre une stratégie contre-culturelle assumée.

FASCISME 2.0

Les technologies numériques ont sans nul doute donné une visibilité et un poids inégalables à la contre-culture de droite, sans lesquelles elle serait peut-être restée méconnue. Car c'est bien un passage rapide de la marginalité à la viralité – parfois jusqu'au triomphe – qui s'observe ces dernières années. Le cas le plus emblématique est sans doute ce qu'on appelle « Trump II », avec l'irruption de ces personnalités néoréactionnaires, comme l'informaticien et blogueur américain Curtis Yarvin ou le philosophe britannique Nick Land, qui, après Steve Bannon en 2016, ont armé idéologiquement Donald Trump et J.D. Vance, leur fournissant un imaginaire technofuturiste et élitiste qu'ils avaient eux-mêmes élaboré dans des échanges sur divers blogs et plateformes numériques. Dans *Les Lumières sombres. Comprendre la pensée néoréactionnaire* (Gallimard, 2026), le politiste Arnaud Miranda rappelle ainsi que « *le mouvement des Lumières sombres ou de la néoréaction est avant tout une contre-culture numérique* ». Toutes ces éminences grises sont moins issues de l'université que d'Internet et revendiquent d'ailleurs explicitement l'usage de cet outil à des fins de militantisme. Il s'inscrit dans le recours à un humour et des codes spécifiques, marqué en particulier par l'utilisation de mèmes, ces images, vidéos ou textes récurrents.

Aux États-Unis, ce sont les plateformes 4chan ou 8chan, sur lesquelles se retrouvent les « Anon » (pour anonymes), qui ont vu émerger une véritable contre-culture de droite, avec ses références comme Pepe the Frog, grenouille érigée en symbole raciste, ou le motif de la *redpill*, la pilule rouge de *Matrix*, dont la prise est censée révéler la vérité cachée sur le politiquement correct au pouvoir. Comme beaucoup de commentateurs, Pablo Stefanoni insiste sur le rôle prédominant de ces outils dans le succès actuel des nouvelles droites, citant un extrait édifiant du manifeste de Brenton Tarrant, le terroriste suprémaciste australien auteur de la tuerie de 2019 des mosquées de Christchurch, en Nouvelle-Zélande : « *Les mèmes en ont plus fait pour le mouvement ethnonationaliste que tous les manifestes.* » Dans *Le pouvoir des geeks. Comment la contre-culture est devenue une arme politique* (Arènes, 2026), le journaliste du *Monde* Damien Leloup insiste aussi sur la reprise à leur compte par les dissidents de droite, dans la lignée de Steve Bannon, de grandes œuvres de culture populaire, dont *Le Joker*, *Star Wars*, ou encore *Le Seigneur des anneaux*, dont Elon Musk et Giorgia Meloni sont particulièrement fans.

Avant les victoires politiques, c'est bien en ligne que les nouvelles droites tissent leur toile, faisant sortir de l'ombre une stratégie contre-culturelle assumée, en construction et reconstruction constante. En 2011, au moment où le militant identitaire niçois Philippe Vardon faisait paraître *Éléments pour une contre-culture identitaire* (Idées), le néonazi Alain Soral lançait une maison d'édition et une librairie en ligne au nom instructif : Kontre Kulture. Depuis, des « influenceurs identitaires », comme Estelle Redpill ou Thaïs d'Escufon, des chaînes YouTube ou des podcasts nationalistes, comme ceux de Papacito ou du Raptor dissident, ont rendu, de concert avec les masculinistes américains (les frères Tate, Nick Fuentes…), de plus en plus visibles des thèmes comme la « remigration » ou le « grand remplacement » auprès des jeunes puis du grand public. À grand renfort de mèmes, d'humour trollesque et de clins d'œil pop-culturels, ils ont fait exploser le champ du dicible, la fameuse fenêtre d'Overton.

« GRAMSCISME DE DROITE »

Historiquement, l'expression « nouvelle droite » fait aussi référence à un courant de pensée né en France à la fin des années 1960, qui entendait clairement élaborer une contre-culture de droite. Si celle-ci ne déferle que depuis quelques années au grand jour, elle a donc été appelée de ses vœux, nourrie et pensée durant des décennies. Le grand théoricien de la Nouvelle Droite est Alain de Benoist, un philosophe atypique qui a beaucoup compté dans

UN ESSOR EN 3 TEMPS

Les années 1960
La dissidence d'extrême droite

La contre-culture apparaît dans les années 1960 avec les contestations contre la guerre du Vietnam et le mouvement hippie. En Europe, ce sont alors les révoltes étudiantes qui infusent une atmosphère de dissidence progressiste. En réaction, les droites se montrent offensives sur le plan intellectuel, organisant des cercles de réflexion, comme le Groupement de recherches et d'études pour la civilisation européenne (Grece) d'Alain de Benoist. Ils renouvellent les idées de droite en promouvant une nouvelle idéologie identitaire, influençant certains cadres du Front national, comme Jean-Yves Le Gallou ou Bruno Mégret. Sur le plan de l'action, les choses se jouent du côté des nationalistes-révolutionnaires du Groupe union défense (Gud), lui aussi apparu en 1968, et des diverses mouvances hooligans et skinheads européennes, mais aussi dans les initiatives des néofascistes italiens du Mouvement social et de CasaPound, comme les « camps de hobbits » inspirés du *Seigneur des anneaux*.



© Jerome CHATIN/Gamma-Rapho via Getty Images

Militants du GUD à l'université d'Assas, Paris, 1981.

Les années 2000
Le discours identitaire

Après les hippies et les punks, les altermondialistes incarnent un des derniers avatars d'une contre-culture de gauche, axée sur l'écologie et l'anticonsumérisme, avec des figures comme Naomi Klein et des structures comme Attac. Après les manifestations massives du sommet du G8 à Gênes en juillet 2001, marquées par la mort d'un participant, la contre-culture de gauche laisse le champ libre à un discours droitier et identitaire. De plus en plus dynamique après les attentats du 11 septembre 2001, cette vision s'appuie notamment sur la rhétorique de Samuel Huntington (*ci-contre*) dans *Le choc des civilisations* (1996). Sur Internet, l'informaticien Curtis Yarvin, *alias* Mencius Moldbug, un des chantres des Lumières sombres, commence à écrire ses premiers billets de blog autour de 2007.



© Peter Lauth/World Economic Forum/Wikipedia

Les années 2020
L'âge de la fachosphère

Outre les « fémonationalistes » du collectif Némésis, un groupuscule identitaire anti-immigration de militantes se revendiquant féministes, on parle désormais d'« écofascistes » ou, à l'instar de Renaud Camus, figure de la cause homosexuelle des années 1970, d'« homonationalistes ». La décennie voit ce genre d'hybridations se multiplier, témoignage de droites en pleines recompositions. Elles bénéficient d'une large tribune sur Internet et les réseaux sociaux, qu'exploitent un certain nombre d'influenceurs produisant vidéos et podcasts visant à « cooliser » l'ultraconservatisme. En Argentine et aux États-Unis, c'est l'alliance des réactionnaires et des libertariens qui impulse une toute nouvelle dynamique portée par les administrations Milei et Trump, influencées par les Lumières sombres, radicalement antidémocrates et pétries d'imaginaires technofuturistes.



© Frederic VIELCANET/Gamma-Rapho via Getty Images

Alice Cordier (à droite), cofondatrice de Némesis, lors d'une manifestation à Paris, 2026.

QUATRE PENSEURS EMBLÉMATIQUES

Théories scientifiques ou délires idéologiques ?

JULIUS EVOLA (1898-1974)
LE PATRIARCHE OCCULTISTE

Ancien artiste dadaïste, ce philosophe italien est une référence majeure de l'extrême droite européenne d'après-guerre. En dépit de son fascisme, il a pu s'attirer l'intérêt des hippies et des partisans du New Age pour ses écrits sur le tantrisme et la « magie sexuelle ». Adepte d'un néopaganisme romain, Julius Evola a construit sa pensée en rupture avec la tradition chrétienne et le monde moderne. Réactionnaire radical, il a donné naissance au courant « traditionaliste-révolutionnaire », qu'il déploie notamment dans ses livres *Orientations* (1950) ou *Chevaucher le tigre* (1961).

ALAIN DE BENOIST (NÉ EN 1943)
LE THÉORICIEN AUSTÈRE

Philosophe français, il est connu comme la figure de proue de la Nouvelle Droite, courant de pensée néopaïen et ethnodifférentialiste, qui a donné naissance à l'idéologie identitaire. Auteur prolifique et lecteur acharné, Alain de Benoist n'hésite pas à puiser dans la pensée de gauche – notamment celle d'Antonio Gramsci – pour nourrir sa propre théorie. Malgré des premiers livres peu équivoques, comme *Le courage est leur patrie* (1963), apologie de l'Organisation armée secrète (OAS) , il faut relever qu'il a pris position pour le candidat des Verts, Antoine Waechter, aux élections de 1988, et Jean-Luc Mélenchon à celles de 2017, tout en soutenant Génération identitaire.

STEVE BANNON (NÉ EN 1953)
LE SUPRÉMACISTE POPULISTE

Cofondateur, en 2007, de *Breitbart News*, plateforme de l'*alt-right* américaine, cet idéologue suprémaciste s'est fait connaître comme directeur de campagne de Donald Trump en 2016. Il a lancé, en 2018 à Bruxelles, le Mouvement, une fondation destinée à fédérer les extrêmes droites européennes. Son slogan – « *la politique vient en aval de la culture* » – résonne fortement avec les thèses de la Nouvelle Droite. Steve Bannon a du reste contribué à la mobilisation des amateurs de jeux vidéo et des adeptes de la plateforme 4chan, dont il a vite saisi le potentiel politique. Comme Elon Musk, il s'est récemment illustré par un salut nazi après la réélection de Donald Trump.

CURTIS YARVIN (NÉ EN 1973)
LE GEEK EUGÉNISTE

Informaticien et blogueur américain, proche du milliardaire Peter Thiel, il est considéré comme le gourou des néoréactionnaires ayant permis la réélection de Donald Trump en 2024. Obsédé par la science-fiction, *Matrix* et *Star Wars*, Curtis Yarvin n'est, contrairement à Steve Bannon, pas populiste mais foncièrement élitiste. Il souhaite mettre fin à la démocratie, jugée inefficace et entravant le déploiement du technocapitalisme, au profit de l'instauration d'un « *PDG-roi* ».



Steve Bannon, à sa sortie du tribunal fédéral de Manhattan, New York en août 2020.

© Pablo Monsalve/VIEWpress via Getty Images

la vie intellectuelle et politique française sans être toujours très connu. Il est un des cofondateurs du Groupement de recherche et d'études pour la civilisation européenne (Grece), le *think tank* d'une droite en pleine crise de légitimité dans des années 1960. Le projet du Grece, né juste avant mai-68, était de privilégier le combat d'idées plutôt que l'action violente. Alain de Benoist s'y attèle dans ses centaines de livres et d'articles. Il cherche à décloisonner des idées de droite (nationalisme, rejet de l'immigration et du paradigme égalitaire…), à l'époque diabolisées et ringardisées – tant par le souvenir des épisodes fascistes et nazis, que par l'internationale de la jeunesse révolutionnaire des années 1960. De plus les lois Pleven de 1972 et Gayssot de 1991 renforcent l'arsenal juridique contre les actes racistes et discriminatoires.

Le programme d'Alain de Benoist tient en une formule, qu'il expose notamment dans les colonnes du *Figaro* en 1978 : « Pour un gramscisme de droite ». L'idée principale, qu'il emprunte au philosophe marxiste antifasciste italien Antonio Gramsci, est celle de la « métapolitique » et de l'« hégémonie culturelle » : Wall Street règne de façon incomplète s'il n'a pas l'appui d'Hollywood. La classe dominante ne domine que partiellement si les intellectuels, les médias et le peuple ne partagent pas ses idées et ses valeurs. Le combat politique ne se fait pas que sur le terrain électoral, il ne suffit pas de détenir le pouvoir politique et économique. Pour que les idées de droite deviennent hégémoniques, il faut que la plupart des gens pensent et s'expriment dans un langage et à partir d'un imaginaire de droite – par exemple en parlant sans ambages de « *défense de la race européenne* ». Or, à ce moment-là, ce discours est inaudible. Il s'agit donc de recréer cet imaginaire de droite, ce qui passe notamment par quelques euphémisations. À commencer par l'abandon d'un racisme biologique au profit d'un « ethnodifférentialisme » fondé sur des bases culturelles : les autres « civilisations » ne sont pas inférieures et à éradiquer, mais les Européens, animés par une histoire et des traits communs, ont le droit de vouloir vivre séparément d'elles. C'est la naissance de l'idéologie qu'on appelle aujourd'hui « identitaire ». Elle s'appuie sur tout un ensemble de mythes et de récits fédérateurs. comme le montre l'historien Stéphane François dans *Une avant-garde d'extrême droite* (La Lanterne, 2022), elle véhicule un imaginaire néopaïen et une valorisation du Moyen Âge et de la culture viking, sorte de supplétifs à la culture aryenne promue par le nazisme.

Dans le sillage des revues lancées par Alain de Benoist (*Nouvelle École* en 1968, *Éléments* en 1973 et *Krisis* en 1988), un véritable *underground* droitier apparaît dans les années 1970, à la faveur notamment de scissions au sein du mouvement punk, en particulier de la mouvance skinhead. Des groupes estampillés RAC, pour *rock against communism*, comme Last Resort, voient le jour en même temps que des initiatives comme les « camps de hobbits » organisés par le Mouvement social italien, ancien parti néofasciste, auxquels participa Giorgia Meloni.

Cette extrême droite italienne est d'ailleurs aux premières loges des initiatives en faveur d'une *underground* droitière, avec l'emblématique CasaPound, squat néofasciste et mouvement politique et culturel né en 2003, avec ses concerts, expositions, performances artistiques (le bar La Traboule, à Lyon, fermé en 2024 par le ministère de l'Intérieur, s'en est voulu une déclinaison française)… Outre le poète moderniste apologiste du fascisme Ezra Pound, qui donne son nom au squat, ils revendiquent l'influence de Julius Evola, philosophe et ésotériste fasciste italien, dont se réclament également Alain de Benoist, Steve Bannon, ou Alexandre Douguine, cofondateur, avec Édouard Limonov, du Parti national-bolchévique russe, aujourd'hui proche de Vladimir Poutine.

On peut aussi mentionner l'apparition d'une scène *black metal* et néofolk néonazie ou néopaïenne en Scandinavie, bientôt suivie par tout l'écosystème Internet. Pour Stéphane François, tous ces mouvements marginaux, animés d'une « *volonté de subvertir les règles de la société occidentale, de transgresser certains tabous* », ont servi un même but « *métapolitique* » : « *Provoquer un certain degré de tolérance à des thèses issues de l'extrême droite.* » Aujourd'hui, alors que le débat public est saturé de motifs comme la « préférence nationale », théorisée par Jean-Yves Le Gallou, proche d'Alain de Benoist, ou du « grand remplacement », de Renaud Camus, le pari semble en passe d'être remporté.

ET DEMAIN, LE GENRE HUMAIN ?

La contre-culture de droite a-t-elle cependant complètement gagné la « bataille des idées » ? Et si oui, que va-t-elle devenir ? Certes, les droites s'avèrent plus fortes que jamais et distillent leurs obsessions par tous les canaux. Pour y arriver – en France tout du moins –, elles ont dû amender un grand nombre de choses qui les constituaient en propre, au premier rang desquelles la lutte contre l'avortement (le Rassemblement national a voté pour l'inscription dans la Constitution du droit à l'avortement en 2024). Pour illusoire qu'elle soit, leur récupération de principes comme la laïcité ou le droit des femmes et des homosexuels ne serait-elle pas le signe qu'en réalité, c'est la contre-culture de gauche qui l'a emporté en imposant une fois pour toutes ces valeurs ? Comme le rappellent le philosophe Michaël Fœssel et le sociologue Étienne Ollion dans *Une étrange victoire. L'extrême droite contre la politique* (Seuil, 2024), la contre-culture de droite a tout de même beaucoup fonctionné par euphémisation, brouillage et finalement assimilation de l'adversaire : « *Il y a chez l'extrême droite contemporaine une étrange passion pour les idées, mais ce sont celles des autres.* »

On peut toutefois nuancer ce postulat, au vu des nombreuses offensives contre les droits des minorités en provenance des États-Unis, ainsi que du retour d'initiatives franchement réactionnaires en France. Elles émanent de Vincent Bolloré et de ses relais, Cnews, Europe 1, Fayard ou de Pierre-Édouard Stérin et son projet Périclès, un *think tank* visant à assurer une victoire idéologique et politique de la droite libérale conservatrice et de l'extrême droite, dans le sillage de la Manif pour tous.

De même qu'on peut se demander ce que deviendra la culture 4chan célébrée non plus depuis les marges mais depuis le centre du pouvoir états-unien – qui ne se montre pas avare de *cancel culture* et de passion censurante. Il est possible qu'une fois hégémoniques, ces initiatives contre-culturelles droitières finissent par devenir, à leur tour ringardes. C'est le risque qui guette toute contre-culture devenue culture. Restera alors à la gauche, qui aura de nouveau le champ libre, de savoir quoi faire pour reprendre le pouvoir. Mais le saura-t-elle ? ●

L'énigme des MAINS PEINTES

Par Jean-François Dortier

La découverte sur l'île de Sulawesi (Indonésie) d'empreintes de mains vieilles d'environ 68 000 ans relance une antique énigme : pourquoi des humains, sur tous les continents, ont-ils éprouvé le besoin de peindre leurs mains sur la roche ? L'étude des pratiques aborigènes au 20e siècle fournit des indices…

En janvier 2026, un article paru dans *Nature* annonce une découverte archéologique majeure. Sur l'île des Célèbes (Sulawesi en indonésien), des chercheurs ont mis au jour des traces de mains peintes sur la paroi d'une grotte. Ces peintures sont datées d'environ 68 000 ans. Cette découverte repousse d'environ 15 000 ans les plus anciennes peintures rupestres connues jusqu'alors, situées elles aussi sur cette grande île d'Indonésie. 68 000 ans, c'est près de deux fois plus ancien que les peintures de la grotte Chauvet ! Au-delà de leur caractère émouvant, ces mains peintes posent une énigme : pourquoi des humains ont-ils voulu laisser l'empreinte de leurs mains sur les parois des grottes ?

Les mains peintes constituent, avec les animaux et les signes graphiques, un des thèmes les plus fréquents de l'art préhistorique. On les retrouve dans de nombreuses régions du monde, de l'Indonésie à l'Amazonie, en passant par l'Europe et l'Afrique. Une des plus impressionnantes est la grotte de Gargas, dans les Pyrénées, surnommée la « grotte des mains mutilées » : sur les 230 mains négatives recensées, près de la moitié présentent des doigts incomplets, comme si les mains avaient été amputées.

Un autre site spectaculaire, la Cueva de las manos située dans le sud de l'Argentine, comporte plus de 800 mains, négatives (silhouette vide d'une main entourée de couleurs) et positives (empreinte colorée de la main elle-même). Des mains peintes aux côtés d'animaux ou de figures humaines ont été trouvées aussi en Afrique du Nord (désert du Tassili) comme en Afrique australe. En Australie, haut lieu mondial de l'art rupestre, des mains sont présentes sur de nombreux sites. Les raisons pour lesquelles ces mains apparaissent sur les parois constituent une énigme particulière au sein d'une interrogation plus générale : celle de la signification de l'art rupestre. Les hypothèses se succèdent depuis un siècle : une première forme d'expression artistique précédant le dessin ? Un langage des signes ? Une façon de communiquer avec l'autre monde ?

LE LABORATOIRE ABORIGÈNE

Faute de témoignages directs, ces spéculations sont difficiles à valider. Pour connaître les motivations des artistes de la préhistoire, il faudrait remonter dans le temps et les interroger… Contre toute attente, une telle rencontre a déjà eu lieu. Rappelons d'abord le contexte. Les Européens abordent l'Australie en 1770, lors de l'expédition du capitaine Cook. Ils s'y implantent durablement au cours du 19e siècle. Les Aborigènes, eux, sont présents depuis au moins 65 000 ans. Ce qui n'empêche pas les colons de s'approprier les territoires des autochtones au nom de la doctrine juridique de la « *Terra nullius* », selon laquelle un territoire considéré comme « *sans maître* » (c'est-à-dire sans gouvernement) ou non exploité (c'est-à-dire non cultivé) devient une terre qui « *n'appartient à personne* »…

Les Aborigènes, qui prennent les armes pour résister, sont massacrés. Les maladies importées par les Blancs déciment une partie de la population. Certains autochtones sont asservis et évangélisés, embauchés dans les ranchs comme ouvriers agricoles,



Peinture rupestre d'une main en négatif. Reconstitution des parois de la grotte Cosquer, Villa Méditerranée, Marseille (2022).

© Laurent Coust/SOPA Images/LightRocket via Getty Images

Une première forme d'expression artistique précédant le dessin ? Un langage des signes ? Une façon de communiquer avec l'autre monde ?

sans aucun droit. Des enfants sont enlevés de force à leurs parents pour être élevés dans des orphelinats ou adoptés.

L'Australie est un pays-continent grand comme l'Europe. L'arrivée des fermiers, missionnaires ou prospecteurs miniers dans les régions semi-désertiques du Nord, du Centre et de l'Est se fait progressivement. Au début du 20e siècle, il reste de vastes régions où les Aborigènes vivent encore selon un mode de vie traditionnel de chasseurs-cueilleurs. De cette époque datent les premières recherches ethnographiques les concernant.

Une des plus marquantes est celle de Baldwin Spencer et Francis Gillen sur les Aborigènes Arrernte du centre de l'Australie. Baldwin Spencer (1860-1929) est un professeur de biologie de l'université de Melbourne venu mener une expédition pour connaître la faune et la flore de la région. C'est là qu'il rencontre Francis Gillen (1855-1912), responsable du bureau de poste installé à Alice Springs. Cet autodidacte se passionne pour les Aborigènes locaux. Ensemble, ils rédigent des monographies détaillées sur la vie des autochtones, qui auront un retentissement considérable en Europe. L'ethnographie des Aborigènes est lancée. D'autres ethnographes contribuent à faire découvrir ce monde. Norman Tindale (1900-1993) parcourt toute l'Australie pour établir la première carte d'implantation des tribus. Il est le premier à comprendre que les Aborigènes ne sont pas des nomades errants : chaque clan est attaché à un territoire, à ses points d'eau et à ses domaines de chasse, dont il se considère propriétaire.

Des anthropologues, comme Adolphus P. Elkin (1891-1979), Daisy Bates (1859-1951) et bien d'autres se déplacent sur le terrain pour observer des groupes vivant encore selon un mode de vie traditionnel. Ils ramènent un riche matériau ethnologique sur les mœurs, les rites, les mythes et l'art.

L'art rupestre australien commence à être étudié systématiquement à partir des années 1940. Un des pionniers est Charles Mountford (1890-1976), un ancien mécanicien passionné par la culture aborigène. Ethnologue autodidacte, il se donne pour mission de documenter cet art. En 1948, avec le soutien du *National Geographic* et du gouvernement australien, il dirige une expédition en Terre d'Arnhem, dans le nord de l'Australie,

Certaines mains sont celles de défunts, peintes dans le cadre d'une cérémonie funéraire.

pour recenser et photographier les sites d'art rupestre. À cette occasion, lui et son équipe ont l'opportunité de côtoyer et interroger quelques Aborigènes qui pratiquent encore la peinture pariétale.

Un premier constat apparaît aux observateurs : les peintures rupestres ne sont qu'une des expressions d'une activité artistique élargie, comprenant la peinture sur écorce ou la peinture corporelle. Autre fait majeur : ces peintures s'inscrivent dans le cadre de rituels – initiation des garçons, cérémonie funéraire ou rassemblements communautaires saisonniers. Les motifs peints (animaux, représentations humaines ou esprits) sont pour la plupart reliés à la mythologie du « Temps du Rêve » : le temps mythique de la création, une époque sacrée où les ancêtres totémiques ont façonné le monde – les paysages, les êtres vivants, les lois et les règles sociales –, un temps qui continue d'exister dans le présent à travers les récits, les rites, l'art et les lieux sacrés, reliant les humains, la nature et les esprits dans un même ordre cosmique.

Concernant les mains peintes, Charles Mountford décrit comment l'artiste projette, à l'aide de sa bouche, un pigment d'ocre mélangé à de la salive autour de sa main pour en laisser l'empreinte. Certaines mains situées en hauteur sont attribuées aux « esprits Mimi », des êtres graciles censés vivre dans les fissures des rochers.

L'œuvre de Charles Mountford a un grand retentissement. Elle contribue à faire connaître l'art rupestre et l'art aborigène à l'échelle internationale. Mais sa contribution suscite des controverses. Des anthropologues professionnels critiquent son manque de rigueur. Il est vrai que Mountford a tendance à ne s'intéresser qu'aux peintures les plus belles, qu'il juge dignes d'être reproduites. Une autre polémique éclate : les Aborigènes reprochent à l'ethnologue d'avoir publié des peintures destinées à rester secrètes. Un procès a même été intenté en 1978 par des représentants des Aborigènes, contraignant Mountford au retrait de la publication de son dernier livre. Par la suite, ses carnets de recherche ne sont restés consultables par les chercheurs que sous des conditions strictes.

Il faut attendre les années 1970 pour que l'étude des peintures rupestres connaisse son véritable essor. Le contexte a alors changé. Dans ces années-là, à la suite de leurs revendications, le gouvernement australien accepte de restituer certaines terres aux Aborigènes. Ainsi, L'*Aboriginal Land Rights (Northern Territory) Act*, adopté en 1976, permet aux Aborigènes du Territoire du Nord de revendiquer légalement des terres s'ils prouvent un lien traditionnel continu. Cette loi sera étendue à tout le territoire au début des années 1990 (*Native Title Act*, 1993).

Pour obtenir une restitution de terre, les Aborigènes doivent prouver aux autorités (en lien avec les anthropologues) le lien qui unit un groupe et un territoire donné. Cela peut se faire en montrant que les lois coutumières du groupe ont été transmises de génération en génération. Cette transmission doit être passée par les « anciens » (*elders*), avec des légendes précises reliées à des lieux (une colline, un point d'eau, une piste, une roche) ainsi que les fameux « chants des pistes » (*songlines*) que chaque groupe utilise pour décrire ses trajets sur un territoire donné.

La revendication des terres conduit les Aborigènes à révéler certains secrets, notamment dévoiler la signification des motifs peints sur les parois de telle ou telle région pour attester de leur lien avec la terre. Si des aînés d'un clan savent expliquer le sens des peintures, cela prouve qu'ils sont les gardiens traditionnels des lieux. Leur savoir vaut titre de propriété.

C'est dans ce contexte que les recherches sur l'art rupestre vont se réinventer : la « *two-way science* » repose sur une collaboration étroite entre chercheurs et Aborigènes. Ces derniers ne sont plus des informateurs, mais des partenaires de recherche. Ainsi, l'archéologue australienne June Ross a pu analyser les peintures de la grotte de Walinynga (Cave Hill), un des plus importants sites de peinture rupestre d'Australie, en compagnie d'un guide, « propriétaire traditionnel du site ». Grâce à lui, elle a pu comprendre le sens de centaines de figures en couches superposées. Les groupes de « *kuri kuri* » (cercles concentriques), dont certains sont reliés par une série de lignes parallèles, sont les plus anciens.

L'archéologue parvient à distinguer des signes qui s'avèrent des empreintes de pattes d'oiseaux, de lézards, de pumas, ou des figures courbes comme des traces de serpents. Ce genre de motifs se retrouve dans d'autres sites du désert. Ce qui est unique ici, ce sont toutefois les figures humaines dites Walinynga aux formes typiques : tête ronde surmontée d'un *nyuti* (coiffe rituelle), les yeux représentés par des points et le nez par une ligne droite, mais sans bouche.

La chercheuse repère les changements de style et les compare avec les photographies que Norman Tindale et Charles Mountford ont prises dans les années 1940. Elle note des ajouts récents, dont de grands cercles blancs concentriques, typiques de tout l'art pariétal archaïque des zones désertiques, et dont certains remontent à une date très récente : 1974 !

QUELLES LEÇONS RETENIR ?

De ces recherches sur les mains peintes, il est possible de tirer quelques leçons générales. Tout d'abord, si les plus anciennes remontent à très loin dans le passé (68 000 ans en Indonésie), il est faux de croire que cette pratique se serait éteinte il y a 5 000 ans avec l'avènement de l'écriture. Jusqu'au milieu du 20e siècle, des Aborigènes ont continué à pratiquer un art rupestre et à laisser l'empreinte de leurs mains sur les parois. En Australie, les peintures sont liées à la mythologie du Rêve dont les aînés d'un groupe (les hommes d'âge mûr) sont les dépositaires. Peindre sur les parois et dans les grottes est une marque d'appartenance à un territoire légué par les ancêtres. Les parois rocheuses et les grottes peintes sont des lieux sacrés.

On a longtemps admis comme une évidence que les mains étaient celles de ceux qui les peignaient. Ce n'est pas toujours le cas : si ce sont exclusivement des hommes – les aînés d'un clan – qui peignent sur les parois, les mains reproduites ne sont pas toujours les leurs. Certaines sont attribuées aux êtres invisibles qui hantent les rochers. D'autres sont les mains des défunts, réalisées dans le cadre d'une cérémonie funéraire. L'artiste peint sa propre main, mais comme s'il s'agissait d'une signature par procuration. Le but est d'indiquer que le défunt a vécu sur ce territoire. La présence de mains d'enfants est aussi clairement attestée. Charles Mountford l'avait déjà noté et le témoignage de Josie le confirme (*lire encadré ci-contre*). Les enfants étaient aussi actifs dans la préparation des pigments. La participation des femmes est plus controversée. Nulle part en Australie, il n'est fait mention de femmes ayant réalisé elles-mêmes des peintures rupestres. Cela ne veut pas dire qu'elles ne peignent pas et ne détiennent pas des savoirs sacrés. Au contraire, les femmes se montrent très actives dans la réalisation des peintures sur écorce, sur le sol ou sur la peau **(1)**. En fait, il y a clairement une répartition des rôles entre hommes et femmes dans les productions picturales, les rites et les récits associés.

En Australie, les auteurs de peintures rupestres ne sont pas des chamanes. Certes, certains guérisseurs (*medicine men*) sont les auteurs de certaines peintures, mais l'essentiel des peintures est réalisé par tout homme du clan ayant franchi les étapes de l'initiation et qui connaît, à ce titre, les récits sacrés de son groupe.

Pourquoi ? Pour la chercheuse Sally K. May, les mains de la terre d'Arnhem s'inscrivent clairement dans le cadre d'une appropriation de territoire. Peindre sa main ou celle des membres de son clan sur la paroi revient à apposer sa signature sur un titre de propriété ; c'est affirmer que cette terre appartient au clan. C'est une façon de dire : « *Nous y avons vécu et y avons laissé nos traces.* » Cette trace est d'autant plus importante que le territoire était contesté par l'arrivée des colons ou d'autres clans déplacés.

Concernant les mains dites « mutilées » (auxquelles il manque des doigts), le chercheur australien Grahame L. Walsh (1944-2007) a recueilli des témoignages d'Aborigènes indiquant que les phalanges absentes sont en fait des doigts repliés : code utilisé par les chasseurs pour désigner les animaux. Cette hypothèse reste controversée et sans doute pas généralisable : dans l'ensemble des sites mondiaux qui présentent des mains, seules vingt sont incomplètes **(2)**. Un programme pluridisciplinaire en cours de l'Agence française de la recherche, « Mind2wall », tente actuellement de valider l'hypothèse selon laquelle les mains incomplètes seraient l'équivalent d'une « langue des signes ».

L'art rupestre australien offre donc un témoignage unique pour comprendre la signification de l'art rupestre. La collaboration entre les chercheurs et les Aborigènes informés a permis de révéler certains de ses secrets et de lever le voile sur une partie de l'énigme des mains. Il faut être prudent avant de transposer l'exemple australien aux autres régions du monde. Mais inversement, il serait absurde de se priver de ce témoignage exceptionnel d'une pratique encore vivante au 20e siècle. ●

(1) Lire Arnaud Morvan, Barbara Glowczewski et Françoise Dussart, *Kunga, les femmes de Loi du désert*, Skira, 2012.

(2) Jean-Loïc Le Quellec, *La caverne originelle. Art, mythes et premières humanités*, La Découverte, 2022.

TÉMOIGNAGE

Josie et ses ancêtres

Dans les années 1960, l'anthropologue d'origine tchèque George Chaloupka (1932-2011) a étudié les peintures rupestres de la terre d'Arnhem cherchant notamment à établir une chronologie des styles successifs. Pour comprendre la signification de certaines peintures, l'archéologue a également travaillé en étroite collaboration avec des Aborigènes. Parmi ses informateurs, Nym Djimongurr, auteur de plusieurs peintures de poissons et de tortues sur le site de Nanguluwurr. Or, sur une photographie de l'époque, on voit Nym (aujourd'hui décédé) poser en compagnie d'une enfant en robe bleue : il s'agit de sa fille Josie.

En 2018, la chercheuse Sally K. May a retrouvé les traces de Josie. Née en 1952, elle avait 12 ans à l'époque. Ensemble, elles sont retournées sur les lieux. Josie se souvient précisément des conditions dans lesquelles certaines peintures ont été réalisées par son père. Les pigments étaient élaborés à partir d'orchidées mélangées à de l'ocre et transportés dans des boîtes à tabac. Pour les peintures situées en hauteur, les deux artistes travaillaient de concert, l'un tenant une échelle sommaire (une grande branche posée sur la paroi) pendant que l'autre peignait. Josie connaissait la signification de certains motifs, dont celui de Namarrkon (« l'homme éclair »), maître des orages et gardien de la loi. Les poissons peints en style « rayon X » (organes intérieurs visibles) représentent la fertilité, la reproduction, la vie. Les figures humaines (principalement féminines) sont des références explicites à la menstruation, la grossesse et la lactation. Le père a peint également les mains de sa fille à deux reprises sur la paroi. Ces empreintes ont été retrouvées.

Les travaux de Sally K. May apportent un éclairage nouveau sur les mains peintes. Les mains ornées de motifs géométriques complexes et entourées de cercles ne sont pas des imitations de gants européens (comme l'affirmait George Chaloupka). Ces motifs correspondent aux identités claniques de leurs auteurs.

Ces peintures s'inscrivent, comme l'avait déjà montré Charles Mountford, dans des rites et des mythes étroitement liés aux clans et à leurs territoires. Cette revendication territoriale a pris un relief particulier au moment où les colons européens pénétraient sur ces terres. Pour Sally May, ces peintures ont été un acte de résistance culturelle, affirmant « *notre loi est toujours là, nos ancêtres sont toujours là, nous sommes toujours là* ». ● J.-F.D.



© Nishant Choksi

DOSSIER

Comment lutter contre nos démons intérieurs ?

On les appelle nos démons, nos failles, nos gouffres personnels… Des « enfants de la nuit » d'Hésiode jusqu'aux récits contemporains de mal-être, l'humain semble avoir toujours hébergé des forces autodestructrices. Elles peuvent avoir une incidence modérée – une procrastination chronique qui agace nos collègues – ou mortelle quand nous mettons en jeu notre vie par nos comportements autodestructeurs. Comment expliquer qu'on puisse être l'artisan de son propre malheur ? Faut-il tuer nos démons, ou plutôt les apprivoiser ? Et comment basculer du côté solaire de la vie ? •

DOSSIER COORDONNÉ PAR HÉLOÏSE LHÉRÉTÉ

DOSSIER

Comment lutter contre nos démons intérieurs ?

P. 42 Au commencement était le Chaos
P. 46 Brève histoire de nos démons intérieurs
P. 48 Se faire mal pour tenir
P. 52 « Et cette machine dans ma tête… »
P. 55 Reculer pour mieux stresser
P. 58 L'art de se tirer une balle dans le pied
P. 62 La tyrannie de l'ange intérieur
P. 66 « L'écriture permet de conjurer ses démons intérieurs »

Au commencement était le Chaos

Dans la cosmogonie grecque, le Chaos donne naissance à un cortège de puissances troubles. Cet imaginaire a cheminé jusqu'à nous. Il en reste l'idée que l'âme humaine doit composer avec des forces obscures, créatrices et autodestructrices. HÉLOÏSE LHÉRÉTÉ

« *Au tout début, ce qui exista en premier, ce fut la Béance* », écrit l'historien Jean-Pierre Vernant. Ainsi les anciens Grecs se figuraient-ils l'origine du monde : un vide aveugle et sans fond, espace de vertige et de chute. Non un simple désordre, mais un gouffre, une gueule, grouillant de forces paradoxales, à la fois mortifères et créatrices. C'est de cette béance obscure que surgit le monde. D'abord Gaïa (la Terre) et Éros (l'Amour), puis la Nuit, la Lumière et l'Éther, toute la généalogie des dieux et des monstres, enfin les humains et les bêtes. Avant même que la Terre et le ciel offrent aux vivants un plancher et un plafond, insiste Vernant, le Chaos est là, fondamental. Il en restera toujours quelque chose, dans la marche de l'univers comme dans les tréfonds de l'âme humaine.

Chez les Grecs, une autre image rend compte de l'idée qu'il existerait, au fond de chacun de nous, une altérité trouble : le *daimôn*. Cette figure traduit en termes psychologiques ce que la cosmogonie avait figuré sous le nom de Chaos. Le *daimôn* n'est pas encore le démon des chrétiens, adversaire identifiable qu'on peut combattre ou exorciser. C'est une puissance ambiguë, intermédiaire entre les dieux et les humains, qui nous influence à notre insu. Elle s'immisce dans l'âme jusqu'à s'en rendre indistincte. Socrate l'évoque comme une voix intérieure, plutôt bienveillante, qui l'avertit et l'oriente. Mais le *daimôn* peut présenter une face sombre. Comme les monstres hybrides de l'Odyssée, il entraîne vers des excès destructeurs : la folie, la violence, l'ivresse, le suicide, l'oubli de soi.

FAILLE EXISTENTIELLE

Chaos et *daimôn* témoignent d'une prescience très ancienne : nous ne sommes jamais tout à fait maîtres de nous-mêmes. En chaque être humain s'inscrit une faille existentielle, où passent des forces obscures. « *Nous appelons démon l'inquiétude primordiale et inhérente à tout homme qui le fait sortir de lui-même et se jeter dans l'infini, dans l'élémentaire, comme si la nature avait laissé au fond de nos âmes un peu de son ancien chaos* », écrit Stefan Zweig dans *Le combat avec le démon* (1925). Toutes les langues européennes drainent cet imaginaire. De la Méditerranée à l'Oural, on parle de « gouffres personnels » et de « démons intérieurs » pour désigner des angoisses et comportements autodestructeurs, tels que les addictions, l'autodénigrement, les conduites à risques, etc., toutes ces attitudes par lesquelles nous nous nuisons à nous-mêmes, tout en le sachant confusément.

D'intensité et de dangerosité variées, ces comportements défient simultanément notre volonté et notre rationalité. Ils renvoient souvent à un monde obscur et nébuleux, traversé d'ambivalences. Le plaisir y tutoie la souffrance, et l'amour-propre la haine de soi. L'alcoolique tire jouissance de l'ivresse qui le tue, comme l'anorexique aime effleurer de ses doigts son épaule décharnée.

La métaphore des « démons intérieurs » dit encore autre chose : dans nos sociétés modernes et sécularisées, le mal ne vient plus de l'extérieur, comme le *daimôn* visitait ses cibles. Il prend racine au cœur de soi. C'est le sujet lui-même qui génère, dans les cavités de son intériorité, ses propres démons. « *Les dieux sont devenus des maladies* », écrira Carl Jung dans *Commentaire sur le Mystère de la Fleur d'or* (1929, rééd. Albin Michel, 1979). Le tournant remonte au 19e siècle. Des philosophes et philologues, comme Friedrich Nietzsche ou Sören Kierkegaard, redécouvrent la mythologie grecque, dans laquelle ils puisent un réservoir de figures pour penser l'esprit humain. Le *daimôn* grec est une image fertile : il peut être interprété comme une force puissante, ni tout à fait consciente ni tout à fait inconsciente, susceptible d'entraîner l'individu vers le meilleur (l'impulsion créatrice) comme le pire (la violence destructrice).

REGARDER L'OMBRE EN FACE

La littérature arpente ce territoire avec un temps d'avance sur les sciences humaines. En 1846, Fiodor Dostoïevski publie *Le Double*. Un fonctionnaire médiocre voit surgir son sosie, plus habile et audacieux, qui prend progressivement sa place dans le monde. Le récit décrit une expérience de dépossession. Le double est la partie reniée de soi, qui finit par se venger et prendre le dessus. L'année suivante, Charles Baudelaire écrit un de ses plus beaux poèmes, « La cloche fêlée ». Il représente l'individu mélancolique comme



© Jef Bourgeau

un sujet « fêlé », coupé en deux, qui ne reconnaît ni ne maîtrise sa propre voix. En 1871, Arthur Rimbaud formule une des intuitions les plus foudroyantes de la modernité littéraire : « *Je est un autre.* » Le sujet n'est plus seulement scindé ; il se trouve délogé et étranger à lui-même. Enfin, Robert Louis Stevenson pousse cette thèse à son paroxysme avec *L'Étrange Cas du Dr Jekyll et M. Hyde* (1986). Un respectable médecin libère le monstre qui sommeille en lui, incarnation de ses pulsions meurtrières. Chacun de ces auteurs dépeint une subjectivité fissurée, habitée, inquiétante.

La psychanalyse donne une assise scientifique à cette représentation. Sigmund Freud entend mettre méthodiquement au jour des lois de l'inconscient. Comme le Chaos du mythe grec, auquel il se réfère, cet inconscient est pour lui un univers fragmenté et dynamique. Les forces refoulées fermentent et reviennent par des chemins détournés, comme le lapsus, le rêve, ou le symptôme. Du refoulement naissent nos propres ennemis : la « compulsion de répétition » – qui pousse à répéter sans cesse les mêmes schémas douloureux ou destructeurs –, ou la « névrose d'échec » – par laquelle certains individus se sabordent précisément au moment où le succès se trouve à portée de main.

Son héritier Carl Jung conserve l'hypothèse d'un inconscient, mais il en propose une lecture différente, à partir des notions de « *persona* » et d'« ombre ». Il nomme « *persona* » notre masque social, tel qu'il est façonné par nos rôles sociaux. L'« ombre » renvoie à la partie cachée de notre personnalité, « *la personnification de tout ce que le sujet refuse de reconnaître et d'admettre en lui* » : nos désirs inavouables et notre violence enfouie (l'ombre noire), mais aussi nos belles potentialités laissées en jachère (l'ombre

Les enfants de la nuit

Dans la mythologie grecque, la Nuit donne naissance à une inquiétante progéniture : des forces sombres, qui ont des airs de famille avec nos démons intérieurs contemporains.

– Moros : du défaitisme à la résignation

Selon Hésiode, la Nuit enfante seule, sans père. Son premier enfant est Moros, qu'on traduit généralement par « le Sort » ou « le Destin fatal ». Ce que les Grecs personnifiaient sous ce nom évoque ce que le psychologue Martin Seligman appelle la « résignation apprise » : la conviction intime, forgée par des expériences répétées d'échec ou d'impuissance, que « c'est écrit », que l'échec à venir est prévisible. L'autosabotage qui en résulte n'est pas de la paresse ; il obéit à une forme de cohérence. Si tout est joué d'avance, pourquoi faire des efforts ?

– Ker : la pulsion d'autodestruction

Ker apparaît immédiatement après Moros. Au pluriel, les *Kères* sont les démons de la mort violente, qui fondent sur les blessés dans les batailles.
Ker est souvent associée à la couleur noire dans les mythes grecs, rappel de son lien consubstantiel à la nuit. Elle évoque les comportements autodestructeurs et l'attraction vers l'abîme, qu'on retrouve dans les toxicomanies, les addictions ou les conduites suicidaires.

– Hypnos et les Oneiroi : les fantasmes à la place du réel

La Nuit enfante ensuite Thanatos, Hypnos, Oneiroi : la Mort, le Sommeil et les Songes. Le Sommeil et les Rêves viennent avec la Mort, comme s'ils étaient des formes adoucies de ce que la mort accomplit définitivement. Cette triade évoque tous les fantasmes où nous nous complaisons pour éviter la confrontation au réel. La procrastination, par exemple, est remplie de songes…

– Momos et le dénigrement stérile

Leur frère Momos est le Blâme personnifié. Cet enfant restera toujours stérile. Sa seule fonction est de critiquer en permanence, de détruire par le commentaire. Il s'en prend en priorité à ce qui vient d'être fait, jamais à ce qui reste à faire. C'est la logique du perfectionnisme et de l'autodénigrement. Une voix critique s'élève pour dénigrer le travail accompli : ce n'est jamais assez bien.

– Oizys, la reine des ruminations

Née avec Momos, Oizys est souvent qualifiée de *algeinê* (« douloureuse »). Elle est la Misère au sens le plus intérieur du terme. C'est une forme de tristesse diffuse, qui évoque ce que les thérapies cognitives appellent la « rumination dépressive » : une activité mentale qui tourne en boucle, comme pour maintenir une vigilance douloureuse sur des menaces indéfinies. Elle est fille de Nuit parce que les ruminations prospèrent quand le jour se couche, dans la solitude et l'obscurité. ● H.L.

À LIRE

• Hésiode, *Théogonie*, trad. Paul Mazon, Les Belles Lettres, 1977.



© Tali Randall

L'étoile qui danse ne naît pas *malgré* le chaos intérieur, mais *depuis* lui.

blanche). Regarder son ombre en face permet d'élucider ce qu'on n'a pas osé être par peur du regard des autres. L'enjeu de la cure analytique consiste à apprivoiser cette part de soi. Non pas lutter, précise Jung, comme les religions monothéistes cherchaient à lutter contre le diable, ni nier, mais apprendre à connaître notre ombre pour pouvoir l'aimer, la canaliser et profiter de l'énergie qu'elle contient.

Philosophe et médecin, Pierre Janet ouvre une brèche encore plus radicale dans l'idée d'un moi unifié. Pour lui, la conscience n'est pas un continent, fût-il avec des failles et des ombres, mais un archipel. Certains îlots se dissocient et mènent des «*existences parasites*». Ils perturbent le fonctionnement psychique, en provoquant par exemple des impulsions inexplicables ou des voix intérieures persécutrices… Dans les cas les plus sévères, le psychisme peut se désagréger, laissant place à une multitude d'identités. L'écrivain et psychanalyste Pierre Bayard a récemment prolongé cette thèse, dans *Je sommes plusieurs* (Minuit, 2025): «*Nous sommes tous simultanément, mais à des degrés divers, plusieurs personnes,* affirme-t-il. *Chez certains, ces personnalités vivent une vie autonome, et dans les cas les plus aigus, elles peuvent même cesser de communiquer entre elles.*» (*lire page 66*)

CHASSER OU ACCUEILLIR SES DÉMONS ?

La psychanalyse, en nommant nos ennemis intérieurs, espérait les apprivoiser. Pierre Janet et Pierre Bayard posent une question plus vertigineuse: comment dompter ses démons, si dompteur et démons sont faits de la même étoffe? Peut-on véritablement se dompter soi-même?

Toute la psychologie contemporaine s'apparente à une tentative pour répondre à cette énigme. Une première voie consiste à éliminer le chaos. Pour Aaron Beck, fondateur de la thérapie cognitive et comportementale (TCC), les démons s'identifient à des «*distorsions cognitives*»: des pensées négatives et dysfonctionnelles, qui colorent malgré nous notre vision du monde et de nous-mêmes. Ce sont par exemple des généralisations abusives, du catastrophisme, de l'autodénigrement, etc. Il est possible de les chasser. La méthode, rationaliste, consiste à repérer ces pensées automatiques, les soumettre à l'examen (sont-elles fondées?) et les remplacer par des évaluations plus conformes à la réalité.

Une deuxième voie, plus récente, consiste non à éliminer le chaos, mais à composer avec lui. C'est ce que proposent les approches contemporaines de l'acceptation et de l'intégration, comme la thérapie ACT (*Acceptance and Commitment Therapy*), le modèle IFS (*Internal Family Systems*) ou encore les thérapies métacognitives (*lire p. 58*). Ces approches actualisent le legs de la psychanalyse: les «démons» sont des parts de soi à reconnaître. Certains nous protègent même. S'ils nous poussent vers des excès, c'est pour anesthésier une douleur plus profonde. Tout en nous faisant souffrir, ils peuvent paradoxalement nous aider à vivre. Entrer en guerre contre eux est donc une impasse. Il convient plutôt de faire la paix avec eux.

Une troisième voie, plus expérimentale, cherche à donner forme au chaos. La thérapie par avatar, développée par le psychiatre Alexandre Dumais, passe par des casques en réalité virtuelle. D'abord testée pour traiter les hallucinations, elle est aujourd'hui aussi mobilisée pour soigner des troubles comme les addictions ou la dépression. Les dépendances, voix persécutrices, angoisses, etc., sont représentées sous forme de figures numériques, avec des traits démoniaques. Il devient possible à un patient de dialoguer avec un avatar dont la voix ressemble à celle qui le persécute: «*Tu es nul, tu ne vaux rien…*» Engager le dialogue, s'affirmer et parfois contester ce démon – qui perd alors en vigueur – lui donne un sentiment de contrôle qu'il n'avait pas tant que la voix restait intérieure. Le dispositif technologique accomplit ainsi un rêve: incarner des puissances diffuses pour pouvoir leur répondre.

CRÉER ET SE RÉINVENTER

Donner une forme au chaos, c'est aussi ce que s'évertuent à faire les artistes, et plus généralement tous ceux qui créent: l'enfant qui projette ses premiers dessins sur le papier, le romancier qui donne vie à ses personnages, le sculpteur qui fait jaillir des figures d'un morceau d'argile, le chercheur qui formule des idées nouvelles…

Dans le «Prologue» d'*Ainsi parlait Zarathoustra* (1883), Nietzsche adresse une mise en garde devenue célèbre: «*Il faut encore avoir du chaos en soi pour enfanter une étoile qui danse. Je vous le dis: vous portez en vous un chaos.*» Zarathoustra vient de descendre de sa montagne pour s'adresser à la foule du marché. Il appelle chacun à dépasser ses limites, mais échoue à se faire entendre. La foule ne veut pas de surpassement; elle veut du confort. Elle aspire seulement à une vie sans excès, sans souffrances et sans risques.

Mais peut-on se satisfaire de tiédeur? Peut-on créer et s'inventer soi-même en éradiquant toute forme de désordre intérieur? L'étoile qui danse ne naît pas *malgré* le chaos intérieur, mais *depuis* lui. Au fil de son histoire, la psychologie a appris qu'un psychisme trop ordonné se rigidifie. Il perd son énergie et sa flexibilité, sa capacité à créer et se réinventer. Sans renoncer à apaiser les souffrances psychiques, les courants actuels incitent plutôt à conserver en soi un peu de cette faille fondamentale, d'où tout peut surgir. Pas seulement pour se connaître ou s'accepter, mais parce que le chaos est la matière première de la liberté. Ils renouent ainsi, par d'autres voies, avec la philosophie des mythes antiques. Jean-Pierre Vernant, commentant Hésiode, le rappelle: «*Même la lumière est issue de la nuit.*» ●

À LIRE

• Jean-Pierre Vernant, *L'univers, les dieux, les hommes. Récits grecs des origines*, Seuil, 1999.

BRÈVE HISTOIRE DE NOS D

POINTS DE REPÈRE



ANTIQUITÉ ARCHAÏQUE
Le *daimōn*, puissance obscure

Dans la Grèce archaïque, le ***daimōn*** représente une puissance intermédiaire entre les dieux et les hommes. Il s'agit parfois d'une force hostile, capable de s'emparer d'un être humain pour l'entraîner vers la folie ou la ruine. On parle alors de « mauvais démon » (*kakodaimōn*). À l'inverse, les « bons démons » (*eudaimon*) orientent vers le bonheur et la fortune. Ces puissances témoignent déjà de l'intuition que l'humain n'est jamais entièrement maître de lui-même.



CHRISTIANISME
Les *logismoi*, pensées tentatrices

Évagre le Pontique (346-399) introduit la notion de « ***logismoi*** », huit pensées tentatrices correspondant à la gloutonnerie, la luxure, l'avarice, la tristesse, la colère, l'acédie, la vaine gloire et l'orgueil. Par elles, des démons (ou « *diabolos* ») s'ingénient à détourner le moine de sa progression spirituelle. La pratique de la ***nèpsis***, la vigilance sobre de l'esprit, permet de les observer sans y succomber. Le désir humain devient un champ de bataille, où l'âme se confronte à ses propres forces obscures.

DESCARTES ET CERVANTES
Le « malin génie », troubleur de raison



Dans la première des *Méditations métaphysiques* (1641), **René Descartes** imagine le « **malin génie** », être tout-puissant et trompeur, capable de fausser jusqu'aux évidences mathématiques. Cette figure fictionnelle interroge la fiabilité de la raison. Chez **Miguel de Cervantes**, dans *Don Quichotte*, « **l'enchanteur** » joue un rôle similaire : par lui, l'esprit se dupe pour maintenir la cohérence de son monde. Génies, diables et enchanteurs incarnent les questionnements du baroque 17e siècle : et si la raison était corrompue à sa racine ? Et si le monde n'était que faux-semblants ?



LITTÉRATURE DU 19e SIÈCLE
Mon double, mon ennemi ?

La littérature s'empare du thème du double **Edgar Poe** dans *William Wilson* (1839), **Fiodor Dostoïevski** dans *Le Double* (1846), **Robert Louis Stevenson** dans *L'Étrange Cas du Dr Jekyll et de M. Hyde* (1886), **Guy de Maupassant** dans *Le Horla* (1887) proposent chacun une variation sur le même thème de la dépossession intérieure. J'ai en moi un autre qui me hante, me dépasse ou me détruit. La figure du démon s'éloigne ; advient celle du **sujet fissuré**.

DÉMONS INTÉRIEURS

HÉLOÏSE LHÉRÉTÉ



SIGMUND FREUD
De l'inconscient à la pulsion de mort

Pour Freud, l'inconscient contient des désirs refoulés qui agissent à l'insu du « moi ».
Le psychanalyste théorise aussi la **pulsion de mort**, poussée vers la répétition, la désorganisation et l'autodestruction. Dans *Quelques types de caractères dégagés par le travail psychanalytique* (1915-1916), il décrit ceux qui « *échouent devant le succès* » : ils sombrent au moment de réussir, comme si une instance intérieure leur interdisait toute victoire. Issue de notre rapport à nos parents, cette instance peut devenir un **persécuteur** impitoyable.



PSYCHOLOGIE NARRATIVE
Mythe personnel et épisodes refoulés

Pour le psychologue américain **Jerome Bruner**, le moi se construit par la narration. Nous ordonnons les événements de notre vie en une intrigue cohérente, créant une identité narrative. **Dan McAdams** parle de « mythe personnel » pour désigner ce processus. Les « démons intérieurs » correspondent ici aux chapitres refoulés de notre histoire, et aux personnages que notre narration dominante ne peut (ou ne veut) pas intégrer.



PIERRE JANET
Les idées fixes, quels parasites !

Contemporain de Sigmund Freud, **Pierre Janet** propose un autre modèle de la division psychique. Pour lui, la conscience n'est pas naturellement unifiée ; elle requiert une force psychologique pour intégrer ses contenus. Quand cette force s'affaiblit sous l'effet du trauma, de l'épuisement ou de la maladie, il existe un risque de « **désagrégation psychologique** » : des « idées fixes » peuvent se détacher du flux de la conscience et prendre le pouvoir sur le psychisme. Elles sont vécues comme des « existences parasites », agissant à notre place.



PSYCHIATRIE CONTEMPORAINE
Quand les *alters* prennent le contrôle

Les personnes qui souffrent d'un **trouble dissociatif de l'identité (TDI)** ont l'impression que plusieurs individus cohabitent dans leur tête. Ces *alters* peuvent prendre le contrôle à tour de rôle, chacun avec ses souvenirs, son âge et ses comportements. Jusqu'au 19e siècle, ces symptômes étaient interprétés comme des possessions. Aujourd'hui, la cause la plus fréquemment invoquée est un trauma sévère.

© Images générées en utilisant ChatGPT

Anorexie et addictions

Se faire mal pour tenir

Anorexie, addiction, automutilation… Comment pouvons-nous persévérer dans des comportements menaçant notre santé et notre vie ? Ces pathologies pourraient relever de stratégies paradoxales pour échapper à nos angoisses et nos détresses. FABIEN TRÉCOURT

« *Je suis très malade, je me suis détruite. Mais j'en suis aussi fière, parce que, à ma manière, je tiens bon et je ne lâche pas.* » Dans une étude dirigée par la psychologue Emma Bryant, sur la façon dont les personnes souffrant d'anorexie perçoivent leur trouble (1), beaucoup se montrent à la fois lucides, en détresse et fières de ce qu'elles ont accompli. Un cocktail difficile à comprendre quand on connaît mal cette maladie. « *Ça me donnait vraiment l'impression d'être puissante,* témoigne une jeune femme, *mes jambes devenaient toutes molles, mais tu te forces à continuer.* […] *Ce n'est pas forcément agréable, mais il y a quand même une sorte de montée d'adrénaline, un sentiment de fierté.* » Pouvoir, supériorité, jouissance… Le lexique revient en boucle, tout en accompagnant des constats pourtant morbides et douloureux. « *J'étais assez fière d'avoir réussi à faire descendre mon IMC plus bas que celui de toutes les autres dans cette unité.* […] *C'était comme être allé aussi loin que possible, comme si j'avais atteint une limite. On se sent au sommet du monde.* »

L'anorexie est un des troubles psychiatriques les plus dangereux. Elle entraîne des complications cardiovasculaires, des atteintes hormonales, une fragilité osseuse… Et son taux de mortalité est élevé. Pourtant, beaucoup de personnes concernées ne la présentent pas seulement comme une maladie ; elles la décrivent comme un outil pour contrôler leur corps, leurs besoins ou leurs émotions. Cette maîtrise de soi leur procure même un sentiment de puissance et de supériorité. Certains psychiatres parlent alors d'un trouble « égosyntonique » (2) : les symptômes sont valorisés, vécus comme cohérents avec l'image que la personne a d'elle-même, et non comme étrangers à soi. Dans l'anorexie spécifiquement, la restriction alimentaire apparaît comme une discipline personnelle et une source de fierté. Elle apporte une rare certitude dans un monde perçu comme chaotique, imprévisible et menaçant. Une patiente raconte ainsi que, dans un monde « *autrement sans limite* » (1), elle a trouvé dans son corps un objet auquel imposer une limite, un cadre indépassable et malléable à volonté.

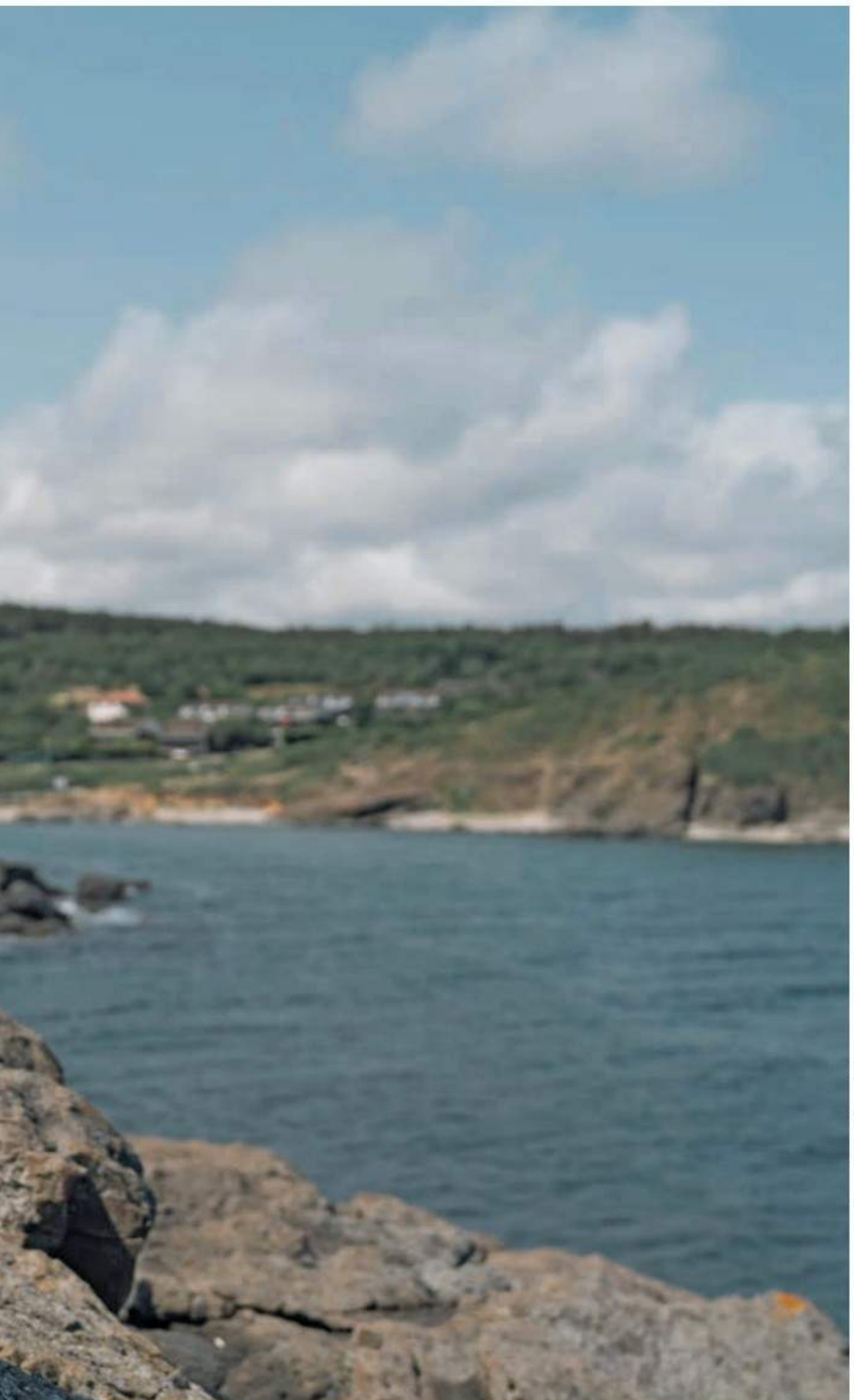
Autrement dit, l'anorexique éprouve une satisfaction à court terme, tout en ayant conscience de se détruire à petit feu.



Comment comprendre cette apparente contradiction ? Depuis l'Antiquité, des philosophes se demandent plus généralement pourquoi nous faisons parfois le contraire de ce que nous savons être bon pour nous. Les anciens Grecs appelaient cette disposition paradoxale l'« *akrasia* », souvent traduite par « faiblesse de la volonté » ou « incontinence » – et qu'on rattache encore aujourd'hui à des pathologies comme l'anorexie mais aussi les addictions, par exemple. Dans son *Éthique à Nicomaque*, le philosophe Aristote décrit déjà cette situation familière, où une personne sait ce qu'elle devrait faire mais agit autrement. Nous savons qu'il serait préférable de ne pas reprendre un verre, de ne pas repousser sans cesse une tâche, de ne pas jeûner davantage…

Et pourtant nous persistons. Au 20e siècle, le philosophe Donald Davidson propose une analyse devenue classique de ce problème dans un article intitulé « How is weakness of the will possible ? », repris dans *Essays on Actions and Events* (1980). Selon lui, l'*akrasia* désigne la situation dans laquelle une personne agit contre ce qu'elle juge être, « *tout bien considéré* », la meilleure chose à faire. Elle reconnaît qu'une autre action serait préférable, mais agit néanmoins autrement, en se laissant guider par une raison plus immédiate ou partielle. Dans l'anorexie aussi, ces deux niveaux semblent entrer en conflit. Certaines personnes décrivent une lutte intérieure : une part d'elles veut continuer à maigrir, tandis qu'une autre aspire à retrouver une relation plus libre à la nourriture. Le trouble apparaît alors comme une tension entre différentes motivations ou manières d'évaluer ce qu'il faudrait faire.

D'autres patientes ont à l'inverse le sentiment d'agir conformément à leurs objectifs, et même de faire preuve d'une volonté exceptionnelle. La philosophe Amanda Evans évoque à cet égard une « *illusion d'agentivité* » **(3)**. En vivant leur perte de poids comme une prouesse volontaire, ces patientes ont l'impression de maîtriser leur corps et plus généralement leur existence. Pourtant, les observations cliniques sont claires : ces comportements deviennent progressivement rigides et habituels. La personne continue d'avoir l'intention de maigrir, mais ce ne sont plus nécessairement ces intentions qui guident réellement l'action. Le sentiment de contrôle repose alors sur une forme d'illusion.



© Mohamed Hamdi/Unsplash

« J'ai besoin de sentir mon squelette (…) Quand il y a quelque chose entre ce que je sens sous mes doigts et l'intérieur de mon corps, ça me fait peur. »

Une autre piste consiste à ne plus du tout appréhender ces conduites comme des pulsions irrationnelles, et à accepter sincèrement la possibilité qu'elles puissent apporter quelque chose à leurs victimes. Dans *Your Own Worst Enemy* (1993), le psychologue Roy Baumeister s'intéresse ainsi à toute une série de comportements dits « autodéfaitistes » : addictions, procrastination, sabotage de soi… Contrairement à l'idée d'une pure irrationalité, il montre que ces conduites répondent souvent à une logique psychologique : elles poursuivent un objectif compréhensible – obtenir du plaisir, protéger l'estime de soi, éviter l'humiliation… – mais au prix de conséquences négatives à plus long terme.

Roy Baumeister ne traite pas spécifiquement de l'anorexie, mais des témoignages de patientes font écho au même mécanisme. Elles évoquent par exemple la restriction alimentaire comme une manière de calmer une angoisse diffuse, de retrouver un sentiment de contrôle ou encore d'atteindre une forme de clarté mentale. « *J'ai vraiment besoin de points fixes dans ma vie. J'ai besoin de sentir mon squelette. Quand je n'y ai pas accès, quand*

il y a quelque chose entre ce que je sens sous mes doigts et l'intérieur de mon corps, ça me fait peur. Je n'aime pas ça. Tout devient flou… Je veux être dure.» (1) Des comportements similaires peuvent être observés dans la bigorexie (addiction à l'exercice physique) ou dans l'orthorexie, une obsession de l'alimentation dite «saine». Ces tendances sont parfois jugées cousines de l'anorexie, mais leur statut de troubles psychiatriques reste aujourd'hui débattu.

Les addictions peuvent en revanche jouer un rôle tout à fait comparable à l'anorexie alimentaire (*lire p. 55*). Les drogues ou l'alcool sont souvent utilisés pour atténuer l'anxiété, réduire l'inhibition sociale ou anesthésier des souvenirs traumatiques par exemple. De même, les automutilations procurent un soulagement temporaire, en transformant une douleur psychique difficile à saisir en sensation physique tangible. Ces comportements n'apparaissent donc pas toujours comme des pulsions absurdes. Ils peuvent représenter, au moins au départ, une tentative de résoudre un problème, et ainsi fonctionner comme des béquilles psychiques.

Dans un ouvrage récent sur les drogues, *What Would You Do Alone in a Cage with Nothing but Cocaine?* (2026), la philosophe Hanna Pickard va plus loin en proposant de réviser totalement notre approche des comportements autodestructeurs. Selon elle, le débat public oscille trop souvent entre deux modèles opposés mais tout aussi insuffisants. Le premier est d'ordre moral: l'addiction serait une faute, un vice ou un manque de volonté. Le second fait de ces comportements une maladie du cerveau: l'individu serait essentiellement contraint par des mécanismes neurobiologiques qui le priveraient de véritable agentivité. Pour Hanna Pickard, ces deux visions passent à côté de l'expérience réelle des personnes concernées. Dans bien des cas, ces comportements servent à gérer l'anxiété, la solitude, les traumatismes ou l'ennui. Ils sont souvent une tentative – certes maladroite et dangereuse – de faire face à une situation difficile. Au lieu de nous demander seulement pourquoi les personnes ne s'arrêtent pas, nous aurions intérêt à mieux comprendre ce que ces conduites leur apportent.

LA MALADIE DEVIENT VOIX

Le même constat vaut pour l'anorexie. Dans les témoignages, des personnes concernées décrivent leur maladie comme une «voix» intérieure, parfois critique mais souvent protectrice. Certaines en parlent comme d'un compagnon, un gardien, un ami intime ou encore une figure parentale, pouvant leur apporter du réconfort, des conseils, une aide à la décision. «*Malgré tout ce que tu m'as pris, j'ai fini par comprendre que tu m'as sans doute aussi sauvée à d'autres moments de ma vie. Tu m'as donné une voix quand j'avais perdu la mienne, et tu m'as donné un moyen de faire face à des situations extrêmement difficiles – même si c'était de façon destructrice* (4).» Se conformer aux injonctions de cette voix permet souvent d'atténuer les affects négatifs et de maintenir une forme de stabilité émotionnelle. «*On entre dans cet état d'esprit où… Tu as l'impression que ce n'est même plus vraiment toi. C'est juste un truc, ou une sorte de personne, qui te félicite pour ces comportements nocifs, et du coup, il y a des moments où tes émotions sont presque exaltées.*»

Ces troubles peuvent alors finir par structurer l'identité même de la personne. Dans l'étude d'Emma Bryant, certaines patientes expliquent avoir progressivement «*endossé le rôle d'anorexique*». Cette identité leur permettait à la fois de cultiver un sentiment d'efficacité personnelle et de correspondre aux attentes perçues de leur entourage. «*Je suis la fille qui a un trouble alimentaire,* témoigne une d'elles, *donc je suis celle qui doit être genre mince.*» Souvent, cette identité a le mérite à leurs yeux de combler un vide. Parce qu'elles se sentent incapables de répondre aux attentes sociales ou familiales, elles s'accrochent à cette identité comme à une certitude. «*Sans la maladie,* conclut la recherche, *les individus auraient le sentiment d'être "rien", "insignifiants" ou "irréels".*» Comme dans les addictions, la pathologie apparaît d'abord comme une solution temporaire à un problème existentiel. Mais cette solution finit par se retourner contre la personne et par enfermer l'individu dans un système dont il devient difficile de sortir.

RESPONSABILITÉ SANS BLÂME

Comprendre cette logique ne signifie pas justifier ou encourager ces comportements évidemment. S'agissant des addictions, Hanna Pickard propose de promouvoir le concept de «responsabilité sans blâme». Les personnes restent en partie responsables de leurs actes. Mais cette attribution ne devrait pas s'accompagner d'une condamnation morale simpliste, ou, dans le cas de l'anorexie, d'une injonction même bien intentionnée à prendre du poids – «*bah alors, faut manger!*» Derrière ces conduites destructrices se cache souvent une tentative désespérée d'avancer malgré la détresse. C'est pourquoi de plus en plus d'approches thérapeutiques commencent par reconnaître l'aspect apaisant voire gratifiant de la restriction alimentaire. Cela permet d'encourager une relation de confiance et un échange sans honte avec les patients. Dans ce cadre, le problème n'est plus tant le jeûne, en lui-même, que la perte de contrôle et la dynamique générale dans laquelle il s'inscrit; l'enjeu est moins de supprimer brutalement les symptômes que de comprendre les fonctions qu'ils remplissent et de proposer des alternatives.

Si la restriction alimentaire permet de réguler l'angoisse ou de restaurer un sentiment de contrôle, la question devient alors: quelles autres stratégies pourraient remplir ce rôle sans mettre la vie en danger? Quelles autres manières de vivre avec ses émotions, ses vulnérabilités et ses contradictions peut-on suggérer et valoriser auprès des personnes qui en ont le plus besoin? Certaines approches pragmatiques – thérapie dialectique comportementale (DBT/TDC), remédiation cognitive (CRT), modèle MANTRA… – proposent par exemple des exercices pour mieux réguler les émotions, assouplir certains modes de pensée et retrouver de la souplesse dans le quotidien. Ces méthodes prennent du temps, échouent parfois, demandent qu'on s'y reprenne à plusieurs fois. Mais toutes partent d'un même constat: les conduites qui nous abîment ne sont pas toujours l'expression d'un désir de mort. Elles peuvent être les signes d'une lutte pour continuer à vivre. Une lutte maladroite et parfois tragique, mais profondément humaine. ●

(1) Emma Bryant *et al.*, «"In an otherwise limitless world, I was sure of my limit". Experiencing anorexia nervosa: A phenomenological metasynthesis», *Frontiers in Psychiatry*, vol. 13, 2022.
(2) Eva C. Gregertsen *et al.*, «The egosyntonic nature of anorexia. An impediment to recovery in anorexia nervosa treatment», *Frontiers in Psychology*, vol. 22, 2017.
(3) Amanda Evans, «Anorexia nervosa. Illusion in the sense of agency», *Mind & Language*, vol. 38, 2023/2.
(4) Panagiota Tragantzopoulou *et al.*, «The battle within. A qualitative meta-synthesis of the experience of the eating disorder voice», *Healthcare*, vol. 12, n° 22, 2024.

Accro à la privation ?

Certaines ambivalences de l'anorexie font écho aux addictions. Utile pour envisager des approches thérapeutiques, ce parallèle a toutefois ses limites.

Dépendance et anorexie paraissent très différentes. Dans les deux cas pourtant, tout commence par une lune de miel (1). Qu'est-ce qu'une personne dépendante ? C'est quelqu'un qui persévère dans un comportement dont il connaît pourtant les conséquences néfastes. Comme dans l'anorexie, tout commence par une lune de miel. On installe de nouvelles pratiques qui nous apportent de la satisfaction, sans bouleverser notre vie quotidienne au premier abord. Les uns savourent ce petit verre et la légère ivresse qui l'accompagne, les autres se félicitent d'avoir perdu ce kilo en trop. L'expérience paraît positive et maîtrisée. Mais peu à peu elle devient nécessaire ; le plaisir initial cède la place à la compulsion et à la perte de contrôle. Les gestes se ritualisent et deviennent plus mécaniques. En même temps, il en faut toujours plus pour obtenir le même effet. De même, les personnes anorexiques ont tendance à radicaliser leurs objectifs : toujours moins de calories, encore plus de sport…

D'un point de vue neurobiologique, ces conduites pourraient s'appuyer sur des mécanismes communs, liés à l'apprentissage et à la récompense. Chez certaines patientes par exemple, les images de maigreur semblent activer de mêmes circuits neuronaux que la vue d'une bouteille d'alcool ou d'une seringue chez une personne dépendante. Un comportement associé à un soulagement ou à une gratification tend à être répété, puis automatisé. Avec le temps, ces routines peuvent devenir difficiles à interrompre, même lorsque leurs effets négatifs deviennent évidents. On se découvre même rongé par l'angoisse à l'idée de ne pas pouvoir s'adonner à ce plaisir coupable. La vie finit par s'organiser autour de ces rituels, reléguant le reste au second plan et écartant tout ce qui risquerait d'y faire obstacle – des proches inquiets ou un travail trop prenant par exemple.

DÉTERMINATION EXTRÊME

Cette comparaison a toutefois ses limites (2). Contrairement aux addictions classiques, il n'y a pas de substance psychoactive exogène dans l'anorexie. La récompense émotionnelle provient de la sensation de jeûne, dont les effets sont prolongés et non aigus comme dans le flash d'une drogue. Les individus accros privilégient en général des récompenses immédiates, et non différées comme l'amaigrissement obtenu après des semaines de privation. Les personnes souffrant d'anorexie ont même tendance à dévaloriser les plaisirs immédiats, à faire preuve d'une détermination hors norme pour atteindre un objectif lointain. La perte de contrôle ressemble certes parfois à de la compulsion – se faire soudainement vomir quand on s'était juré de ne plus le faire –, mais elle n'a pas le même caractère systématique que dans la consommation de drogue. Là encore, des marqueurs biologiques confortent ces observations cliniques. L'addiction à une substance est souvent associée à une altération des mécanismes de contrôle exécutif, impliquant en particulier le cortex préfrontal, une région du cerveau liée à la régulation des impulsions. L'anorexie paraît à l'inverse corrélée à une maîtrise hors norme des réactions biologiques : on résiste aux signaux de faim, d'épuisement ; on persiste dans une série d'actions volontaires au service d'un but. Cette différence pourrait aussi être liée aux différentes perceptions sociales de ces pathologies : si l'abus de drogues, même légales, est presque toujours réprouvé en société, une minceur extrême et délétère reste souvent valorisée comme un critère de beauté – en particulier pour les femmes, dans le mannequinat ou encore certaines tendances fitness sur les réseaux sociaux. ● F.T.

(1) Julie Collombat *et al.*, « L'anorexie mentale : une addiction ? Application du modèle addictologique aux troubles du comportement alimentaire. Une revue narrative commentée » *L'Encéphale*, vol. 50, 2024/5.
(2) Emma Bryant *et al.*, « Anorexia nervosa. 150 years of critical theory », *Journal of Eating Disorders*, vol. 14, 2026/1.



© Sean Gladwell/Getty Images

Ruminations mentales

« Et cette machine dans ma tête… »

Pourquoi certaines pensées tournent-elles en boucle ? La recherche montre que la rumination mentale est un mécanisme à double face : utile pour réfléchir, mais nuisible lorsqu'elle piège l'esprit. Bonne nouvelle : il est possible d'en desserrer l'emprise. LAURENCE SERFATY



© Kyle Thompson/Agence Vu

Dans le cabinet de sa psy, Tony Soprano rumine, se comparant à Midas – ce roi mythique condamné à changer en or tout ce qu'il saisissait –, mais dans une déclinaison moins reluisante : « *Tout ce que je touche se transforme en merde. Je ne suis pas un mari pour ma femme, je ne suis pas un père pour mes enfants, je ne suis pas un ami pour mes amis. Je ne suis rien.* » Épisode après épisode, le héros de la cultissime série *The Sopranos* (1999-2007), gangster et père de famille, lutte contre son démon intérieur et la tension qui le ronge. Pris dans un monde dont il ne peut pas sortir, par loyauté, par peur, par habitude, il ne parvient pas à se libérer. S'il envisage de nouveaux horizons, il ne franchit jamais le pas.

Tony Soprano rejoint le cortège de tous les personnages qui peuplent la fiction de leurs ruminations : de Hamlet à BoJack Horseman en passant par Emma Bovary et Raskolnikov, une myriade de héros de pièces de théâtre, de romans et de films ressassent en boucle leurs malaises, faisant ainsi écho aux nôtres. La rumination mentale est une expérience quasi universelle : la plupart d'entre nous y sommes confrontés à un moment ou à un autre, mais seule une minorité en fait l'expérience à un niveau clinique. Elle peut prendre des formes bien plus envahissantes qu'une inquiétude ordinaire et agir comme un véritable virus de l'esprit, détournant nos facultés cognitives pour les retourner contre nous-mêmes. Ce processus, que les chercheurs nomment « pensée répétitive négative », peut enfermer la conscience dans des cycles stériles qui alimentent l'insomnie, l'anxiété et la dépression (1). Comment le cerveau se retrouve-t-il ainsi piégé par lui-même ? Et surtout, comment s'en sortir ?

Avec son extraordinaire faculté de réfléchir sur lui-même, l'esprit humain possède à la fois le poison et le remède. Cette capacité, que les psychologues appellent métacognition, est ce qui nous permet d'apprendre de nos erreurs, d'anticiper, de planifier. À l'origine, ce mécanisme est fonctionnel et même utile. Notre cerveau est programmé pour accorder une attention particulière aux affaires en suspens (2) : il active notre mémoire pour nous rappeler une tâche non résolue, ébauche des simulations mentales pour combler l'écart entre notre état présent et un résultat souhaité. C'est grâce à ce mécanisme que nous n'oublions pas de boucler un dossier urgent ou de rappeler un ami qui compte sur nous.

Mais cette capacité peut s'enrayer. Lorsque les tentatives de résoudre notre problème échouent, parce qu'il s'avère trop complexe, trop douloureux ou tout simplement insoluble, la pensée s'enferme dans un cycle mortifère. La rumination néfaste naît alors d'une pensée intrusive qui surgit spontanément, se charge d'affects désagréables, et finit par tourner en boucle sans parvenir à se résoudre. Yves-Alexandre Thalmann, psychologue à l'université de Fribourg, compare la rumination au stress : à l'origine, tous deux sont des mécanismes d'adaptation, voire de survie : « *Les ruminations ne sont pas problématiques en soi : tout dépend de la manière dont on rumine. Selon la façon de ressasser, elles peuvent nous aider ou nous porter préjudice* », souligne-t-il. Tony Soprano, lui, reste coincé dans la boucle : malgré ses doutes et ses séances chez la psy, il ne parvient pas à quitter ses activités criminelles.

CARTOGRAPHIE D'UN CERVEAU QUI RUMINE

Dans ce brouhaha mental, la littérature scientifique distingue trois types de ruminations : les ruminations « réflexives », non problématiques, les ruminations « soucieuses » et les ruminations « dépressives » (*lire ci-contre*). Une équipe de chercheurs de l'Inserm (3) a récemment franchi une étape importante en cartographiant les réseaux cérébraux associés aux ruminations problématiques. En utilisant l'IRM fonctionnelle au repos, une technique qui permet d'observer l'activité du cerveau sans lui soumettre de tâche particulière, ces chercheurs ont montré que les ruminations soucieuses s'appuient sur des circuits impliquant l'hippocampe, siège de la mémoire des événements vécus, et le lobe frontal, qui gouverne le raisonnement et la prise de décision. Les ruminations dépressives, elles, mobilisent des réseaux différents, incluant le noyau thalamique, un carrefour cérébral étroitement lié à la régulation de l'humeur. Deux formes de souffrance, deux architectures cérébrales distinctes.

L'étude révèle également une évolution encourageante. En s'appuyant sur la cohorte européenne IMAGEN (un suivi longitudinal de la santé mentale de jeunes Européens depuis l'âge de 14 ans), les chercheurs ont établi qu'entre 18 et 22 ans, les réseaux cérébraux se reconfigurent : les jeunes adultes montrent une diminution des formes soucieuses au profit de ruminations réflexives, témoignant d'une meilleure capacité d'adaptation émotionnelle. Le cerveau, en d'autres termes, apprend avec l'âge à ruminer plus utilement.

Mais ces travaux vont plus loin encore. Ils établissent un lien direct entre l'activité de ces réseaux et la nature des troubles psychologiques observés, et montrent surtout que le fonctionnement de ces circuits peut précéder et prédire l'apparition de symptômes cliniques. L'activité du réseau lié aux ruminations soucieuses est ainsi associée à des symptômes intériorisés : anxiété, nervosité accrue, retrait social. Celle du réseau lié aux ruminations dépressives se traduit au contraire par des symptômes extériorisés : agitation, irritabilité, passages à l'acte, recours à des substances addictives. La rumination n'est pas seulement le symptôme d'un mal-être : elle peut en être le signe avant-coureur. Mais pour comprendre pourquoi certaines pensées tournent en boucle, il faut regarder un peu plus largement du côté de l'architecture cérébrale.

Les neuroscientifiques ont identifié le rôle clé d'un réseau particulier : le réseau du mode par défaut. Ce dernier s'active précisément lorsque nous ne faisons rien de précis : lorsque l'esprit vagabonde, lorsque nous rêvassons ou lorsque nous récapitulons les événements de la journée. Chez les personnes sujettes à la rumination, ce réseau semble fonctionner en surrégime et mobiliser fortement les régions impliquées dans le langage intérieur. Autrement dit, la rumination serait en grande partie une activité verbale : un dialogue intérieur qui se répète, se commente et se contredit, jusqu'à tourner à vide.

Notre cerveau est programmé pour accorder une attention particulière aux affaires en suspens.

Cette réalité intérieure se révèle si pénible que le psychologue Yves-Alexandre Thalmann cite dans son livre une expérience célèbre (4) dans la littérature scientifique : laissés seuls quinze minutes dans une pièce vide sans aucune distraction, 67 % des hommes et 25 % des femmes ont préféré s'administrer volontairement des décharges électriques plutôt que de rester seuls avec leur propre bavardage intérieur.

Y a-t-il un profil type des personnalités à risque de ruminations ? La recherche (5) suggère qu'il n'existe pas une seule voie vers la rumination, mais plusieurs. Parmi les contributeurs les plus directs, on trouve un contrôle cognitif affaibli (cette capacité à orienter et réguler ses propres pensées), une tendance à l'auto-observation excessive, et surtout les croyances métacognitives positives : la conviction sincère que ruminer est utile, qu'à force de ressasser, on finira par trouver une solution. Le perfectionnisme joue également un rôle : en fixant des objectifs si élevés qu'ils creusent un écart permanent entre le « moi idéal » et le « moi réel », il entretient les boucles sans jamais les résoudre. Mais il agit davantage comme un facteur aggravant que comme un déclencheur à lui seul.

Quel ruminateur êtes-vous ?

La psychologie distingue trois types de rumination :

1. les ruminations « réflexives » ne sont pas négatives en elles-mêmes : en cherchant une solution à un problème concret (trouver un logement, changer d'emploi), elles s'inscrivent dans un processus de réflexion constructive ;
2. les ruminations « soucieuses » sont liées à des situations complexes ou conflictuelles (soucis professionnels, difficultés financières, relations tendues), elles témoignent d'une incapacité à prendre du recul ;
3. les ruminations « dépressives » se caractérisent par des pensées noires répétitives sur sa propre situation ou son avenir, sans perspective d'issue. ● L.S.

Néanmoins, commente Yves-Alexandre Thalmann, se voir apposer une étiquette de perfectionniste n'aide pas à sortir de ses ruminations. « *Ce qui se cache derrière le perfectionnisme, c'est la peur de ne pas être à la hauteur. C'est sur cela qu'il faut travailler.* » Le psychologue recommande ainsi de s'exercer à « *l'imperfectionnisme* » en se confrontant à de petites erreurs volontaires et sans conséquence – laisser une faute dans un courriel, par exemple – pour vérifier ensuite que « *le monde continue à tourner* ». En somme, accepter sa condition d'humain imparfait.

REPRENDRE LA MAIN SUR SES PENSÉES

Sortir de l'empire des boucles ne consiste pas à se forcer à « penser positif » – cette injonction, bien souvent, ne fait qu'ajouter une couche de culpabilité (*lire p. 66*). Il s'agit plutôt de changer son rapport à la pensée elle-même. Plusieurs approches thérapeutiques ont aujourd'hui fait leurs preuves.
La thérapie cognitive basée sur la rumination (connue sous l'acronyme RFCBT), développée par le psychologue britannique Edward Watkins, traite la rumination comme une habitude mentale tenace, au même titre qu'une habitude comportementale. L'enjeu central est de faire passer le patient d'un style de pensée abstrait et général (« *Pourquoi est-ce que j'échoue toujours ?* ») à un style concret et spécifique (« *Quelles sont les étapes exactes que je pourrais franchir pour réussir dans cette situation précise ?* »). Ce simple changement de registre peut briser le cycle.
La thérapie métacognitive, développée par le psychologue britannique Adrian Wells, adopte une approche différente : elle ne s'intéresse pas au contenu des soucis, mais au processus même de la rumination. L'objectif est de prendre du recul sur ses pensées, de les traiter comme de simples événements passagers, sans leur accorder valeur de vérité sur le monde et sur soi. Une technique emblématique en est le « report de rumination » : plutôt que de tenter d'interrompre une pensée obsédante (ce qui, paradoxalement, la renforce souvent), on en reporte à dessein le traitement à un moment précis de la journée. En pratique, on se fixe un créneau quotidien dédié (par exemple à 17 h, pendant vingt minutes) : quand une pensée obsédante surgit en dehors de ce moment, on ne la combat pas, on se dit simplement qu'on s'en occupera à l'heure prévue. Ce faisant, on dissocie le déclenchement automatique de la rumination du moment où on la traite réellement, reprenant ainsi le contrôle attentionnel.
Il est également possible d'avoir recours à la méditation de pleine conscience : observer ses pensées sans s'y identifier, les regarder passer comme des nuages plutôt que de les habiter, ce que les psychologues appellent le « décentrement ».
Pour desserrer l'étau, une autre piste consiste à agir non pas directement sur les pensées, mais sur les affects qui les nourrissent. La première étape est de mettre des mots sur ce qu'on ressent : nommer précisément une émotion (peur, honte, tristesse…) permet de clarifier des sensations diffuses et d'en atténuer l'intensité. Encore faut-il réussir à prendre un peu de distance. « *Il s'agit d'identifier l'émotion, puis de s'en distancer et enfin de la normaliser* », résume Yves-Alexandre Thalmann. Une manière simple d'y parvenir consiste à modifier un peu notre dialogue intérieur : se parler à la deuxième personne – « *tu es inquiet* », ou même en utilisant son propre prénom – crée un recul salutaire là où le « je » immersif colle à la pensée comme une seconde peau. Enfin, reconnaître que ces émotions font partie de l'expérience humaine et se traiter avec bienveillance permet souvent d'en désamorcer la charge.
Dans cette perspective, Yves-Alexandre Thalmann invite aussi à se méfier de ce qu'il appelle notre « culture psychologisante ». Nous avons tendance à croire qu'il faudrait d'abord retrouver de la confiance en soi, de la motivation ou de l'estime personnelle avant d'agir. Or, selon lui, c'est souvent l'inverse : c'est en passant à l'action, même imparfaite, que ces dispositions finissent par apparaître. Planifier des démarches concrètes pour régler les « affaires en suspens » – écrire un plan, envoyer un message, fixer un rendez-vous – soulage littéralement la mémoire, qui n'a plus besoin de maintenir l'alerte. Et plutôt que de chercher à vider son esprit, entreprise souvent vouée à l'échec, il est possible d'orienter délibérément son vagabondage mental vers des thèmes d'intérêt ou de curiosité, afin de fertiliser l'imagination plutôt que de la laisser tourner en rond.
Tony Soprano, lui, ne franchira jamais le pas. Pour les autres, il reste au moins une possibilité : apprendre à ne plus laisser leurs pensées faire la loi. ●

(1) Susan Nolen-Hoeksema, Blair E. Wisco et Sonja Lyubomirsky, « Rethinking rumination », *Perspectives on Psychological Sciences*, vol. 3, 2008/5.
(2) Yves-Alexandre Thalmann, *Éloge des ruminations mentales. Transformer les pensées envahissantes en alliées*, Odile Jacob, 2025.
(3) Rocco Marchitelli *et al.*, « Coupled changes between ruminating thoughts and resting-state brain networks during the transition into adulthood », *Molecular Psychiatry*, vol. 29, 2024/12.
(4) Timothy D. Wilson *et al.*, « Just think. The challenges of the disengaged mind », *Science*, 4 juillet 2014.
(5) Gerly Tamm, Ernst H.W. Koster et Kristof Hoorelbeke, « Multiple paths to rumination within a network analytical framework », *Science Reports*, vol. 14, 2024/1.

Procrastination

Reculer pour mieux stresser

La procrastination, c'est l'art de remettre à plus tard ce qu'on gagnerait à faire tout de suite : un article à écrire, une facture à payer ou un examen de santé. Ses conséquences peuvent s'avérer désastreuses…

LAURENT BÈGUE-SHANKLAND

Ma relation actuelle avec *Sciences Humaines* ? C'est compliqué. Je leur dois un article qui attend sagement que je daigne l'écrire avant la fin de la semaine. Je sais bien que je suis en train de creuser ma propre tombe éditoriale, mais je suis quand même parti en expédition sur le Web pour « *vérifier une info de 2 minutes* ». Cela fait trois heures, j'ai traversé huit sites de presse, je connais tout sur la météo à Tokyo et la vie des loutres, mais je n'ai toujours pas écrit une ligne. C'est le principe de la procrastination : reporter délibérément la réalisation d'une tâche prévue, malgré la conscience des conséquences négatives qui peuvent en résulter. Elle concerne plus de 80 % des étudiants. Plus largement, 15 à 25 % des gens avouent en souffrir sans cesse. Interrogés, presque 100 % des procrastinateurs jurent qu'ils aimeraient venir à bout de cette tendance, car elle finit par leur coûter cher. Selon un rapport de la Cour des comptes sur le recouvrement des amendes de la circulation, en France, environ 25 % à 30 % des automobilistes paient leurs contraventions après le délai accordé, s'exposant à des majorations pouvant atteindre 375 % du prix initial. De même, la Direction générale des finances publiques révèle que près de 15 % des contribuables attendent la dernière semaine pour leur déclaration fiscale, et 10 % déposent ou paient leurs impôts en retard, subissant des pénalités automatiques douloureuses.

Pour comprendre la dynamique de la procrastination, Diane Tice et Roy Baumeister ont suivi deux groupes de participants durant un semestre universitaire. Les chercheurs ont d'abord mesuré leur tendance chronique à la procrastination *via* des échelles de personnalité, puis ont collecté des données à deux moments charnières : au début du semestre, lorsque les échéances sont encore lointaines, et à la fin, peu avant la remise des mémoires et des examens finaux. Ils ont constaté un paradoxe fascinant : le « bénéfice » immédiat de la procrastination.

BÉNÉFICES IMMÉDIATS

En début de semestre, les procrastinateurs rapportaient des niveaux de stress significativement plus bas et moins de symptômes de maladies physiques que les étudiants assidus. Pour les auteurs, ce constat validait l'idée que la procrastination représentait une forme de régulation émotionnelle immédiate. En repoussant les tâches jugées rébarbatives, l'individu s'offre un répit hédonique. À court terme, le procrastinateur semble donc « gagner » : il profite de son temps libre tandis que les autres se confrontent à la difficulté de la tâche. Cependant, l'étude a aussi montré que cette économie de stress est une dette dont les intérêts sont désavantageux. Lorsque la fin du semestre approchait, la situation s'inversait de manière spectaculaire. Le stress des procrastinateurs explosait, dépassant largement celui des non-procrastinateurs. Plus grave encore, cette tension se cristallisait dans le corps : les procrastinateurs consultaient davantage les services de santé et souffraient de symptômes physiques accrus (insomnies, problèmes digestifs, maux de tête). Le soulagement temporaire du début du cycle était donc payé au prix fort par une dégradation de la santé globale au moment où l'individu a le plus besoin de ses capacités. L'argument souvent avancé par les procrastinateurs – celui de mieux travailler « sous pression » – était méthodiquement démonté par leurs notes : ceux-ci obtenaient toujours des résultats inférieurs aux examens et aux travaux écrits. L'urgence ne stimulait en rien le génie ; elle forçait

Laurent Bègue-Shankland est professeur de psychologie sociale, il dirige la Maison des sciences de l'homme Alpes.

une exécution précipitée, empêchant toute relecture, réflexion approfondie ou correction d'erreurs.

Au-delà des études (et de ses conséquences fâcheuses comme la production de faux certificats médicaux pour justifier les retards, la triche ou le plagiat, plus fréquents chez les procrastinateurs), la procrastination compromet la trajectoire professionnelle dans son ensemble. Cela s'applique à d'autres domaines, comme l'activité physique (50 % des personnes qui s'inscrivent à la salle de sport abandonnent dans les six mois). Une de ses fréquentes victimes est la santé. Ainsi, dans une méta-analyse comprenant 1,3 million de patients, Timothy Hanna (Queen's University, Canada) a calculé que chaque mois de retard dans le traitement du cancer (sein, colon, utérus…) augmentait le risque de mortalité de 6 % à 13 %. À ce coût direct s'ajoute un coût interpersonnel : voir son conjoint repousser aux calendes grecques une coloscopie ou une mammographie fragilise les relations à long terme, le partenaire considérant que l'autre ne fait pas sa part. Un phénomène paradoxal apparaît au moment de dormir : la procrastination du sommeil. En repoussant l'extinction des feux, on entame son capital d'énergie, ce qui fragilise ensuite la maîtrise de soi. C'est un piège redoutable, car la fatigue est précisément une des causes premières de l'incapacité à réguler son propre comportement.

L'ajournement systématique des tâches s'avère donc le plus souvent contre-productif. La critique de ce travers universel ne date pas d'hier : la procrastination était déjà vilipendée dans des textes datant d'au moins 3 000 ans (guides agraires, documents militaires grecs ou romains, écrits religieux). Bien qu'irrationnelle au premier abord, elle ne découle pas d'un manque de facultés intellectuelles, d'anticipation ou d'abstraction. Les études corrélant procrastination et quotient intellectuel démontrent d'ailleurs que les capacités cognitives ne sont pas en cause : on peut être très intelligent et procrastinateur. Il ne s'agit pas non plus en premier lieu d'un défaut d'organisation ou de volonté, contrairement aux critiques morales et philosophiques qui l'ont longtemps stigmatisée. Bien plus qu'un simple manque de courage ou qu'une manifestation de paresse, la procrastination doit être comprise comme une défaillance de la volonté influencée par le contexte. Elle ne résulte pas uniquement de travers personnels, mais s'inscrit souvent dans des circonstances extérieures contraignantes.



© Martin Stranka

LES INGRÉDIENTS DE LA PROCRASTINATION

La propension à procrastiner est étroitement liée à la nature de la tâche envisagée et à son contexte, ciblant prioritairement les échéances génératrices d'émotions négatives. Si les activités gratifiantes sont rarement différées, celles perçues comme rébarbatives, complexes ou ambiguës provoquent une stratégie d'évitement. L'émotion désagréable induite par la pensée de la tâche, outre qu'elle pousse à trouver une compensation agréable dans l'ici et maintenant, peut produire un phénomène de myopie temporelle, c'est-à-dire une focalisation sur le présent au détriment des conséquences futures défavorables qu'on préfère évacuer.

À la suite des travaux d'Albert Bandura, la recherche souligne qu'une faible confiance dans sa propre efficacité se révèle un prédicteur majeur de ce comportement. Le contexte organisationnel peut aussi générer une représentation négative de la tâche.

Le démon de l'acrasie

Chez les Grecs, l'acrasie (du grec *akrasia*, « manque de maîtrise de soi ») désigne cet étrange paradoxe : je sais ce que je dois faire, et je fais l'inverse. « *Je vois le bien, je l'approuve, et je fais le mal* », comme l'écrit Ovide. On retrouve aussi cette attitude, voisine de la procrastination, à l'échelle collective, par exemple quand il s'agit de mettre en œuvre des politiques environnementales vertueuses. ● H.L.



Une enquête internationale menée en Corée, aux États-Unis et au Canada a ainsi montré que les trois quarts des employés qui ne se sentaient pas traités de manière juste perdaient du temps à naviguer sur Internet durant les heures de travail. Il faut dire que l'omniprésence des outils numériques transforme chaque tâche en un défi d'autodiscipline permanent, surtout lorsque l'environnement est dépourvu de régulation sociale. À cet égard, le télétravail multiplie les occasions de succomber à la distraction, contrairement au bureau où le regard d'autrui soutient l'effort.

La procrastination est accentuée par la « dépréciation temporelle », un concept économique postulant qu'une échéance lointaine perd de son influence sur le processus décisionnel présent. Ainsi, plus un objectif semble lointain, moins il a de poids psychologique. On observe alors une corrélation entre les traits de personnalité et ce rapport au temps : les individus orientés vers le futur sont moins enclins à l'ajournement, alors que les profils impulsifs sont plus vulnérables aux gratifications immédiates, au détriment de la considération des conséquences futures. Piers Steel, chercheur à l'université de Calgary, met en lumière un aspect singulier du problème : les procrastinateurs ont une propension marquée à percevoir les tâches les plus ordinaires comme étant particulièrement pénibles. Si d'aventure vous rangez la lecture de cet article dans cette catégorie de corvées, l'auteur salue d'autant plus votre détermination à être parvenu jusqu'ici ! ●

Gérer son temps : les 7 règles d'or

Les manuels de gestion du temps reposent tous sur un petit nombre de principes.

• **Redéfinir ses priorités.** Gérer son temps, c'est d'abord faire des choix sur ce qui compte vraiment. Le travail à faire, mais aussi le repos, les choses futiles et surtout « nos châteaux intérieurs », c'est-à-dire nos projets les plus chers.

• **Éliminer.** Gagner du temps, c'est savoir éliminer le superflu, dire non à des propositions et repousser les tâches dévoreuses de temps.

• **Évaluer.** Définir des buts précis dans un temps limité, et non des objectifs vagues. Cela suppose de se fixer des délais réalistes.

• **Connaître ses rythmes.** Concentrer ses tâches les plus difficiles dans le moment de la journée où l'on est le plus efficace. C'est la loi des 20/80 : dans l'exécution d'une tâche, on ne passe que 20 % du temps à faire l'essentiel du travail ; les 80 % restants sont consacrés à la finition.

• **Repousser le perfectionnisme**, qui diffère sans cesse l'avancée d'une tâche. Le journaliste procrastinateur passera beaucoup trop de temps à se documenter et enquêter, et ne pourra jamais commencer à écrire…

• **Découper la montagne en morceaux.** Pour déplacer une montagne, il suffit de déplacer chaque jour quelques pierres… De même, décomposer un travail imposant en petites tâches quotidiennes permet d'arriver à ses fins sans être saisi par le découragement.

• **S'accorder des pauses** et des récompenses à la fin de chaque mission accomplie. ● **JEAN-FRANÇOIS DORTIER**

SOURCES

Yue Hu *et al.*, « The neural substrates of procrastination. A voxel-based morphometry study », *Brain and Cognition*, vol. 121, mars 2018.

Fuschia Sirois, *Procrastination. What it is, why it's a problem, and what you can do about it*, American Psychological Association Lif Tools Pub., 2022.

Piers Steel, « The nature of procrastination. A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure », *Psychological Bulletin*, vol. 133, 2007/1.



Autosabordage et effondrement

L'art de se tirer une balle dans le pied

Qu'est-ce qui explique que certains sportifs semblent s'autosaborder alors que le triomphe était à portée de main ? Depuis près d'un demi-siècle, la recherche en psychologie tente de répondre à cette question en décortiquant ce qu'elle appelle le *choke*, l'effondrement sous pression. JEAN-MARIE POTTIER

© TSD Studio/Unsplash

Campée juste derrière la ligne de fond de court, Jana Novotna s'apprête à servir sa deuxième balle. Nous sommes le 3 juillet 1993, sur le court central de Wimbledon et la jeune et offensive joueuse tchèque n'est plus qu'à quelques points de remporter le plus grand tournoi du monde. Dans le dernier set, elle mène quatre jeux à un, balle de cinq jeux à un, face à la numéro une mondiale, l'allemande Steffi Graf.

Son deuxième service part loin, trop loin, un bon mètre au-delà de la ligne. Double faute. «*Oh!*» sonore du public, surpris par une erreur de cette magnitude. Novotna est encore aux commandes, mais plus pour longtemps. Quinze minutes plus tard, Graf remporte le set, le match, le tournoi. Il ne reste à Novotna que ses yeux pour pleurer, penchée sur la royale épaule de la duchesse de Kent lors de la remise du trophée. La faute à ce satané quart d'heure où, comme l'a écrit en 2000 l'essayiste Malcolm Gladwell dans le *New Yorker*, elle s'est montrée «*méconnaissable, plus du tout une joueuse d'élite mais à nouveau une débutante*». Où elle a été victime, comme le disent les anglophones, d'un *choke*, un effondrement sous la pression à l'approche de la victoire.

Un terme devenu très populaire, y compris dans les médias francophones, qui n'hésitent plus à sacrifier à cet anglicisme. Ces derniers mois, on a ainsi pu voir des journalistes français s'intéresser à la capacité des footballeurs d'Arsenal, rarement titrés, à «éviter le *choke*», ou s'interroger sur le fait de savoir si le patineur artistique Ilia Malinin, victime de deux chutes sur la glace de Milan, avait connu «*le plus gros* choke» des derniers Jeux olympiques d'hiver.

TOUT ÉCHEC N'EST PAS UN *CHOKE*

Le *choke*, cependant, ne constitue pas qu'une étiquette journalistique commode, mais un concept très étudié. Dans un article fondateur paru en 1984, le psychologue américain Roy F. Baumeister le définit comme «*la survenue d'une performance inférieure malgré des efforts individuels et un contexte qui réclame une performance supérieure*» (1). Pour cette étude, il a notamment sélectionné dans une salle d'arcade une douzaine d'experts du célèbre jeu vidéo *Pac-Man*, puis leur a dit qu'ils avaient une partie, et une seule, pour réaliser le meilleur score possible. Résultat: par rapport aux scores d'«entraînement», les performances des experts du célèbre petit glouton jaune chutaient de 25% en moyenne.

L'exemple, comme la définition, est un peu court. Depuis, la recherche s'est évertuée à quantifier la baisse de performance qui affecte des athlètes placés sous pression, du biathlon aux fléchettes, du golf au basket. Elle s'est aussi efforcée de préciser la définition du *choke* donnée par Baumeister. Il faut dire que les fans de sport se montrent souvent trop libéraux avec cette étiquette: même l'immense tennisman Roger Federer a pu être qualifié de *choker* par certains détracteurs au motif qu'il a perdu davantage de rencontres où il avait obtenu des balles de match qu'il n'en a gagné après avoir eu des balles de match contre lui... Faire une erreur, gâcher une opportunité, perdre une rencontre, ce n'est pas forcément *choker*. Chercheuse en psychologie du sport à l'université de Swansea (Pays de Galles) et golfeuse émérite, Denise Hill s'est penchée sur ce sujet après avoir craqué à plusieurs reprises sur les greens. «*Une fois arrivée au dix-huitième trou, je peux m'effondrer, mais je peux aussi frapper un coup techniquement mauvais parce que je suis fatiguée: les deux se ressemblent mais l'un est un* choke *et l'autre non*, résume-t-elle. *Les athlètes savent quand ils ont craqué sous la pression et c'est très, très différent d'une mauvaise journée ou d'une performance inférieure à la moyenne.*» Différent, mais pas facile à capturer. En l'état actuel des recherches, on définit généralement le *choke* comme une baisse de performance substantielle par rapport au niveau habituellement affiché par l'athlète, correspondant à un phénomène d'anxiété associé à une pression accrue.

JOUER «PETIT BRAS»

En avril 1996, le célèbre golfeur australien Greg Norman aborde avec cinq coups d'avance la dernière journée du Masters, l'un des plus grands tournois au monde. Trou après trou, il s'effondre, comme s'il ne maîtrisait plus des coups connus par cœur, et conclut son dimanche à la deuxième place. Trois ans plus tard, le monde du golf assiste à un nouvel effondrement inattendu. Le français Jean Van de Velde a trois coups d'avance au départ du dix-huitième et ultime trou de la dernière journée du British Open. Plutôt que de jouer la sécurité, il tente des coups audacieux, puis est victime de scénarios loufoques: un de ses coups heurte une tribune, un autre termine dans un ruisseau. Rejoint par deux de ses concurrents, il s'incline en barrage.

Les mésaventures de l'Australien habitué aux premières places et de l'outsider français figurent en bonne place dans la plupart des études consacrées au *choke*. Leurs scénarios, pourtant, diffèrent fortement. Pastichant le célèbre incipit du *Anna Karénine* de Tolstoï, la spécialiste des sciences cognitives Sian Beilock écrit dans *Choke: What the Secrets of the Brain Reveal About Getting It Right When You Have To* (Free Press, 2010), un essai remarqué sur le sujet, que «*toutes les performances malheureuses se ressemblent, mais chacune est ratée à sa façon*». On trouve par exemple deux modèles explicatifs dominants du *choke*, dits «attentionnels». Le premier, celui de la distraction, le fait résulter de stimuli extérieurs (l'attitude du public, les conditions météo, la perspective de la victoire...) qui encombrent le cerveau et rendent l'athlète inattentif à l'accomplissement de ses gestes. «*Quand vous tirez à l'arc, la meilleure façon de vous concentrer est de vous fixer sur le centre de la cible. Quand votre anxiété croît, votre concentration peut dériver vers des éléments externes non pertinents, par exemple ce que le public peut penser ou le vent dans les arbres à l'arrière-plan*», explique Christopher Mesagno, chercheur en psychologie du sport à l'université de Victoria (Australie).

Le deuxième modèle, dit du *self-focus* («contrôle explicite»), veut que l'anxiété conduise l'athlète à décomposer dans sa tête les différents éléments d'une tâche tellement répétée qu'elle devrait être automatique. Ce n'est pas qu'il ne pense pas assez, c'est qu'il pense trop: il est victime de «paralysie par l'analyse». Dès 1984, Roy Baumeister soulevait cette hypothèse à l'aide d'une métaphore, celle de la machine à écrire: imaginez-vous, pressé de rendre un texte au plus vite, en train de subitement réfléchir à chaque touche que vous devez taper pour former un mot... Dans le monde du sport, c'est ce qui arrive, par exemple, au basketteur qui a en main le lancer-franc de la victoire et, plutôt que produire spontanément ce tir qu'il a pratiqué des milliers de fois, réfléchit à la force ou à l'angle du tir. Ou encore du joueur de tennis qui, alors qu'il a des balles de match, «pense» tellement ses coups qu'ils terminent systématiquement un peu trop courts ou trop mous: il joue «petit bras». «*En gros, vous pensez comme un débutant et vous jouez comme un débutant*», synthétise Denise Hill.

De même qu'il n'existe pas une seule théorie du *choke* mais plusieurs, il n'existe pas un seul facteur contributif mais des dizaines. Qu'est-ce qui explique que, sous pression, certains sportifs s'effondrent là ou d'autres deviennent *clutch*, c'est à dire sortent leurs meilleurs coups ? Ces dernières décennies, la recherche a tenté d'esquisser à quoi ressemblerait un terrain favorable au *choke*. « *Cependant, nous n'en sommes pas au point où nous pouvons dire que ça, ça, ça et ça mènent au* choking, nuance Denise Hill. *Il s'agit plutôt d'une parfaite réunion de facteurs, individuels et situationnels, qui se combinent pour créer un* choke. »

Le cas de la présentation de soi et du « réinvestissement » psychologique est particulièrement intéressant. De nombreuses études se sont intéressées à la façon dont l'attention portée à ses propres sentiments et au regard des autres ou le fait de réexaminer constamment ses motivations étaient propices au *choke*. Dans une étude qu'elle a codirigée, Denise Hill cite ainsi les propos d'un golfeur habitué à s'effondrer sous la pression : « *J'ai peur de me ridiculiser. Je ne pense plus à mon swing. Je pense juste à ce qu'ils sont en train de penser, à ce qu'ils vont dire si je rate mon coup donc je me précipite afin de me débarrasser de tout cela.* » **(2)**

« En gros, vous pensez comme un débutant et vous jouez comme un débutant. »

Denise Hill, psychologue du sport

La recherche s'est aussi intéressée aux facteurs contextuels, sans forcément parvenir à des résultats tranchés. Au milieu des années 1980, Roy F. Baumeister et son confrère Andrew Steinhilber avaient ainsi avancé l'hypothèse d'un *home-field championship choke*, une faillite mentale des équipes qui jouent un trophée à domicile. Explication : jouer devant son public pourrait encourager chez les athlètes l'obsession de la présentation de soi (on imagine à l'avance la célébration devant ses fans et le plaisir qu'on va leur donner) et distraire de la bonne exécution des tâches. Des études ultérieures, fondées sur des échantillons de résultats plus fournis, ont pourtant démenti cette hypothèse : on ne craque pas davantage à domicile quand un trophée est en jeu.

SYNDROME DU TIR AU BUT RATÉ

L'histoire et l'étude du *choke* se nourrissent de ratés entrés dans la légende collective. Celui, par exemple, de Roberto Baggio : le 17 juillet 1994, lors de la finale de la Coupe du monde, l'attaquant italien, connu pour ses prouesses techniques, envoie un bon mètre au-dessus son tir au but, offrant la victoire au Brésil. Geste individuel dans un sport collectif et élément décisif dans la dramaturgie du football contemporain, le tir au but est devenu un laboratoire privilégié de l'étude du *choke*. « *J'ai eu le privilège d'assister à un entraînement de pénalty à un haut niveau et je peux vous dire que c'est toujours la même chose. Tout le monde marque, ou presque*, note le psychologue norvégien Geir Jordet dans *Le syndrome du tir au but* (Alisio, 2025). (...) *Mais ajoutez la foule, les téléspectateurs, les conséquences, la pression, et le match change dramatiquement, comme à aucun autre moment au foot, et les probabilités d'effondrement grimpent en flèche.* »

Jordet a par exemple constaté que les superstars, paradoxalement, arboraient un taux de réussite légèrement inférieur à la moyenne, de même que les joueurs qui frappaient très rapidement après le coup de sifflet de l'arbitre. Dans le premier cas, on a peut-être affaire au facteur de « présentation de soi » : la superstar a conscience d'avoir davantage à perdre de par son statut élevé. Dans le second, on constate un désir, typique de l'anxiété sous pression, d'en finir au plus vite. Un comportement notamment remarqué chez les Anglais, qui ont perdu toutes leurs séances sauf une entre 1990 et 2012. Une culture nationale du *choke* ? Peut-être, a suggéré Jordet, l'explication de cette faillite mentale des tireurs anglais est-elle à rechercher dans le contraste entre un statut de grande nation et une accumulation de défaites (l'Angleterre n'a rien gagné depuis 1966) ou encore dans la légendaire dent dure des tabloïds.

L'Angleterre, depuis, a enfin regagné des séances de tirs au but, même si elle en a perdu une, mémorable, devant son public, en finale de l'Euro 2020. Depuis dix ans, sa Fédération de football a mené un travail psychologique sur cet exercice en compagnie d'experts, dont Geir Jordet. Diagnostiquer les causes du *choke* conduit en effet logiquement à en chercher les remèdes, « *la question à un million de dollars* », reconnaît Denise Hill. Et ce d'autant qu'un épisode d'effondrement sous pression peut entraîner des conséquences psychologiques durables pour un athlète et l'inciter à des comportements à risques.

Certains « traitements » sont très répandus en premier rideau. La mise en place par le sportif, par exemple, d'une « routine » au moment décisif, afin de faire le vide pour écarter les distractions extérieures et ne pas penser à la composante corporelle de son geste : compter un certain nombre d'inspirations ou de rebonds de la balle ou du ballon, regarder l'arbitre... La technique de l'« oeil calme », qui recommande à l'athlète de se concentrer pendant un long moment sur une cible avant de s'exécuter, est aussi très pratiquée, par exemple au golf.

Dans d'autres cas, reconnaît Denise Hill, l'ordonnance est « *bien plus complexe* » à rédiger et peut impliquer de pousser les athlètes à interroger et refaçonner « *leurs croyances les plus enracinées sur eux-mêmes* » afin de leur faire mieux contrôler leurs émotions. « *Je pense que si vous mettez en place les bonnes interventions pour des individus dits "vulnérables au* choking*", n'importe lequel d'entre eux peut se révéler* clutch*, faire mieux dans un contexte de performance, même si cela demandera un travail mental plus dur pour certains* », résume Christopher Mesagno. Avant de disparaître prématurément en 2017, la regrettée Jana Novotna avait d'ailleurs réussi, en 1998, à résister à la pression et aux occasions manquées pour, enfin, remporter Wimbledon. On ne naît pas *choker*, on le devient et, surtout, on n'est pas obligé de le rester. ●

(1) Roy F. Baumeister, « Choking Under Pressure: Self-Consciousness and Paradoxical Effects of Incentives on Skillful Performance », *JPSP*, vol. 46, n° 3, 1984.
(2) Denise M. Hill *et al.*, « A Qualitative Exploration of Choking in Elite Golf », *Journal of Clinical Sport Psychology*, vol. 4, 2010.

L'excès de confiance est maléfique

Gare à la surconfiance en soi, qui peut conduire à de douloureuses désillusions. Son envers, le syndrôme de l'imposteur, accompagne souvent les personnes les plus performantes.

« *Je suis sûr que j'arriverais à lui prendre quelques points, peut-être même quelques jeux.* » Ce genre de pensée mégalomane n'est pas rare chez les joueurs de tennis amateurs qui regardent un choc entre deux champions. Un sous-genre, assez hilarant, de vidéos YouTube le documente d'ailleurs en mettant en scène des duels entre amateurs et professionnels qui tournent dans l'immense majorité des cas à la déconfiture complète des premiers. Cette difficulté à estimer correctement son niveau renvoie à ce qu'on appelle **l'effet ou biais de surconfiance**.

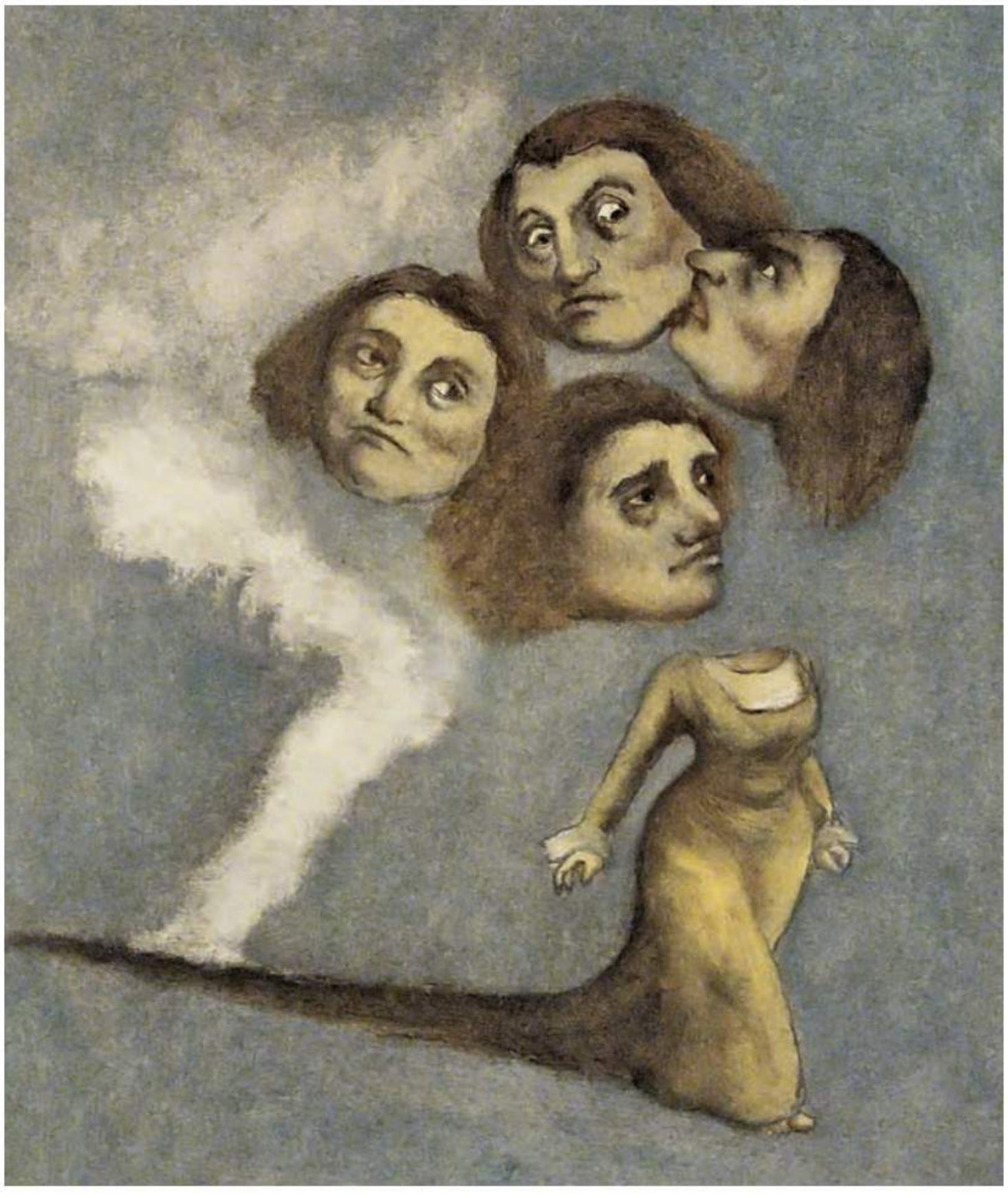
Un phénomène documenté en psychologie, et pas seulement dans le domaine sportif : témoin un célèbre sondage, mené en 2023 par l'institut YouGov, montrant que la moitié des hommes pensaient être capables de faire atterrir un avion de ligne en urgence, contre « seulement » un quart des femmes…

Ce phénomène de surconfiance a été exploré par deux psychologues américains, Justin Kruger et David Dunning. En 1999, ceux-ci ont soumis un échantillon de leurs étudiants à des tests de logique et de grammaire tout en leur demandant de prédire leur classement final. Résultat : ce sont les étudiants les moins performants qui surestimaient le plus leur classement ! On parle depuis de **l'effet Dunning-Kruger** pour désigner la tendance des personnes les moins qualifiées à surestimer leurs capacités. Cet effet a été étudié dans de nombreux cadres, du monde professionnel aux terrains de sport au sens large : une récente étude internationale menée sur près de 3 400 joueurs d'échecs de très bon niveau a ainsi montré que les moins performants estimaient que leur potentiel était substantiellement plus élevé que leur vrai niveau (évalué par le classement Elo, un indicateur très réputé) et que ce jugement flatteur ne se vérifiait pas dans leurs performances devant l'échiquier **(1)**.

Un autre aspect de l'effet Dunning-Kruger, en revanche, est moins souvent cité : les personnes les plus performantes dans une tâche ont tendance, elles, à sous-estimer leurs capacités comparées à celles des autres. Gagner en compétence nous fait gagner en lucidité sur nos performances, mais jusqu'à nous rendre trop critiques envers nous-mêmes.

À la fin des années 1970, les psychologues américaines Pauline Clance et Suzanne Imes avaient ainsi déniché, chez certaines femmes ayant réussi une brillante carrière, un « **syndrome de l'imposteur** » : une tendance à croire qu'elles avaient trompé leur monde en se hissant à un niveau supérieur à leurs qualités réelles. ● **J.-M.P.**

(1) Patrick R. Heck *et al.*, « Overconfidence Persists Despite Years of Accurate, Precise, Public, and Continuous Feedback: Two Studies of Tournament Chess Players », *Psychological Science*, vol. 36, n° 9, 2025.



© Tali Randall

Culpabilité

La tyrannie de l'ange intérieur

Nous ressentons parfois comme la présence, non d'un démon, mais d'un ange intérieur. Il nous encourage à bien travailler, prendre soin de nos proches, etc. Mais l'ange peut devenir vicieux… Et nous culpabiliser à outrance quand nous ne nous montrons pas à la hauteur de ses exigences. JEAN-FRANÇOIS DORTIER

« *J'ai commencé à entendre la voix dans ma tête il y a environ huit ans, alors que j'habitais seule depuis peu* », raconte Mona Chollet dans *Résister à la culpabilisation* (1). Jusque-là, cette petite voix intérieure était comme étouffée par les mots valorisants de son compagnon. Après la séparation, elle est devenue plus présente : « *Ce n'est pas possible d'être aussi conne !* »

Elle survient à toute heure, en toute circonstance. Assise à son bureau, en train de rédiger un chapitre, la petite voix est accusatrice. « *Tu es vraiment sûre de ce que tu écris ?* » ; « *Ce serait peut-être bien de te nourrir des travaux des autres, non ?* (…) *Tu as la science infuse ?* » Si, poussée par le remords, l'autrice se replonge dans des ouvrages, elle intervient : « *C'est bien joli de lire à l'infini, mais il faudrait peut-être penser à produire quelque chose. Ce nouveau livre ne va pas s'écrire tout seul !* »

Preuve que cet « ennemi intérieur » qu'est la culpabilité n'est pas là pour défendre une ligne de conduite particulière : quoi qu'on fasse, elle n'est jamais contente.

L'expression « démons intérieurs » désigne les pulsions, penchants et tentations obsédantes qui nous conduisent sur la mauvaise voie ; la culpabilité, elle, apparaît plutôt comme le message d'un ange exigeant : il n'encourage pas à faire le mal, mais le bien. Toutefois, ses exigences sont très élevées : il faudrait être parfait et irréprochable. La perfection n'étant pas de ce monde, la voix de l'ange devient oppressante.

À QUI LA FAUTE ?

Il y a bien des raisons de se sentir coupable. Le psychologue Yves-Alexandre Thalmann confie qu'il fait partie de ces personnes qui se sentent coupables de tout (les psys n'échappent pas aux troubles qu'ils soignent). « *Longtemps, je me suis senti coupable. Coupable de faire certaines choses, coupable de ne pas en faire d'autres, coupable d'entretenir certaines pensées, coupable d'émotions réprouvées, d'envies inavouables, coupable de n'être pas assez ceci ou trop cela.* » Quand sa mère est tombée malade, il s'est reproché de ne pas aller la voir plus souvent. La culpabilité a commencé à le ronger au point de tomber en dépression (les psys n'y échappent pas non plus). Dans son livre, il cite de nombreux témoignages : cette mère qui se sent coupable de poser son enfant à la crèche avant d'aller au travail, cette autre mère qui se reproche de ne pas éprouver d'attirance pour son nouveau-né, cet homme qui culpabilise d'avoir laissé son père mourir seul, ce professeur qui se juge responsable des échecs de ses élèves. Toutes ses failles peuvent être motif de culpabilité.

Même des victimes peuvent se sentir coupables. Atteinte d'un cancer, cette femme se sent coupable d'être une charge pour sa



La culpabilité n'est pas la voix de la vérité, mais une pensée obsédante.

famille, une autre du viol qu'elle a subi. Il est même des gens qui se sentent coupables d'être heureux ! C'est le cas de Laure, gênée d'avoir mieux réussi que ses frères et sœurs, ou de Marjorie, coupable d'avoir divorcé et refait sa vie alors que son ex vit seul. Mais d'où vient le sentiment de culpabilité ?

Pour Mona Chollet, la culpabilité est en premier lieu un legs du christianisme : « *Notre habitude de nous fustiger doit beaucoup à l'héritage culturel chrétien* » et en particulier au poids du « *péché originel* », lequel s'est particulièrement exercé sur les femmes, « *Ève étant celle par qui le mal arrive* ».

S'il est vrai que l'Église a effectivement beaucoup exploité l'idée de « faute » et les sentiments de culpabilité, l'explication n'est pourtant pas suffisante. Le christianisme n'exerce plus le magistère intellectuel et moral qui a été le sien dans les siècles passés. Et la culpabilité est tout aussi présente dans des sociétés qui ne sont pas de tradition chrétienne (*lire p. 64*).

Autre responsable du sentiment de culpabilité : l'éducation parentale. Selon Mona Chollet, l'éducation répressive continuerait à exercer son « *héritage empoisonné* ». L'éducation répressive, décrite par la psychanalyste Alice Miller (Mona Chollet s'appuie sur cette source unique), a laissé place à une éducation où les injonctions et encouragements ont pris le pas sur les remontrances et les punitions. Parmi les autres sources de culpabilisation, Mona Chollet cite une « *conception punitive du travail* » ; ou encore les formes contemporaines de militantisme : certains arguments écologistes, par exemple, peuvent conduire à intérioriser tous les problèmes de la planète.

Église, éducation, injonction sociale ou normes contemporaines : tout concourrait donc à nous culpabiliser ? Certains auteurs ont défendu la thèse inverse. En 2012, Pierre-Henri Castel a ainsi publié *La fin des coupables*. Dans cette vaste étude sur l'évolution historique du sentiment de culpabilité, l'auteur montre que l'encadrement moral autoritaire des siècles passés s'est progressivement effacé au profit d'une nouvelle forme d'emprise psychologique fondée sur l'autonomie individuelle. La « culpabilité » qui était la marque d'une société répressive laisse donc place

© Tali Randall

à de nouveaux « troubles de la volonté » (comme la dépression). Le sociologue Alain Ehrenberg a fait un constat similaire. Dans *La fatigue d'être soi* (1998), il soutient que le « *drame de la culpabilité* » est le fait d'une société de l'interdit. Or, dans la société actuelle, le culte de l'autonomie et de la performance individuelle fait surtout peser sur les consciences une « *tragédie de l'insuffisance* ». Ce n'est pas tant de la culpabilité (associée à une faute morale) qu'éprouve l'individu que le fait de ne pas « être à la hauteur » d'exigences trop élevées.

PSYCHOLOGIE DE LA CULPABILITÉ

Les causes sociohistoriques de la culpabilité sont une chose (la question est loin d'être tranchée), ses ressorts psychologiques en sont une autre. En la matière, presque tout commence avec Sigmund Freud. Le père de la psychanalyse a été le premier à proposer un modèle psychologique de la culpabilité avec sa théorie du « surmoi ». Dans sa topique (modèle psychologique de la personnalité), le surmoi représente le gendarme intérieur qui surveille et interdit, le juge qui condamne, le maître qui montre du doigt. Freud voyait dans le surmoi, qui émane des interdits paternels intériorisés, le garant de l'ordre social. Sans lui, les passions se déchaîneraient sans frein et rendraient toute vie sociale impossible.

Depuis Freud, la culpabilité a été abordée sous d'autres angles. Un des champs de recherche les plus actifs concerne la distinction entre honte et culpabilité (*voir encadré*). Les neurobiologistes s'intéressent aussi au sujet ; ils en cherchent les substrats neuronaux. Leurs travaux pointent en direction du cortex préfrontal (précisément le cortex préfrontal médian). Cette région du cerveau est connue pour être responsable de l'inhibition des émotions spontanées (elle freine les conduites asociales). Le cortex préfrontal médian est aussi le lieu d'impulsion des actions volontaires requérant un effort sur soi. Concrètement, lorsque vous inhibez un désir immédiat (jeter votre enfant par la fenêtre ou jeter un coup d'œil sur votre smartphone) pour un geste plus louable (« *sois patient* », « *maîtrise ta colère* », « *mets-toi au travail* »...), c'est le cortex préfrontal qui est sollicité.

Se pourrait-il que la culpabilité soit due à un dérèglement ou à une hypersollicitation de cette région cérébrale ? C'est une des pistes suggérées par la neurobiologiste Helen Mayberg dès les années 1990 et qui fait l'objet de nombreuses études. Durant une dépression, l'hyperactivité de cette zone correspond précisément à ce que les patients décrivent : un flux continu de rappels de situations douloureuses (« *tu as commis une erreur, c'est grave* » et de jugements sévères sur soi (« *c'est de ta faute, tu es nul* ») et des ruminations culpabilisantes.

Ce qui devrait rester une réponse normale (et adaptée) – la culpabilité permet de modifier son comportement et corriger ses erreurs – devient chez les dépressifs une réaction autonomisée et incontrôlée. Ce qui expliquerait pourquoi le dépressif a beau savoir que sa culpabilité est excessive, il ne parvient pas à s'en débarrasser.

Pour lutter contre un sentiment de culpabilité qui la tourmente depuis l'enfance, l'écrivaine américaine Elizabeth Gilbert a trouvé un remède : tous les matins, depuis vingt ans, elle s'écrit une lettre à elle-même constituée de messages de bienveillance qui prennent le contrepied de ses pensées négatives et dévalorisantes. La méthode est peut-être efficace, mais elle demande un emploi du temps d'écrivain professionnel !

Les psychologues américains Robert et Lisa Firestone (*Conquer Your Critical Inner Voice*, 2002) prônent aussi l'écriture – mais avec une intention différente. Leur recommandation : traiter la voix intérieure comme s'il agissait d'une voix étrangère à laquelle il faut répliquer rationnellement. Concrètement, si une mère se sent coupable de ne pas passer assez de temps avec son fils, elle doit réfuter le message « *je suis une mauvaise mère, je ne sais pas m'organiser* » que sa voix intérieure lui souffle à l'oreille, pour répondre par des messages plus pertinents : « *chaque mère fait au mieux selon ses possibilités* », « *chacun a le droit d'avoir du temps pour soi* ».

Yves-Alexandre Thalmann raconte quant à lui que sa culpabilité a donc pris une épaisseur démesurée quand sa mère est tombée malade. Il s'est mis à se reprocher quotidiennement de ne pas passer assez de temps auprès d'elle. Dans *Au diable la culpabilité !* (2020), il préconise de mettre à distance sa culpabilité plutôt que de la combattre de front. Cela implique d'abord de prendre conscience que la culpabilité n'est pas la voix de la vérité, mais une pensée obsédante. Si Alain se sent coupable d'avoir envie de partir en week-end avec ses amis plutôt que d'aller voir son vieux père à l'Ehpad, cela ne fait pas de lui une mauvaise personne. Il faut accepter ses limites et ne pas faire peser sur ses seules épaules tout le poids du monde. S'occuper des autres est une bonne chose (Alain va voir son père souvent), mais il est normal aussi que son père soit parfois seul,

Honte ou culpabilité ?

La honte et la culpabilité sont deux émotions voisines, sans être identiques.

• **La culpabilité désigne un sentiment.** Elle porte plutôt sur un acte dont on s'estime responsable : « *J'ai fait quelque chose de mal, j'éprouve des remords.* » Les travaux de psychologie comparée menés par June Price Tangney et Ronda L. Dearing (*Shame and Guilt. Emotions and social behavior*, 2003, non trad.) montrent que le sentiment de culpabilité est aussi présent dans les sociétés non occidentales. Ainsi, la doctrine orientale du karma (bouddhisme, hindouisme) cultive une forte éthique individuelle de la faute.

• **La honte comporte une dimension sociale.** Elle implique le regard d'autrui et la mauvaise estime de soi. Dans *Le sabre et le chrysanthème* (1995), l'anthropologue Ruth Bénédict a opposé « *la culture de la culpabilité* » (propre à l'Occident individualiste où chacun se considère comme responsable de ses actes) à « *la culture de la honte* » (comme au Japon où la norme de groupe pèse fortement sur les consciences). ● J.-F.D.

tout comme il est normal de vouloir prendre du temps pour soi. Épictète invitait déjà à distinguer « *ce qui dépend de nous de ce qui ne dépend pas de nous* » – et à prendre notre juste part de responsabilité.

Du sentiment de culpabilité, nul ne peut complètement s'abstraire, à moins d'être un psychopathe. Il faut donc apprendre à l'apprivoiser plutôt que l'éliminer. Selon Catherine Aimelet-Périssol et Aurore Aimelet (*Apprivoiser sa culpabilité*, 2013), la culpabilité est un sentiment universel, irrépressible et même utile. Comme la peur ou la douleur, elle fait partie de l'appareil psychique normal. Ce n'est pas la culpabilité le problème, mais la culpabilité morbide – celle qui envahit tout et paralyse.

« Apprivoiser » sa culpabilité ne signifie donc pas s'en libérer : on n'échappe pas à ses émotions. Les tentatives de refoulement et les appels à la raison sont voués à l'échec. Les autrices citent le cas de cette jeune avocate qui, après avoir commis une erreur durant une audience, juge qu'elle a mal défendu son client. Depuis, elle est rongée par le remords. Quelle réponse pourrait la soulager sinon accepter que les erreurs arrivent à tous et dans toutes les professions, que nul n'est parfait et qu'au cours d'une vie de travail, on commet tous des erreurs ? Cela fait même partie intégrante de la vie. Il faut en prendre son parti, car le passé ne se refait pas. Apprivoiser sa culpabilité, c'est aussi apprendre à tourner la page. Être responsable sans se sentir toujours coupable. ●

(1) Mona Chollet, *Résister à la culpabilisation. Sur quelques empêchements d'exister*, Zones, 2024.

Un sentiment plus féminin ?

Les femmes se sentent-elles plus coupables que les hommes ? Pour le savoir, les psychologues ont mis au point des questionnaires, comme le Gasp (Guilt and Shame Proneness Scale) ou le Tosca (Test of Self-Conscious Affect).

Ce questionnaire présente une série de scénarios où un individu a commis une faute. Par exemple : « *Vous oubliez un rendez-vous important avec un ami.* » Plusieurs réponses possibles sont proposées : « *je me sens mal d'avoir oublié* », « *je me sens irresponsable et nul* », « *ce n'est pas grave* » ou « *c'est lui qui aurait dû me rappeler* ». Ces enquêtes confirment que les femmes se sentent significativement plus coupables que les hommes, même s'il existe des femmes qui ont une faible propension à la culpabilité. Le niveau de culpabilité des femmes est nettement plus élevé dans le domaine familial (culpabilité liée aux enfants, aux parents, au partenaire) et sur le plan relationnel (amis, collègues de travail). La culpabilité maternelle est un phénomène bien documenté : les mères atteignent des niveaux de culpabilité chronique liés à leur rôle parental sans équivalent chez les pères, même à implication parentale comparable. ● J.-F.D.

SOURCE Nicole M. Else-Quest *et al.*, « Gender differences in self-conscious emotional experience. A meta-analysis », *Psychological Bulletin*, vol. 138, n° 5, avril 2012.

SCIENCES HUMAINES
Faisons connaissance



NOUVEAUTÉ

Comprendre les psychopathologies de notre siècle.

HORS COLLECTION
978-2-36106-964-3
184 PAGES - 17,00 €
EN LIBRAIRIE
OU EN SCANNANT CE QRCODE

Éditions Sciences Humaines

TOUTES NOS PUBLICATIONS SUR NOTRE SITE SCIENCESHUMAINES.COM/EDITIONS

ENTRETIEN

AVEC PIERRE BAYARD

« L'écriture permet de conjurer ses démons intérieurs »

Beaucoup d'artistes et d'écrivains se reconnaissent dans la théorie des personnalités multIples. Un modèle fertile pour comprendre le psychisme humain, selon le psychanalyste Pierre Bayard.

PROPOS RECUEILLIS PAR CÉCILE PELTIER

Docteur Jekyll, respectable philanthrope tourmenté par sa double personnalité, décide un jour de fabriquer une potion qui lui permettrait de dissocier sa face lumineuse de sa face obscure. La nuit, ce citoyen honorable se transforme en M. Hyde, une brute qui commet les pires forfaits. Jusqu'au jour où le double maléfique prend définitivement le dessus…

Cette figure double, mise en scène par Stevenson dans *L'étrange cas du Docteur Jekyll et de M. Hyde* (1886), traverse l'histoire de la philosophie et de l'art. Elle est contemporaine de la naissance de la théorie des personnalités multiples, à laquelle Pierre Bayard consacre son dernier essai. « *Et si l'être humain n'était pas seulement déchiré par des pulsions contradictoires, mais habité par différentes personnalités ?* » s'interroge le professeur de littérature émérite à l'université Paris-8 et psychanalyste dans *Je sommes plusieurs* (Éditions de Minuit, 2025).

Ces personnalités ont-elles une réalité psychique ou sont-elles simplement une métaphore commode pour nous dédouaner de nos actes ? Réponses avec un essayiste qui ne se départit jamais de son humour.

Avons-nous tous plusieurs personnalités ?

Au cours de ma vie, il m'est arrivé à de nombreuses reprises de croiser des gens capables de comportements radicalement différents selon les interlocuteurs et les contextes, au point que l'on pouvait finir par se demander si l'on avait affaire à la même personne… Or, il se trouve que des psychiatres se sont vraiment posé la question !

J'avais en particulier été marqué dans les années 1970 par ma rencontre avec Dominique Aury, éditrice chez Gallimard. Quelle n'a pas été ma surprise lorsque j'ai appris – à une époque où peu de gens le savaient – qu'elle n'était autre que Pauline Réage, l'autrice d'*Histoires d'O* (Pauvert, 1954) ! Encore aujourd'hui, j'ai du mal à concilier l'image de cette vieille dame d'apparence très sage avec l'autrice de ce roman érotique sadomasochiste.

Je pense que nous sommes tous simultanément, mais à des degrés divers, plusieurs personnes. Chez certains – mais

Pierre Bayard

est professeur émérite de littérature française à l'université Paris-8 et psychanalyste. Inventeur de la critique interventionniste, il est l'auteur aux Éditions de Minuit de nombreux essais, fondés sur des expériences de pensée, dont *Comment parler des livres que l'on n'a pas lus ?* (2007), *Le Plagiat par anticipation* (2009), *L'Énigme Tolstoïevski* (2017), *Hitchcock s'est trompé* (2023) et *Et si les Beatles n'étaient pas nés ?* (2024). Ses livres sont traduits dans une trentaine de langues.

© Mathieu Zazzo/Éditions de Minuit

heureusement pas chez tous –, ces personnalités vivent une vie autonome, et, dans les cas les plus aigus, elles peuvent même cesser de communiquer entre elles.

Quel regard la psychologie a-t-elle porté sur cette question ?
Les premiers cas analysés, ceux de Félida ou de Louis Vivet, datent de la fin du 19e siècle, mais n'ont pas eu beaucoup d'écho. C'est véritablement le psychiatre Pierre Janet, qui va développer en France cette théorie des personnalités multiples. Elle connaîtra un certain succès dans notre pays avant d'être éclipsée au début du 20e siècle par la psychanalyse qui – plus « sexy » dans tous les sens du terme, et donc plus séduisante – conquiert les intellectuels et les artistes surréalistes.
Mais cette théorie ne disparaît pas complètement et ressurgit quelques décennies plus tard aux États-Unis, en particulier avec la publication du best-seller de Flora Rheta Schreiber, *Sybil* (1973). Des centaines de milliers d'Américains se reconnaissent alors dans le personnage de cette institutrice – analysée par la psychiatre Cornelia Wilbur – à l'intérieur de qui coexistent seize personnalités, chacune avec sa manière d'être et de penser. Ce roman propose au grand public une description fascinante de ce que l'on appelle aussi un trouble dissociatif de l'identité.

« Nabokov n'était pas pédophile, mais l'une de ses personnalités peut-être, ce qui lui aurait permis d'écrire *Lolita*. »

À la suite de ce succès d'édition, cette nouvelle catégorie psychologique va intégrer en 1980 le *Manuel international de psychiatrie* (*DSM3*) – où elle figure d'ailleurs toujours – et connaître pendant quelques années un succès phénoménal aux États-Unis avant de perdre de l'audience. Mais les questions qu'elle pose demeurent, dont la principale : *combien sommes-nous ?*

Quand ces psychiatres parlent de personnalités multiples, s'agit-il d'humeurs, de facettes ou véritablement d'habitants intérieurs ?
Non, il s'agit vraiment, selon eux, de personnes distinctes à l'intérieur du sujet, chacune ayant son mode de pensée, sa sensibilité, parfois même des caractéristiques physiques différentes (il arrive qu'une personnalité multiple soit tantôt gauchère, tantôt droitière !).
On change vraiment tout à fait de modèle de représentation du psychisme par rapport à ceux auxquels on pense en général. Celui-ci peut sembler assez absurde, mais il permet d'être attentif à la manière dont fonctionnent certains d'entre nous.

Et justement, en quoi la théorie des personnalités multiples diffère-t-elle du modèle freudien ?
Malgré les apparences, et même s'il rompt avec le modèle cartésien, Freud défend une version finalement assez unifiée de l'individu : le « moi » est divisé entre les pulsions désirantes du « ça » et une instance interdictrice, le « surmoi ». Il n'est pas pour autant insensible à la question du dédoublement, puisque le surmoi exerce une autorité morale sur le moi.
Mais la théorie des personnalités multiples va plus loin que lui, en décrivant un conflit entre différentes personnalités qui prennent tour à tour le contrôle de notre psychisme. Chez Sybil, la psychiatre voyait les différents visages de sa patiente se succéder en l'espace d'une séance, sans que celle-ci en ait conscience.
Si l'on recherche des cas extrêmes et terrifiants, on peut penser à ces criminels nazis qui pouvaient participer la journée à l'extermination des Juifs et le soir se comporter en bons pères de famille. On se demande : comment ces personnalités peuvent-elles dialoguer ? Or justement, dans les cas les plus aigus, ces personnalités multiples s'ignorent et ne dialoguent pas entre elles.
Dans un autre registre, j'ai été très frappé par la correspondance de l'abbé Pierre avec certaines de ses victimes comme avec sa hiérarchie : il y manifeste une indignation totale face aux accusations dont il est l'objet. On pourrait dire « quelle hypocrisie ! », mais pourquoi ne pas supposer que les différentes personnalités qui le composaient ne communiquaient pas entre elles ?

Prétendre avoir des personnalités multiples, n'est-ce pas aussi une manière de se dédouaner de ses actes ?
C'est là un risque majeur de cette théorie. On l'a vu aux États-Unis, où certains avocats ont invoqué le trouble de la personnalité multiple pour innocenter leurs clients, ceux-ci assurant qu'ils n'étaient pas au courant des actes commis par leur(s) « habitant(s) » intérieur(s). Et c'est logique après tout : dans une démocratie, contrairement à ce qui se passe dans les régimes totalitaires, il n'y a pas de raison de payer pour son frère, son voisin ou l'un de ses locataires ! Billy Milligan, ainsi, qui prétendait avoir 24 personnalités, sera finalement jugé non responsable de ses crimes en raison de son trouble dissociatif de l'identité. Son histoire a inspiré un livre et plusieurs films.
Mais, d'un autre côté, si vous y réfléchissez, la reconnaissance de cette théorie contribuerait à rétablir la paix sociale.
Il n'y aurait plus de sens en effet à reprocher aux femmes et aux hommes politiques de se contredire ou à accuser son conjoint d'un adultère dont parfois il ignore même l'existence ! Ce modèle est une invitation à la tolérance.

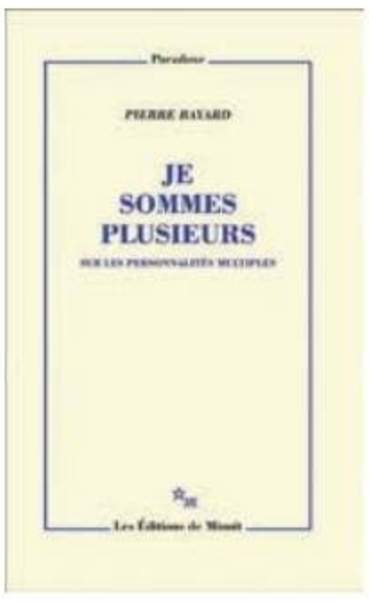
Pourquoi ce type de dédoublement fascine-t-il autant les écrivains ?
Un romancier, dont le métier est d'inventer des personnages, sait qu'il abrite plusieurs personnalités latentes. Il est plus attentif que d'autres à ses habitants intérieurs. En France, Marcel Proust (1871-1922) est l'un des premiers à avoir mis

en scène cette théorie. En effet, il ne connaît pas la psychanalyse, qui ne commence vraiment à se développer qu'après sa mort, mais en revanche, il est familier de l'œuvre de Janet, qui sous-tend sa conception du psychisme.
Dans *Contre Sainte Beuve* (posthume, 1954), ainsi, Proust affirme que l'œuvre littéraire est le produit d'un autre moi, auquel le créateur lui-même n'a presque pas accès. C'est la raison pour laquelle, soutient-il, connaître personnellement les auteurs ne sert à rien pour comprendre leurs livres.
Cette vision s'exprime de manière particulièrement claire dans *À l'ombre des jeunes filles en fleurs*. Lorsque le narrateur rencontre pour la première fois son écrivain favori, Bergotte, il ne reconnaît pas dans ce petit bonhomme barbichu et sans intérêt, au nez en colimaçon, l'extraordinaire auteur des œuvres qu'il aime. C'est exactement la scène que j'ai vécue en rencontrant Dominique Aury…
Autre exemple, à la mort d'Albertine, le narrateur explique que, pour réussir à faire le deuil d'une personne que l'on a aimée, il faut informer de sa disparition chacun des moi qui nous composent. On est vraiment dans Pierre Janet.
Dans son chef-d'œuvre, *Le Carnet d'or* (1962), Doris Lessing décrit très bien aussi ce phénomène. La narratrice, qui ne parvient pas à surmonter son sentiment de fragmentation intérieure, a l'impression d'être occupée par quatre personnalités intérieures, auxquelles elle donne la possibilité de s'exprimer à tour de rôle dans un genre littéraire différent. À la fin du livre, elle fusionne ces voix dans une tentative de réunification.
Quant à Anaïs Nin (1903-1977), elle a réellement vécu des vies dissociées. Pendant 20 ans, elle a jonglé avec deux identités et deux maris, l'un sur la côte est des États-Unis, l'autre, sur la côte ouest, sans compter quelques amants, ce qui l'obligeait à s'organiser ! Pour ne pas s'emmêler dans ses récits, elle avait établi un système de fiches qu'elle consultait avant chaque rencontre, avant de vérifier ce qu'elle avait dit précédemment à ses interlocuteurs, cela afin de ne pas les déstabiliser. Elle avait aussi deux journaux intimes, puis un seul qu'elle réécrivait en permanence avec l'aide de sa secrétaire pour tenter de coller le plus fidèlement possible à une certaine authenticité et créer une forme de cohérence intérieure.

Chez les artistes, comment distinguer réalité psychique et fiction théorique ?
Il est vrai que beaucoup d'écrivains en jouent. Ils mettent leur pluralité au service de leur travail créatif. C'est le cas, par exemple, de Pessoa, qui revendique près d'une dizaine de personnalités – dont quatre principales –, qui s'expriment dans son œuvre. Ces différents « moi » ont des caractéristiques physiques, des biographies, un style littéraire propres et même une date de naissance et de mort.
L'écriture peut aussi permettre de conjurer ses démons intérieurs. Nabokov n'était pas pédophile, mais l'une de ses personnalités peut-être, ce qui lui aurait permis d'écrire *Lolita*. De même que beaucoup d'auteurs de polars, des gens charmants dans la vie, hébergent des personnalités terribles, qu'ils exorcisent dans leurs romans.
C'est pour cela que je suggère à mes collègues universitaires d'étudier – et de faire étudier – les auteurs sous leurs différentes identités : Romain Gary et Émile Ajar ; Flaubert 1 et Flaubert 2, etc. Ce qui aurait pour avantage d'enrichir la recherche en créant de nouveaux sujets de thèse à partir de ces nouveaux auteurs !

Ces personnalités sont-elles des amies ou des ennemies ? Faut-il chercher à les domestiquer ou les laisser s'exprimer dans la singularité ?
Tout dépend des situations. Dès lors que des patients souffrent de cette division et peuvent se mettre en danger, un travail thérapeutique est souhaitable pour tenter de domestiquer ces personnalités multiples.
Mais, lorsque quelqu'un, à l'instar d'Anaïs Nin, parvient à contrôler ses différents « moi », pourquoi faudrait-il renoncer à la richesse que peut constituer la multiplicité ? La romancière a eu deux thérapeutes – l'un sur la côte est des États-Unis, l'autre sur la côte ouest – qui l'ont incitée à rompre avec cette vie multiple : à « *descendre du trapèze* » pour tenter de se réunifier. Dans sa situation, il me semble que ce n'était ni nécessaire ni souhaitable, cette pluralité, gérée sereinement, étant un aiguillon créatif. Se connaître soi-même, c'est connaître les différentes personnalités qui nous habitent…
Je pense aussi à Romain Gary, qui a toujours envisagé sa multiplicité – culturelle notamment – comme quelque chose de positif. Il a cette phrase que je cite en exergue de mon livre : « *Lorsqu'on dit de moi "c'est une forte personnalité", cela m'étonne : des personnalités, j'en ai vingt et je ne vois pas comment un conflit constant entre elles peut donner une seule forte personnalité.* »

Et vous, Pierre Bayard, êtes-vous plusieurs ?
Il est probable qu'il y ait plusieurs Pierre Bayard – il faudrait demander aux gens qui me connaissent s'ils ont cette impression ! –, mais je ne me sens pas dissocié comme les personnages de mon livre.
Cela dit, je trouve que ce serait bien d'inventer un système d'écriture inclusive permettant à chacun d'exprimer ses différentes personnalités. En disant sans cesse « je », nous nous simplifions et nous condamnons de ce fait à une forme de réduction de notre richesse intérieure ! ●





Chaque mois, nous vous proposons, « à l'aveugle », un grand texte lié au thème du dossier, pour vous inviter à en savourer les idées et le style, sans préjugés.

QUI A ÉCRIT CE TEXTE ?

*

« Le démon, c'est le ferment qui met nos âmes en effervescence,
qui nous invite aux expériences dangereuses, à tous les excès,
à toutes les extases. Chez la plupart des individus, cependant,
chez les natures moyennes cette partie à la fois précieuse et dangereuse
de l'âme ne tarde pas à se résorber et à disparaître ;
ce n'est qu'en de rares moments, dans les crises de la puberté,
dans les instants où l'amour et le désir sexuel agitent le cosmos intérieur
de l'homme, que cette volonté de sortir de soi, cette exaltation,
ce manque de contrôle vont jusqu'à s'affirmer dans la banale existence
bourgeoise. En temps ordinaire, les hommes mesurés étouffent en eux cette
poussée faustienne, le travail la calme, l'ordre la réfrène,
la morale la chloroforme : le bourgeois est toujours l'ennemi juré
du désordre, non seulement dans le monde mais aussi en lui-même.
Chez chez celui qui crée, l'inquiétude féconde persiste,
elle exprime son insatisfaction des œuvres du jour, elle lui donne
"ce cœur élevé qui se tourmente" *dont parle Dostoïevski.*
Tout ce qui nous pousse nostalgiquement et curieusement
au-delà de notre moi, de nos intérêts personnels nous le devons
au démon qui est en nous. »



« Le démon, c'est le ferment qui met nos âmes en effervescence. »

© Emma Theron/Unsplash



NOTRE SÉLECTION DE LECTURES

Nos démons intérieurs

Démonologie : le fond mythologique

Théogonie, Hésiode, Les Belles Lettres (CUF), 1928.

Le texte fondateur. C'est aux vers 211-232 que Nyx enfante seule sa progéniture nocturne : Moros, Ker, Hypnos, les Oneiroi, Momos, Oizys.

L'Univers, les dieux, les hommes, Jean-Pierre Vernant, Seuil, 1999.

Vernant y retrace les grands récits grecs dans une langue orale, presque contée. C'est un excellent point d'entrée pour comprendre la *Théogonie*, où les puissances nocturnes ont une fonction et pas seulement une place.

Psychanalyse et profondeur

***Au-delà du principe de plaisir* (1920),** Sigmund Freud, rééd. PUF, 2013.

Le texte qui introduit Thanatos (la pulsion de mort) comme force intérieure qui travaille contre la vie, contre soi.

***Dialectique du Moi et de l'inconscient* (1933),** Carl Gustav Jung, Gallimard.

Jung y développe le concept d'Ombre : cette part de soi que l'on refuse d'intégrer et qui peut agir à la place du sujet.

***L'automatisme psychologique* (1889),** Pierre Janet, rééd. L'Harmattan, 2005.

Janet montre que la psyché n'est pas un bloc unifié mais un système à géométrie variable, apte à sécréter des automatismes qui sabordent la volonté consciente.

Pour un regard philosophique

« Responsibility Without Blame », Hanna Pickard, *Philosophy, Psychiatry & Psychology*, 2011.

Cette philosophe – et clinicienne – propose un cadre éthique pour aborder les conduites autodestructrices. Elle invite à « responsabiliser sans blâmer », ce qui suppose de comprendre la logique interne de ces comportements plutôt que de les traiter comme des maladies.

La petite voix de l'anorexie

« The Battle Within: A Qualitative Meta-Synthesis of the Experience of the Eating Disorder Voice », Tragantzopoulou *et al.*, *Healthcare*, vol. 12, n° 22, 2024.

À partir de témoignages cliniques, cet article analyse la « voix du trouble alimentaire » comme une instance internalisée, souvent vécue comme distincte du soi. Les auteurs soulignent l'ambivalence de cette voix, à la fois persécutrice et structurante.

S'effondrer sous pression

Choke, Sian Beilock, Free Press, 2010.

Pourquoi des sportifs, artistes, étudiants, entrepreneurs s'effondrent-ils parfois sous la pression alors qu'ils semblent avoir tout pour exceller ? La chercheuse en sciences cognitives Sian Beilock synthétise des années de recherche sur le phénomène dit du *choking under pressure*… et les meilleurs moyens de le contrecarrer.

Pour ruminer tranquille

***Éloge des ruminations mentales*,** Yves-Alexandre Thalmann, Odile Jacob, 2025.

Thalmann part d'un constat neurologique : le vagabondage mental, un avantage adaptatif propre aux humains, peut basculer en ressassement toxique. Le livre propose d'apprivoiser nos ruminations et pour cela, de se réconcilier avec sa voix intérieure.

La série qui fait réfléchir

***Les Soprano*,** série télévisée créée par David Chase, HBO, 1999-2007.

Tony Soprano, gangster redouté, est aussi un homme qui souffre. Il ressasse sans cesse ses décisions, ses peurs et ses colères. Ses séances chez la psychiatre deviennent le théâtre de ces pensées en boucle, où culpabilité et paranoïa s'alimentent mutuellement.

Réponse de la page 70 : **Stefan Zweig,** *Le Combat avec le démon, Kleist, Hölderlin, Nietszsche*, trad. d'Alzir Hella, Le Livre de Poche, 2004.

© Engin Akyurt/Unsplash

N° 199
MAI 2026

philosophie magazine

À qui appartient mon temps ?



PORTRAIT D'UN OFFICIER
De la lecture de Hegel aux champs de bataille

DÉCOUVRIR LA PENSÉE PERSANE
Avicenne, Rûmî, Suhrawardî, Mûlla Sadrâ

LÉA YPI
L'intellectuelle albanaise qui réinvente le socialisme

Cahier central
MANIFESTE POUR LIBÉRER L'ATTENTION



En vente chez votre marchand de journaux

et sur **philomag.com**

EDWARD SAÏD

Le contrepoint du monde colonial

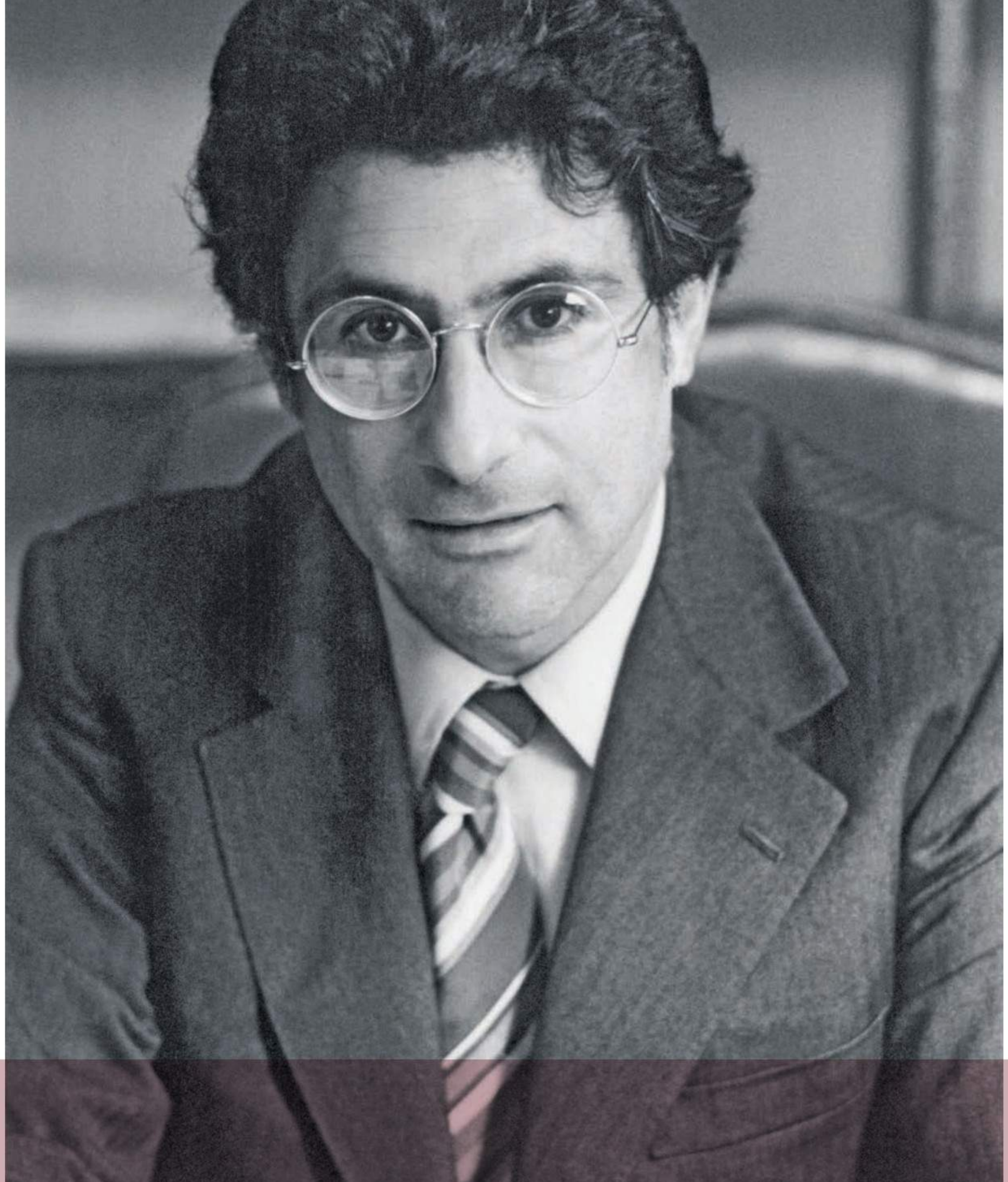
De la Palestine aux États-Unis en passant par l'Égypte et le Liban, Edward Saïd s'est toujours situé entre plusieurs espaces. De ce lieu d'hybridation qu'est l'exil, il a produit une œuvre critique et humaniste pour faire entendre les voix négligées du monde colonial. LÉO FABIUS

En musique, on appelle « contrepoint » l'art de faire dialoguer plusieurs voix sans les confondre, de les faire se répondre jusqu'à créer une harmonie de leurs tensions. À la fois palestinien et états-unien, intellectuel engagé et professeur de littérature réputé, Edward Saïd aimait l'art du contrepoint. Sa vie durant, il a cherché à lire, penser, écrire, enseigner en contrepoint : faire entendre, à côté de la voix dominante de l'Occident, les autres voix, dont l'écho persiste dans les silences de l'histoire.

Cette préoccupation devait rencontrer celles d'un monde postcolonial en pleine mutation. Près d'un demi-siècle après sa publication, son livre le plus connu, *L'orientalisme* (1978), fait figure d'œuvre fondatrice. Il a renouvelé la pensée critique et donné naissance au champ des « études postcoloniales ». Son succès a dépassé le cercle universitaire. Aujourd'hui encore, la réflexion de Saïd continue de stimuler toute une génération d'intellectuels, d'artistes et de militants, soucieuse de déceler, derrière « l'Orient » raconté par « l'Occident », les signes d'un pouvoir qui se raconte lui-même en prétendant décrire l'autre. Mais avec ce succès, on accusa bientôt Saïd d'essentialiser l'Occident et l'Orient, d'opposer deux blocs pour nourrir les ressentiments du second envers le premier. Pourtant, sa vie et son œuvre témoignent du contraire : exilé partout et chez lui nulle part, Saïd fut un homme des lisières, des passages et des traductions ; humaniste obstiné toujours au travail, il n'eut jamais le luxe de se réfugier dans une identité fixe, dont il mesurait à la fois l'illusion et le piège.

Né en 1935 à Jérusalem, dans la Palestine sous mandat britannique, il reçoit le prénom anglais Edward, choisi par sa mère en hommage au prince de Galles. Son nom, « Saïd », sonne évidemment arabe mais n'appartient ni à son père ni à sa mère. Revenant sur ce mystère dans ses mémoires, *Out of Place* (*À contre-voie*, 2002), il affirme que, dans sa famille, personne n'est capable d'expliquer ce nom venu de nulle part. Premier « hors-lieu » décisif, la naissance du jeune Edward est d'emblée placée sous le signe d'une dissonance : un prénom « *bêtement anglais* », inspiré d'une idole impériale, accolé à un patronyme arabe inventé. Pour les Anglais, il est arabe ; pour les Arabes, son prénom le rend suspect. Pour l'intellectuel qu'il deviendra, l'imbroglio a de quoi nourrir le doute sur l'idée même d'origine, autant qu'une interrogation constante sur l'arbitraire des noms et des représentations.

Mais ce n'est pas tout : arabe, Edward Saïd est issu d'une famille chrétienne protestante, c'est-à-dire une minorité dans la minorité chrétienne orthodoxe, et dans une société palestinienne majoritairement musulmane. Bientôt, c'est au Caire, dans un autre pré carré de l'Empire britannique déclinant, qu'il suit ses parents pour ses premières années de formation. De son père, né Wadie Ibrahim à Jérusalem, qui se fera plus tard appeler William, il hérite la nationalité états-unienne. Celui-ci, en effet, l'est devenu après avoir vécu un temps aux États-Unis et servi dans l'armée pendant la Grande Guerre. Il impose une discipline de fer, que Saïd décrit comme une « *combinaison dévastatrice de pouvoir et d'autorité* ». Mais de sa mère, Hilda, née à Nazareth au sein d'une famille d'origine libanaise, il reçoit l'amour protecteur. Elle est sa complice intime. Celle qui lui transmet le goût de la musique, des langues et des livres : dès 6 ans, il apprend le piano ; à 9 ans, elle lui fait lire *Hamlet*. La lecture de la pièce fait même l'objet d'une mise en scène complice entre les deux : ils s'isolaient du reste de la famille dans le salon pour jouer la pièce. Saïd se souvient avec enchantement de la répartition des rôles : sa mère incarne la reine Gertrude et la fragile Ophélie, tandis qu'il donne la réplique avec Hamlet, Horatio et le roi



Un prénom inspiré d'une idole impériale, accolé à un patronyme arabe inventé. Pour les Anglais, il est arabe ; pour les Arabes, son prénom le rend suspect.

© Bettmann/Getty Images





Ci-contre : un marché au Caire en 1940, ville de l'enfance d'Edward Saïd ; ci-dessus : réfugiés palestiniens chassés de leur village lors de la Nakba de 1947-1948.

Après la Nakba, la Palestine cesse d'être un souvenir éthéré pour devenir une cause politique et un drame partagés.

Claudius. Alors si, par malheur, cette mère si aimante lui retire brusquement son affection, l'enfant plonge dans une « *panique métaphysique* ».

Au Caire, la famille habite un grand appartement sur l'île de Zamalek, une enclave coloniale pour étrangers et locaux privilégiés. C'est dans cet environnement aisé et étrangement hybride qu'Edward grandit : entre la maison familiale de Jérusalem, l'appartement du Caire et les étés au Liban. L'enfant a l'impression de passer d'un espace à l'autre, comme un « *dirigeable suspendu* » au-dessus du monde, protégé par les passeports états-uniens « *magiques* ».

Pourtant, sous cette protection matérielle, Saïd se vit déjà comme une sorte de délinquant culturel dont le moi intime reste tapi sous son uniforme d'écolier. Au sein des écoles coloniales d'élite du Caire, on punit de coups de bâton l'usage de sa langue maternelle, l'arabe. Dans cette atmosphère de « *servilité haineuse* », il apprend l'histoire des rois d'Angleterre tout en sentant qu'il reste, aux yeux de ses maîtres, un subalterne – qu'importe son talent au piano ou sa passion pour William Shakespeare. Dans ses mémoires, il raconte la blessure intacte d'une expérience fondatrice. L'incident se produit à la tombée de la nuit, alors que le jeune garçon traverse un terrain de sport pour rentrer chez lui. Le directeur anglais, Mr Pilley, l'aperçoit et l'interpelle : « *Que fais-tu ici, boy ?* » Lorsque Saïd explique qu'il rentre simplement chez lui et qu'il est membre du club, Mr Pilley le coupe : « *Ne me réponds pas, boy.* [...] *Les Arabes ne sont pas autorisés ici, et tu es un Arabe !* »

Jusque-là, l'identité d'Edward Saïd n'était qu'un mélange confus de noms, de langues et de villes. Mais soudain, le mot « Arabe » lui colle à la peau comme un stigmate. Il rapporte la scène à son père – qui n'y donnera aucune suite. Sans doute, cette humiliation installe chez Saïd un sentiment de honte qui deviendra un des motifs de son œuvre future. Au fond, Mr Pilley n'avait pas vu l'enfant, ni le talentueux pianiste, ni même le membre privilégié du club ou le détenteur d'un passeport états-unien. Il n'avait vu qu'une catégorie textuelle et raciale pour justifier sa présence à lui : l'Arabe.

L'ÉVEIL POLITIQUE FORCÉ

À ce moment, Edward n'a pas 10 ans. La blessure est vécue intimement sans trouver encore à se dire dans le langage de la politique. D'autant plus que dans l'appartement protégé de l'île de Zamalek on évite de parler politique. En 1947-1948, elle force pourtant la porte de leur vie de famille. La création de l'État d'Israël est synonyme de catastrophe, ou *Nakba* pour les Palestiniens. D'après les travaux d'Ilan Pappé, figure des « nouveaux historiens » en Israël dont l'importance sera saluée par Saïd, la politique sioniste entraîne, avec l'exécution du plan Daleth, le déracinement de « *près de 800 000 personnes – plus de la moitié de la population indigène de Palestine* » (*Le nettoyage ethnique de la Palestine*, 2006). Parmi eux, oncles, tantes, cousins de Saïd contraints d'arriver à leur tour au Caire. Et, cette fois, ils portent avec eux le fracas de la tragédie de l'histoire. La famille est aussi dépossédée de sa maison à Jérusalem en

Gauche : © Bettmann/Getty Images - Droite : © Pictures From History/Universal Images Group via Getty Images)

décembre 1947. Cinquante ans plus tard, un documentaire de la BBC montre Saïd faire face à ce logis intact et désormais occupé par d'autres (*In Search of Palestine. Edward Saids return home*, 1998). Devant ce passé recouvert, il affirme que la mémoire des lieux reste une arme contre l'effacement orchestré. Et si l'injustice demeure vive, c'est parce que cette expulsion massive de 1948 est écartée du récit dominant de la création d'Israël. Il l'affirmera avec constance : la reconnaissance de cette blessure historique est le préalable indispensable à toute réconciliation future.

Mais pour l'heure, Edward a 12 ans et c'est la fin de son enfance. Si son père se résigne face à la catastrophe, répétant que « *le passé est le passé* », la politique commence à entrer dans la conscience du jeune Saïd. Une entrée par la voix de sa tante Nabiha, qu'il décrit comme la « *sainte patronne* » des réfugiés palestiniens au Caire. Lors d'un déjeuner, il l'entend parler du massacre de Deir Yassine, village à l'ouest de Jérusalem, où plus d'une centaine d'habitants furent tués le 9 avril 1948 par une organisation paramilitaire sioniste. Ce souvenir hante les mémoires de Saïd. La Palestine cesse d'être un souvenir éthéré pour devenir une cause politique et un drame partagés, sentis confusément dans sa chair.

© Bettmann/Getty Images

Joseph Conrad, en 1923, sur un navire qui le conduit à New York.



L'EXIL AMÉRICAIN

Au collège, Edward Saïd devient turbulent – ou plutôt : un rebelle dont l'intelligence vive sert de rempart contre l'autorité arbitraire. Il agace ses professeurs… et son père. Après un énième incident, il est exclu de l'établissement pour « *mauvaise conduite* ». C'en est trop pour son père, qui l'envoie aux États-Unis, d'autant qu'une contrainte juridique oblige Saïd à y résider un temps pour conserver sa citoyenneté. Et puis, ce père sévère veut l'astreindre à se forger une autonomie, en l'éloignant de l'emprise affective de sa mère. L'adolescent quitte seul Le Caire pour rejoindre une école puritaine du Massachusetts en 1951.

Là-bas, puis à Princeton dans le New Jersey, le jeune Saïd traverse un double exil, à la fois géographique et intérieur. La densité du Caire s'efface dans le paysage désolé des forêts. À l'internat évangélique, il subit la brutalité d'un système qu'il vit comme une machine à discipliner et broyer les différences. Princeton prolonge l'épreuve. Derrière les façades aristocratiques, il découvre la violence feutrée de l'entre-soi blanc. Mais cela fait aussi naître en lui une nouvelle force d'indépendance et de résistance. L'élève se montre brillant. Auprès de quelques professeurs attentifs, il expérimente la puissance interprétative du texte et s'y exerce. Car lire est un art. Il apprend à aimer la difficulté et l'ambiguïté textuelle, s'y confronte comme à son propre morcellement. Il est seul, mais les mots sont une terre accueillante.

Son diplôme en poche et après une année de retour au Caire, où il tente sans conviction de s'insérer dans l'entreprise paternelle, il rejoint Harvard en 1958 pour un doctorat en littérature. Il vient de rencontrer une œuvre dont il sent l'importance : Joseph Conrad, grand romancier de la mer, né en Ukraine dans l'Empire russe, d'origine polonaise et d'expression anglaise. Dans un entretien de 1996, Saïd dira : « *Il avait cette étrange sorte de conscience en exil ; il était toujours en dehors de n'importe quelle situation sur laquelle il écrivait, et j'éprouve cette affinité avec lui* » (*Dans l'ombre de l'Occident et autres propos*, 2011). Comme Conrad, Saïd s'inventera une place par le texte et dans une langue d'emprunt. Son doctorat est une exploration de la conscience conradienne, à travers ses lettres et ses récits courts. Nourri par *La science nouvelle* de Giambattista Vico (1725), il s'intéresse aux conditions d'émergence de l'œuvre. Il en retient que l'histoire n'est pas une donnée simple, mais un objet multiple construit

De Joseph Conrad, Edward Saïd dira : « Il avait cette étrange sorte de conscience en exil. »

par l'homme – une intuition au départ de sa future critique de l'orientalisme. Le texte n'est jamais isolé du monde. Il est chargé d'une « mondialité » (*worldliness*) qui l'inscrit dans une économie des savoirs et des pouvoirs, comme il le détaillera dans son recueil *The World, the Text, and the Critic* (1983). Mais son travail montre surtout comment Conrad cherche à stabiliser son identité par la fiction de l'autobiographie, tout en maintenant le doute sur la vérité de toute représentation.

En obtenant son doctorat en 1963, Saïd achève une métamorphose : le « *délinquant culturel* » est désormais un savant capable de marier l'érudition occidentale à la lucidité de l'exilé. De quoi préfigurer une autre transformation : celle de l'homme de lettres en intellectuel public.

UN INFATIGABLE INTELLECTUEL PUBLIC

L'œuvre d'Edward Saïd prend forme dans cette tension : entre la sérénité de la bibliothèque mondiale et les déchirements de l'histoire politique et personnelle ; entre l'homme de lettres retiré et l'humaniste activiste par obligation. À la suite de sa soutenance, il obtient un poste à l'université Columbia, à New York, où il fera toute sa carrière académique. Une situation confortable qui lui permet de s'adonner au piano et de travailler à la publication de sa thèse sur Joseph Conrad, son premier livre.

Mais ce confort dure peu. En 1967, l'histoire le rattrape avec la guerre des Six Jours. Un véritable séisme dans sa vie : « *Le monde que je connaissais est parti en morceaux* », raconte-t-il dans le même entretien de 1996. En une semaine, l'armée israélienne envahit Jérusalem-Est, la Cisjordanie, la bande de Gaza, le Golan et le Sinaï. Le Conseil de sécurité de l'Onu adopte à l'unanimité la résolution 242 qui réclame le « *retrait des forces armées israéliennes des territoires occupés* » – elle ne sera jamais appliquée. Saïd suit l'événement *via* la presse nord-américaine. Tandis qu'on souligne les compétences militaires israéliennes, toutes les figures de l'indignité sont mobilisées pour désigner les Arabes : du barbare au terroriste en passant par le fanatique. Saïd est indigné par ces discours. Il a beau être exilé et professeur de littérature anglaise dans une prestigieuse université occidentale, il sent qu'on parle de lui et du monde qu'il connaît.

Ce choc de 1967 pousse Saïd à se tourner de nouveau vers sa terre natale. « *J'ai commencé à me faire à cette partie de mon histoire quelque peu réprimée, la partie arabe* », confie-t-il en entretien. À partir de 1969, il se rend à Amman, en Jordanie, et plus souvent à Beyrouth. D'un côté, il entreprend l'étude de la littérature et de la philosophie arabes – qu'il ignorait largement par sa formation « *occidentale* ». De l'autre, il se lie au mouvement palestinien et débute ses premières interventions médiatiques sur le sujet. Il n'en oublie pas pour autant ses travaux universitaires. Mais son œuvre théorique se nourrit progressivement d'une nouvelle dimension politique. Quand il publie *Beginnings* (1975), qui traite du « *commencement* » en littérature, non comme une origine divine mais comme un acte de la volonté humaine, on perçoit le spectre discret de son inquiétude pour la Palestine : comment renaître après la catastrophe sans être écrasé par le passé ?

Ces deux aspects de Saïd, le critique littéraire et le critique politique, sont indissociables. Publié en 1978, *L'orientalisme* en est la preuve évidente. Certes, Saïd s'attache à lire et déchiffrer la littérature moderne des empires français et britannique au sujet de l'Orient. Mais il s'agit moins d'analyser un genre littéraire que de faire l'archéologie d'un type de discours et de représentations, mobilisé par un système de domination politique, militaire et imaginaire. Le succès de l'œuvre ouvre une brèche pour le champ des études postcoloniales. Il propulse Saïd sur la scène médiatique internationale en tant qu'intellectuel. Pour l'homme de lettres, c'est une tâche ingrate. Mais c'eût été plus ingrat encore, semble-t-il penser, de se dérober à cette obligation : faire entendre la voix des victimes et leur part de récit.

Devenu membre du Conseil national palestinien (CNP) en 1977, traducteur de la déclaration d'indépendance de l'Organisation de libération de la Palestine (OLP) en 1988, il assume le rôle de « *Monsieur Palestine* » dans les médias états-uniens. Internet conserve encore les archives de nombreuses interventions. Sa parole est éloquente, sûre et captivante, mais son regard semble inquiet de ne pas réussir à trouver son destinataire. Jusqu'à la fin de sa vie, il cherche infatigablement à porter sa parole dans la conversation publique, lutte pied à pied contre les accusations infamantes de « terrorisme » parce que Palestinien. Il va même déconstruire la manière dont le dispositif médiatique « *couvre* » les événements du « *reste du monde* », c'est-à-dire les recouvre



Un soldat israélien contrôle un jeune Palestinien en novembre 2000, à Hébron, en Cisjordanie, après le début du soulèvement de la seconde Intifada (2000-2005).

© David Silverman/Newsmakers/Hulton Archive/Getty Images



Edward Saïd en 2001.

Pour Saïd, il s'agit de considérer la pluralité des récits, non pour les séparer mais pour les réunir comme dans une polyphonie.

d'une image essentialisante qui sert en fait une géopolitique impériale (*Covering Islam*, 1981). Malgré les insultes, il continue d'opposer un point de vue humaniste qui reconnaît à chaque différence et à chaque souffrance humaine une égale dignité (*La question de Palestine*, 1979). Aucun malheur n'a le droit d'effacer l'autre pour s'affirmer. Cela vaut pour les Palestiniens comme pour les Israéliens. Cela vaut pour n'importe quel peuple, soutient-il simplement. Publié en 1993, *Culture et impérialisme* le dit autrement : il s'agit de considérer la pluralité des récits, non pour les séparer mais pour les réunir comme dans une polyphonie. Voilà pourquoi, contre les Accords d'Oslo, scellant la séparation de deux États sans exiger un égal traitement de leurs ressortissants et un droit à l'autodétermination, il défend la solution d'un État binational, démocratique, laïque et assurant l'égalité de tous, comme seul horizon viable sur le territoire de la Palestine historique. S'éloignant ainsi des manœuvres politiciennes du CNP d'Arafat, Saïd redevient ce qu'il appelle un « *intellectuel amateur* », n'ayant de compte à rendre à aucun pouvoir.

En 1991, on lui diagnostique une leucémie qu'il combattra jusqu'à sa mort en 2003. Cela explique l'urgence d'écrire des dernières années : ses mémoires personnelles pour mettre à l'abri de la mort le monde perdu de son enfance, ses essais de critique littéraire et ses interventions politiques dans la presse internationale.

Il laisse ainsi une œuvre foisonnante, protéiforme, difficile à classer : celle d'un penseur errant, arraché à l'exil, comme il le voulait lui-même. « *Je suis le dernier intellectuel juif* », déclare-t-il avec malice au journal israélien *Haaretz* en 2000. Mais seul, peut-être, son ami poète Mahmoud Darwich a su cerner d'une formule le lieu d'où pensait cet humaniste intranquille. Dans *Contrepoint*, le poème hommage qu'il lui dédie après sa mort, Darwich prête ces mots à Saïd : « *Je suis le multiple…* [...], *j'appartiens à l'interrogation de la victime.* » ●

© Leonardo Cendamo/Hulton Archive/Getty Images

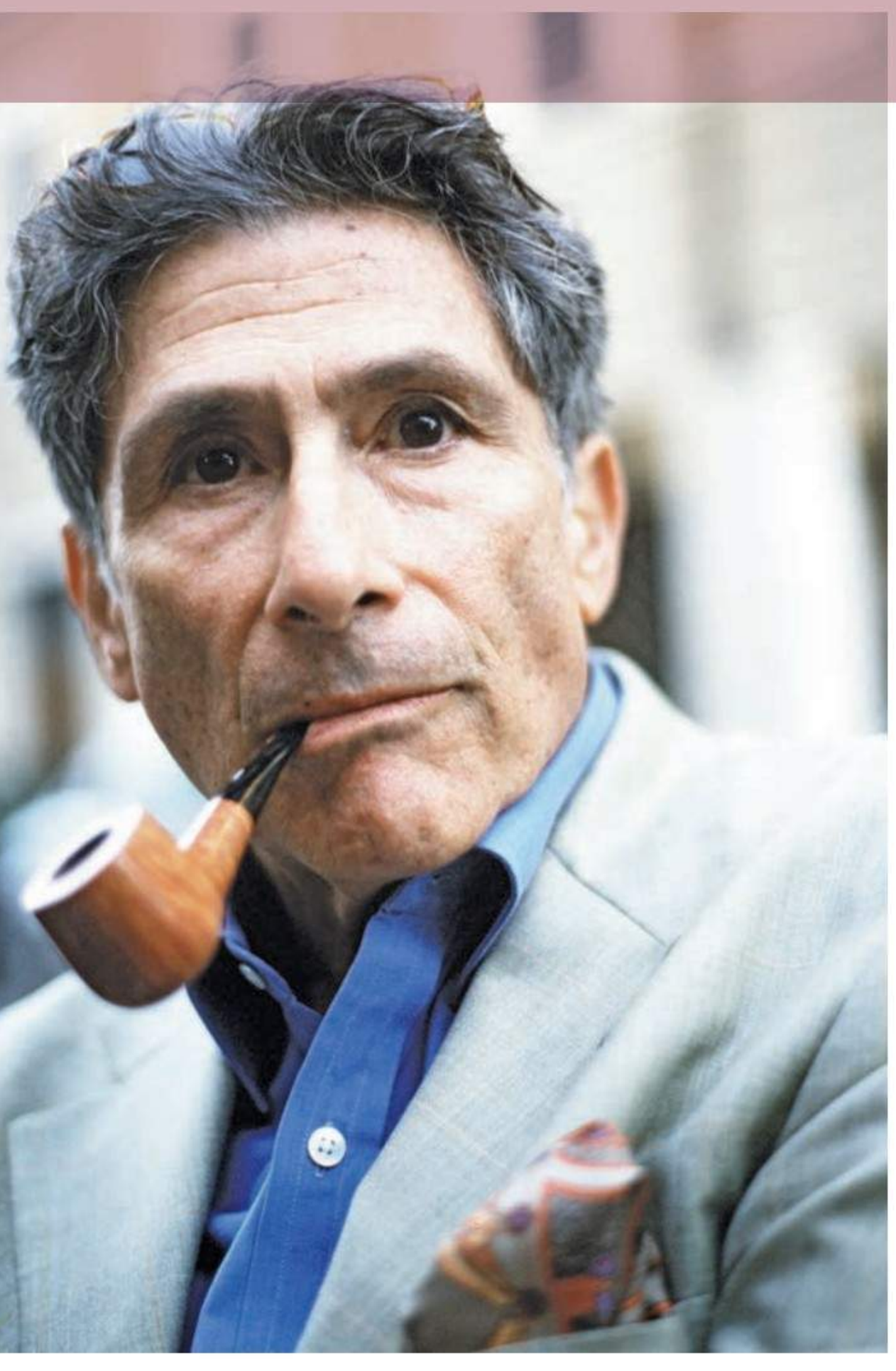
POUR ALLER PLUS LOIN

L'orientalisme. L'Orient créé par l'Occident, 1978, trad. fr., Seuil, 1980, nouv. éd., 2003.
La question de Palestine, 1979, trad. fr., Actes Sud/Sindbad, 2010.
Culture et impérialisme, 1993, trad. fr., Fayard/Monde Diplomatique, 2000.
Israël-Palestine : l'égalité ou rien, La Fabrique, 1996.
À contre-voie. Mémoires, 1999, trad. fr., Le Serpent à Plumes, 2002.
Dans l'ombre de l'Occident et autres propos. Entretiens, Blackjack, 2011.

EDWARD SAÏD

LES 4 IDÉES À RETENIR

De sa critique de l'orientalisme à sa défense d'un humanisme capable de penser la pluralité des récits, l'œuvre d'Edward Saïd interroge la représentation de l'autre, la question palestinienne et la responsabilité publique de l'intellectuel.



1 L'orientalisme : quand l'Occident fantasme

La thèse d'Edward Saïd, développée dans *L'orientalisme* (1978), est simple : « l'Orient » n'est pas une donnée naturelle, mais une invention discursive de « l'Occident ». Inspiré par la méthode archéologique de Michel Foucault et le concept d'hégémonie d'Antonio Gramsci, il montre que l'orientalisme est un système de représentation enrôlé par un pouvoir de domination. Une sorte de machine à produire des énoncés qui a permis à l'Europe de gouverner l'Orient durant l'ère coloniale. Dans ce nœud entre savoir et pouvoir, en effet, celui qui maîtrise le discours est le maître de l'autre. L'Oriental devient un objet d'étude inerte, privé de toute parole au nom d'une objectivité savante. Saïd fustige cette « *attitude textuelle* » qui substitue l'autorité supposée des livres (ceux de Ernest Renan, de Sacy ou de Gustave Flaubert pour les Français) à la réalité humaine complexe, enfermant les peuples arabes dans des stéréotypes de sensualité, de despotisme ou d'irrationalité. L'Orient devient la scène d'un théâtre impérial où l'Occident déploie ses fantasmes, justifiant ainsi un rapport à l'autre qu'il a taillé à sa mesure.

L'orientalisme n'est donc pas qu'une collection de stéréotypes, de mensonges ou d'erreurs qu'il suffirait de corriger. Ce n'est pas non plus le simple reflet idéologique d'une réalité économique de domination. C'est plutôt un discours qui joue un rôle clé dans une économie des savoirs et des pouvoirs coloniaux. En révélant les traces de cette domination dans la conscience moderne, Saïd n'appelle pas à l'invention inversée d'un « occidentalisme » – « Orient » et « Occident » sont pour lui des fictions. Dans sa dernière préface écrite en 2003, il réitère son plaidoyer pour un humanisme critique qui reste « *notre seul, je dirais même notre dernier rempart contre les pratiques inhumaines et les injustices qui défigurent l'histoire de l'humanité* ».

© Leonardo Cendamo/Hulton Archive/Getty Images

2 Un engagement humaniste pour la Palestine

Penser la Palestine, selon Edward Saïd, c'est d'abord éviter sa réduction à un conflit géopolitique ou religieux. C'est en faire une question posée à l'histoire humaine, en deçà de toute identité supposée. Le sort des Palestiniens, expulsés et effacés en 1948 par un peuple qui cherchait lui-même à conjurer son propre effacement en Europe, devient le point de départ d'un nouvel humanisme difficile, parce qu'il concentre les tensions de la modernité : exil, dépossession et résistance à l'effacement. Dès lors, la « *question de Palestine* » est le lieu où se joue la validité même d'un véritable universalisme, capable de penser ensemble l'égale dignité et la pluralité des récits.

Depuis sa position d'exilé – à la fois dans et hors du monde arabe –, Saïd transforme la dépossession en ressource intellectuelle : de la marge, la cause palestinienne lui semble avant tout une cause humaine, puisqu'elle interroge la possibilité d'une justice partagée au-delà des appartenances. Dans *La question de Palestine* ou ses articles d'interventions qui suivront, Saïd a pour seul horizon l'égalité et la coexistence : « *Le combat que nous menons est un combat pour la démocratie et l'égalité des droits, pour un État ou une République laïque dont tous les membres sont citoyens égaux, et non pas un faux combat inspiré d'un passé mythologique et lointain, qu'il soit chrétien, juif ou musulman* » (« Israël-Palestine, une troisième voie », *Le Monde diplomatique*, 1998). Aujourd'hui, cet horizon semblera sans doute impossible à qui croit jeter un œil lucide sur le conflit. Saïd lui demanderait peut-être : mais est-il d'autres horizons qui soient humains et justes ?

3 Le rôle critique de l'intellectuel

Plus qu'une idée, la vie d'Edward Saïd témoigne d'une conception de l'intellectuel dans la cité. À la télévision, à la radio, dans les colonnes des journaux du monde entier, il n'a jamais cessé d'intervenir avec le souci de la conversation et de l'adresse à un public. Cette conception démocratique de l'intellectuel se trouve théorisée à l'occasion de ses *Reith Lectures* enregistrées pour la BBC Radio (*Des intellectuels et du pouvoir,* Seuil, 1996).

Durant six leçons, il développe l'idée que l'intellectuel critique n'est ni un expert au service des puissants, ni un maître de l'opinion, mais un « *amateur* » mû par une exigence éthique de justice. C'est pourquoi il est un trouble-fête de l'ordre des discours, un « *perturbateur du* statu quo ». Sa tâche essentielle est de « *dire la vérité au pouvoir* » en déconstruisant les catégories réductrices et les dogmes nationaux qui emprisonnent la pensée. Ainsi, agit-il par sa parole comme la mauvaise conscience de la société, refusant de se faire enrôler par le consensus confortable de la majorité ou les « *allégeances tribales* ». En s'identifiant aux sans-voix, il témoigne pour ceux qui sont balayés de l'histoire officielle. Contre les systèmes idéologiques clos et rassurants, il cultive une intranquillité créatrice et ouverte. C'est là tout son art du contrepoint dans l'acte de penser.

4 Lire en contrepoint : l'entrelacement des récits

Dans sa maturité, Edward Saïd développe la méthode de la « lecture contrapuntique », tirée de sa passion pour la musique de Jean-Sébastien Bach et de Glenn Gould. Cette approche, qu'il développe dans *Culture et impérialisme* (1993), refuse de lire les œuvres du canon occidental comme des monuments séparés du monde et de l'histoire humaine qui les ont vu émerger. En même temps que les voix portées par ces œuvres, la méthode contrapuntique exige d'entendre les voix étouffées, à l'arrière-plan ou hors champ. Par exemple, lire Jane Austen ou Albert Camus en contrepoint, c'est révéler comment l'élégance de *Mansfield Park* repose sur l'esclavage à Antigua, ou comment le mutisme des Arabes dans *L'Étranger* sert de décor abstrait à une métaphysique coloniale.

Pour autant, il ne s'agit pas de condamner au bûcher ces œuvres parce qu'elles seraient investies d'une logique esclavagiste ou coloniale. Il s'agit de les lire et d'entendre ce qu'elles « *disent en passant sous silence* ». Chez l'humaniste Saïd, lire, c'est toujours s'exercer à une forme d'hospitalité. En d'autres termes, il y a de la place pour toutes les voix. Une lecture contrapuntique s'attache à restituer l'entrelacement de ces voix, souvent conflictuel, qui fait la polyphonie humaine. Contre la thèse néoconservatrice du « choc des civilisations » de Samuel Huntington, le contrepoint s'avère une forme de résistance à la séparation. Il affirme le destin irrévocablement partagé de l'oppresseur et de l'opprimé tissé dans une même histoire.



Fatima Massaquoi, princesse libérienne de la sociologie

Élevée entre culte des ancêtres, islam et christianisme, passée par l'Europe nazie et l'Amérique ségrégationniste, elle consacrera sa vie à défendre son héritage. BÉATRICE KAMMERER

Tennessee, 1939. À l'université Fisk, qui n'accueille que des étudiants noirs, un jeune professeur de psychologie sociale, Bingham Dai, propose à ses élèves un exercice inhabituel : raconter leur propre vie pour identifier les influences qui ont façonné leur personnalité. Un texte retient immédiatement son attention, celui de Fatima Massaquoi. La jeune femme y retrace son enfance au Liberia, au sein de l'aristocratie vaï, son départ pour l'Allemagne dans l'entre-deux-guerres, sa découverte de l'Europe, puis son arrivée aux États-Unis. La singularité de son parcours, mais surtout la maturité de son analyse impressionne le professeur. Elle décrit avec précision les coutumes de son peuple et dissèque avec la même acuité les normes sociales occidentales. Bingham Dai y voit la démonstration vivante de ce qu'il cherche à enseigner : le rôle déterminant de la culture dans la construction de l'individu. Pour la jeune femme aussi, l'exercice est une révélation : elle peut faire connaître aux yeux du monde la culture et les traditions africaines, sans les déformations du regard occidental. L'autobiographie deviendra l'œuvre de sa vie.

UNE NAISSANCE HORS DU COMMUN

« *Je suis née aux alentours de midi, au moment même où éclatait un coup de tonnerre suivi d'un éclair, ce que les gens de la région interprètèrent comme le signe d'un événement important* », écrit Fatima Massaquoi. Elle ne connaîtra jamais avec certitude sa date de naissance – 1905 ou 1912 selon les sources –, une information sans importance dans la culture africaine communautaire. Neuvième enfant de Momolu Massaquoi (1869-1938), souverain du peuple vaï dont l'autorité s'étendait sur des zones aujourd'hui réparties entre la Sierra Leone et le Liberia, elle naît à Gendema au cœur de ce territoire ancestral. Enfant préférée de son père, elle jouit d'un statut privilégié car considérée comme la réincarnation de sa grand-mère : la reine guerrière Sandimanni, dont la légende raconte qu'elle aurait accouché sur le champ de bataille. Après une prime enfance au Sierra Leone aux côtés de sa mère, elle est confiée à sa tante paternelle, « Mama Jassa ». Auprès d'elle, Fatima découvre le mode de vie vaï, rythmé par les cycles agricoles. Elle apprend les prières coraniques, les traditions orales, les rites liés à la naissance et à la mort, ainsi que l'usage des plantes médicinales. Elle reçoit également, au sein de la société initiatique Sande, la formation traditionnelle réservée aux jeunes filles. Cet héritage constitue le socle de son analyse de la société occidentale. Elle note des différences dans la conception de la famille – « [chez les Vaï] *tout homme âgé de la communauté est appelé "père"* » – et réfute les préjugés des Blancs sur la prétendue paresse africaine. « *Comme certaines tâches doivent être accomplies à une certaine période de l'année, les hommes sont libres une fois leur travail terminé.* »

Rapidement, son père décide de lui donner une éducation occidentale. Lui-même passé par une école chrétienne et l'université aux États-Unis, il est convaincu qu'il en va de l'avenir du Liberia, premier pays africain à avoir obtenu son indépendance en 1847. Jamais, pense-t-il, les autochtones ne pourront s'émanciper de la domination des colons s'ils ne maîtrisent pas leurs savoirs et leur culture. Fatima Massaquoi emménage à Monrovia, capitale du pays, dans la vaste demeure de son père. Aux côtés d'une nouvelle épouse, « Ma Sedia » et de nombreux cousins accueillis dans la maisonnée, elle apprend l'anglais, les cantiques chrétiens, les contes européens comme *Cendrillon*, mais aussi les normes occidentales, comme ces chaussures « *qui donnent aux orteils et aux pieds des formes si laides* ». Envoyée en pension dans une école épiscopale protestante, elle découvre les hiérarchies héritées de la colonisation : excellente élève, Fatima refuse d'adopter un prénom chrétien comme l'y exhortent les missionnaires, et répond à celles qui la traitent de « *campagnarde incivilisée* » : « *Je suis peut-être rustique, mais j'ai un héritage.* » En 1920, son père est nommé consul général du Liberia en Allemagne, devenant ainsi le premier diplomate noir en Europe. La famille s'installe à Hambourg en 1922.

DE L'ALLEMAGNE NAZIE À L'AMÉRIQUE SÉGRÉGATIONNISTE

Pour la jeune fille, le dépaysement est total : elle découvre musées, opéras, zoos, cinémas. Elle se désole de la nourriture allemande, si insipide, s'émerveille pour la splendeur des Noëls enneigés et connaît ses premières fêtes d'anniversaire. Elle

© Archives familiales/Fatima Massaquoi/Vivian Seton





Ci-contre : Fatima Massaquoi et une amie, en 1932 durant ses études en Europe. De retour dans son pays natal, en 1946, elle participe à la création de l'université du Liberia et devient une des grandes voix de la pensée africaine du 20e siècle.

réalise aussi qu'être noire attire les regards : on touche ses cheveux, on la dévisage, on la pointe du doigt. Son père, lui, multiplie réceptions et conférences pour faire connaître le Liberia et déconstruire les préjugés raciaux, une tâche colossale en pleine montée du nazisme. En classe aussi, Fatima est témoin de la conversion progressive des esprits à l'idéologie raciste et suprémaciste : «*Nous ne sommes pas contre les Nègres* [...]. *Comment le pourrions-nous, alors que nous nous battons pour récupérer nos colonies ? Notre haine est dirigée contre les Juifs*», lui confie une amie. Malgré l'instabilité politique qui règne alors en Allemagne – grèves répétées, émeutes violentes, inflation fulgurante –, Fatima est protégée par son statut de fille de diplomate.

Elle a accès à un large réseau de personnes influentes, lui permettant de poursuivre ses études, dans une école internationale francophone à Genève, puis à l'université de Hambourg où elle étudie la médecine. En 1937, l'échec de Société des nations à empêcher le réarmement de l'Allemagne et «*la certitude que l'Europe n'est plus un lieu sûr*» la contraint à un nouveau départ. Mobilisant à nouveau ses relations, son père l'envoie aux États-Unis. Dès son arrivée, elle est frappée de croiser autant de personnes de couleur. Elle qui avait longtemps été la seule Noire et souffert d'un racisme empreint d'ignorance, découvre un autre visage de la discrimination : celui des lois de ségrégations, particulièrement violentes dans les États du sud du pays, comme le Tennessee où elle s'installe. Cela ne l'empêche toutefois pas de poursuivre ses études en sciences sociales au Lane College de Jackson, puis à l'université Fisk.

Son grand objectif, conformément aux dernières volontés de son père décédé entretemps, est de sortir diplômée de l'université. Alors qu'elle cherche un sujet de mémoire pour son master, son directeur de recherche, Mark H. Watkins, l'encourage à publier son autobiographie – l'estimant d'une qualité suffisante pour lui garantir une reconnaissance universitaire. Il la convainc de lui céder les droits d'exploitation en échange d'une bourse d'étude. La jeune femme travaille d'arrache-pied aux corrections. Hélas, l'accord se révèle fallacieux : les versements d'argent, trop erratiques, la plongent dans la misère tandis que le professeur s'approprie peu à peu le contenu de son travail, allant jusqu'à publier des articles de recherche (1) sans la créditer. Ce n'est qu'au terme d'un procès remporté en 1945 contre l'université Fisk qu'elle récupère son manuscrit. Elle rentre sur sa terre natale l'année suivante, invitée par le président Tubman, à participer à la création de l'université du Liberia. Elle y enseignera jusqu'à sa retraite en 1972, fondant l'Institut d'études africaines et devenant doyenne de la faculté des lettres et des beaux-arts. Selon Raymond Smyke, qui retracera la fin de sa carrière (2), Fatima Massaquoi sera considérée par ses étudiants comme la «*femme autochtone la plus instruite de sa génération*» et un «*idéal auquel la majorité du pays pouvait aspirer*». Si le récit de son autobiographie s'achève à son retour au pays, l'épopée de sa publication sera quant à elle bien plus longue. Maintes fois corrigé et enrichi, partiellement perdu durant la guerre civile du Liberia, entre 1989 et 1997, et fragilisé par le climat tropical, le manuscrit ne devra sa survie qu'à la ténacité de la fille unique de son autrice : Vivian Seton parviendra à le faire éditer en 2013, sous le titre *The Autobiography of an African Princess* (non traduit). Un texte précieux, publié plus de soixante-dix ans après la rédaction de sa version initiale, qui constitue aujourd'hui encore un témoignage rare de l'héritage culturel des sociétés ouest-africaines. ●

(1) Mark Hanna Watkins, «The West African "Bush" School», *American Journal of Sociology*, vol. 48, 1943/6.
(2) Raymond J. Smyke, «Fatimata Massaquoi Fahnbulleh : pioneer woman educator, 1912-1978», *Liberian Studies Journal*, vol. 31, 2006/1.



MYTHOLOGIE

Peter Paul Rubens (1577-1640), *Tête de Méduse* (1617), Kunsthistorisches Museum, Vienne.

Des récits intemporels pour des thèmes universels

Méduse : de la rage monstrueuse à la colère légitime

Derrière le visage pétrifiant de Méduse, se cache une histoire plus nuancée que celle d'un monstre sanguinaire à la chevelure de serpents. L'une des premières représentations de cette figure mythique remonte à la Grèce antique. Dans l'*Iliade*, datant d'environ 750 av. J.-C., Homère fait référence à la Gorgone sans la nommer. Elle est dépeinte comme une tête effrayante apparaissant sur l'égide – le bouclier de la déesse Athéna. Aux alentours de 700 av. J.-C., dans la *Théogonie* d'Hésiode, le chemin de Méduse croise celui du héros Persée, qui finira par causer sa perte en la décapitant.

Bien plus tard, chez le poète Ovide dans les *Métamorphoses* (1er siècle), Méduse devient une jeune femme d'une grande beauté, enviée pour sa chevelure resplendissante. Neptune (nom latin de Poséidon) la viole dans le temple de la déesse Minerve (équivalent latin de Athéna). Cette dernière, offensée, punit la victime en changeant sa chevelure en serpents hideux. Dans les textes de l'auteur satirique Lucien de Samosate (120 à 180 apr. J.-C.), c'est la beauté même de la Gorgone qui pétrifie les voyageurs imprudents.

Dans le *Journal of Feminist Studies in Religion* (2010), l'archéologue Miriam Robin Dexter, montre que ce récit met en scène une logique patriarcale, encore présente aujourd'hui : la violence masculine reste impunie, tandis que les femmes portent en elles les marques des crimes qu'elles subissent. Ces dernières deviennent ainsi un symbole moral ambigu, à la fois victimes et coupables. Cela rejoint le concept de double victimisation, processus selon lequel une personne qui a vécu une agression est considérée comme responsable de ce qui lui est arrivé : par exemple, lorsque des hommes – et parfois des femmes – relativisent une agression, en évoquant une attitude prétendument « *aguicheuse* », une tenue « *provocante* » ou un non-consentement qui n'aurait pas été « *clairement* » énoncé…

Dans la version d'Ovide, Méduse est victime à plusieurs reprises : d'abord de viol par Neptune, puis de vengeance par Minerve et enfin de meurtre par Persée. Miriam Robin Dexter souligne que « *de nombreuses femmes modernes semblent s'identifier à* [Méduse]. » Dans la revue *Woman of Power* (1986), Emily Erwin Culpepper, professeure féministe spécialisée en études religieuses, confirme que Méduse « *a été rapidement adoptée par un grand nombre de féministes qui la reconnaissent comme un des visages de notre propre rage.* » ● SYBILLE BULOUP

© Godong/Universal Images Group via Getty Images

SCIENCES HUMAINES
Faisons connaissance

Nos dernières publications

LE MENSUEL



N° 386 : parution 19/02/2026



N° 387 : parution 26/03/2026



N° 388 : parution 30/04/2026

LES GRANDS DOSSIERS



GDSH80 : parution 18/09/2025



GDSH81 : parution 26/12/2025



GDSH82 : parution 02/04/2026

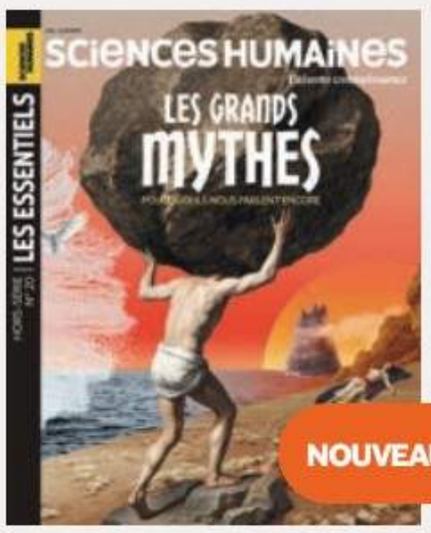
LES ESSENTIELS



ESS18 : parution 17/04/2024

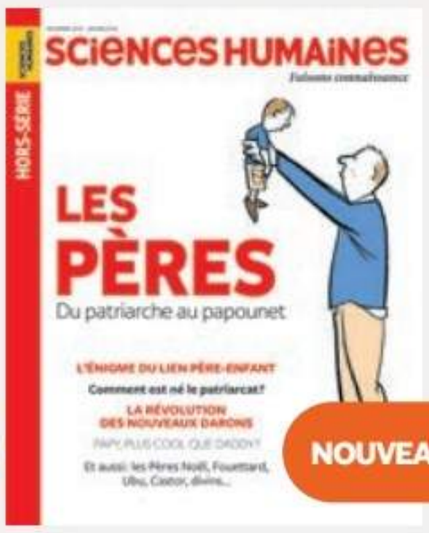


ESS19 : parution 17/04/2024



ESS20 : parution 23/04/2024

LES HORS-SÉRIES



HS33 : parution 18/12/2025

TOUTES NOS PUBLICATIONS (MAGAZINES – LIVRES)
SONT DISPONIBLES SUR COMMANDE
EN SCANNANT CE QRcode
WWW.SCIENCESHUMAINES.COM

Livres



Kevin Hiridjee, *Ce que les hommes ne disent pas* ; **Gaëlle Pontarotti,** *Par-delà les gènes* ; **Jerry Brotton,** *Les quatre points cardinaux* ; **Aline Mercan,** *Guérir. Ce que soigner veut dire* ; **Myriam Revault d'Allonnes,** *Places publiques*

© Parrish Freeman/Unsplash



Le rectangle de Lascaux. Et* Homo sapiens *inventa la géométrie
Stanislas Dehaene, Odile Jacob, 2026, 352 p., 24,90 €

LE LIVRE DU MOIS

DESSINE-MOI UN CARRÉ

Le sens géométrique repose sur des intuitions communes à tous les humains. La formalisation de cette compétence découle de la maîtrise du langage articulé et du développement neural des structures cérébrales qui gouvernent également la musique et les mathématiques. MARC OLANO

En 1948, les premiers visiteurs de la grotte de Lascaux en Dordogne découvrent de magnifiques peintures datant d'il y a 21 000 ans. Parmi elles, des fresques de plusieurs mètres de long montrant des chevaux, des cerfs, des bovins et pléthore d'autres espèces. Disséminées un peu partout, on distingue aussi quatre cents figures géométriques, surtout des quadrilatères. Pourquoi ? Ce qui intrigue Stanislas Dehaene, c'est l'apparente symétrie de la plupart de ces figures. Neuropsychologue spécialisé en sciences cognitives, professeur au Collège de France, il étudie depuis une trentaine d'années les mécanismes cérébraux associés aux mathématiques, au langage ou encore à la conscience. Avec beaucoup de clarté, il livre ici ses observations sur le développement des compétences géométriques, ainsi que les différences importantes entre le cerveau humain et animal. Selon Stanislas Dehaene, les humains ont tous dès la naissance des intuitions géométriques, telle qu'une sensibilité pour les formes régulières, les angles droits, les longueurs et distances identiques. Elles nous font préférer par exemple un carré à un quadrilatère quelconque, un triangle équilatéral à un triangle irrégulier. Les singes, même après entraînement, ne font pas ces différences. Ils traitent les figures géométriques de la même façon, comme des images, de manière analogique. C'est aussi ce que nous faisons de manière spontanée dans les deux cents premières millisecondes de l'apparition d'une forme. Sauf qu'au-delà, nous sommes capables d'un autre type de traitement qui fait défaut aux singes : le symbolique. Nous interprétons ce que nous voyons, nous le nommons, et nous le cataloguons.

Cette sensibilité aux formes régulières serait-elle liée à notre éducation, qui la favorise, à notre environnement ou à notre architecture, qui en sont remplis ? Pour répondre à cette question, Stanislas Dehaene s'est intéressé à des populations

dépourvues d'éducation formelle à la géométrie, comme les Indiens Mundurucu d'Amazonie ou encore les Himba de Namibie. Or, même chez ces gens, il a relevé une préférence pour les formes régulières et symétriques. Il a aussi retrouvé chez eux une autre compétence géométrique : la représentation cartographique. Sans avoir jamais utilisé ce type d'outil, les Indiens Mundurucu comprennent d'emblée la correspondance entre un point sur une carte et l'endroit qu'il signale, alors qu'il faut opérer pour cela une rotation mentale et un changement d'échelle. Certes, certains animaux possèdent, eux aussi, des intuitions géométriques. Sans pouvoir lire une carte, rats, fourmis, mouches et autres se montrent capables de se représenter mentalement leur environnement et ont un sens de l'orientation parfois bien plus développé que les humains. Certaines espèces ont une compréhension intuitive du nombre. Poissons, abeilles, poussins et singes peuvent apprendre à choisir entre deux chiffres le plus petit ou le plus grand. Ils peuvent comprendre encore que zéro est « plus petit que un ». Ils identifient une progression numérique orientée de gauche à droite : si on les entraîne à chercher un nombre petit, ils s'orientent spontanément vers la gauche, tout comme les bébés humains dès la naissance. Ces intuitions géométriques et mathématiques feraient donc partie de l'héritage partagé avec de nombreuses espèces. Mais qu'est-ce qui différencie alors fondamentalement le cerveau humain ?

L'ART DE COMBINER DES CONCEPTS

Lorsqu'on essaye d'apprendre à des chimpanzés le langage des signes, ils arrivent à en associer un certain nombre à leur référent. Mais ils ne parviennent pas à les organiser pour faire des phrases. Au mieux, ils les associent par paires (manger-boire, par exemple). Les apprentissages ne marchent que dans un sens, du signe au sens, pas dans l'autre. Les chimpanzés n'ont pas acquis la réversibilité. C'est là une différence fondamentale avec les humains qui sont capables de combiner des symboles entre eux pour créer un langage, réaliser une œuvre artistique, déployer une fiction, articuler des concepts mathématiques. Si les singes ont un sens approximatif du nombre, ils ne savent pas faire des additions ou des soustractions simples. Cette faculté humaine à concevoir une pensée nouvelle à partir de symboles s'explique par le développement massif, durant ces deux derniers millions d'années, de réseaux neuronaux dans les régions préfrontales et les aires associatives du cerveau. La connectivité corticale s'est considérablement renforcée chez l'humain, et les liens se font dans tous les sens et à plusieurs niveaux, pas chez les animaux.

À l'aide de l'imagerie par résonance magnétique, Stanislas Dehaene a étudié les différentes régions cérébrales activées à la vue d'un texte ou celle d'une figure géométrique. Il y a d'un côté les aires du langage, de l'autre les régions dévolues aux maths, à la géométrie et à la musique. Si certains chercheurs soutiennent que la musique possède des structures grammaticales similaires à celles du langage, Stanislas Dehaene y retrouve plutôt les principes et lois de la géométrie, telles les répétitions et la symétrie. Comme en mathématiques, composer la musique consiste à associer, combiner, accorder, espacer, enchâsser, répéter des éléments. À l'écoute d'une mélodie, les aires du langage restent inactives, celles qui s'activent sont les régions de la géométrie et des maths. On peut être atteint d'aphasie (perte du langage expressif ou réceptif), sans être privé pour autant de compétences musicales ou mathématiques et inversement.

Ce qui fait donc la spécificité humaine est l'art de composer, d'inventer sans cesse de nouveaux objets, concepts et procédés. C'est la source même des sciences. Les possibilités d'associer et combiner entre eux des notes, des chiffres, des idées sont infinies. Et c'est précisément ce travail de composition qui rend nos cerveaux toujours plus performants. Mais attention, il faut aussi un cadre pour cela. Sans guide, cette explosion d'idées peut s'avérer futile, voire néfaste. On peut s'égarer dans des théories des plus fumeuses, des abstractions qui n'ont pas de sens. Le premier garde-fou est tout simplement le langage qui nous oblige à formuler les idées pour qu'elles soient compréhensibles et transmissibles. Ensuite, c'est le retour de la communauté qui va nous guider à persévérer ou abandonner telle ou telle composition. Parfois, c'est aussi la loi qui nous arrête ! Nous recevons tous en héritage un cerveau calibré pour réaliser des prouesses. Tel est le message de Stanislas Dehaene. Prenons-en le plus grand soin. ●



© Raphael Gaillarde/Gamma-Rapho via Getty Images



ENVIRONNEMENT

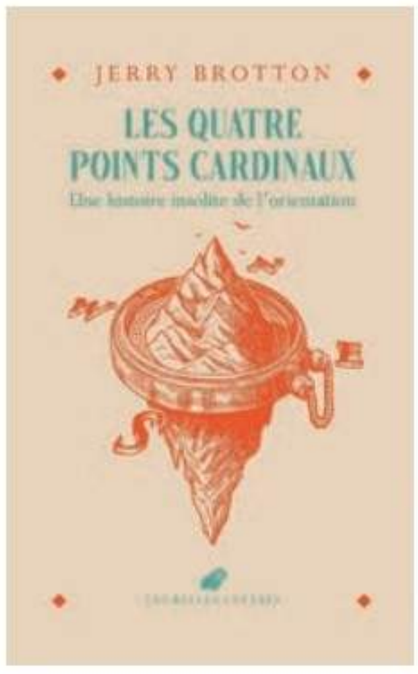


LES MAUVAISES EXCUSES DES MAUVAIS ÉLÈVES

Overshoot.
Résister à l'idéologie du dépassement
Wim Carton et Andreas Malm,
La Fabrique, 2026, 300 p., 22 €.

« *Overshoot* » signifie « dépassement ». Cet anglicisme est porteur d'un enjeu politique majeur. Faute d'avoir réduit ses émissions de gaz à effet de serre, l'humanité s'est condamnée à ne pas respecter les accords signés à Paris en 2015. Ceux-ci fixent la limite des températures à ne pas dépasser au mieux à 1,5 °C au-dessus des températures référence de la seconde moitié du 19e siècle, à défaut à 2 °C au-dessus. Or, nous allons pulvériser ces limites dans un très proche avenir, car nous continuons à brûler toujours plus d'hydrocarbures, émetteurs de gaz à effet de serre. « Nous », ce sont les personnes et les autorités qui ont pris les décisions menant à cet état de fait : des États riches, des firmes aux profits colossaux et leurs dirigeants, pour lesquels les infrastructures de pétrole, gaz naturel et charbon sont le B.A.-BA de la puissance et du capital. Andreas Malm est un géographe et théoricien marxiste influent. Avec son collègue Wim Carton, il constate que nous aurions dû depuis longtemps entamer une transition vers des énergies bas carbone : éolien, solaire, voire nucléaire. Les intérêts des puissants en ont décidé autrement, préparant un avenir où la chaleur deviendra meurtrière de masse. C'est ce que tente d'excuser la notion d'« *overshoot* » en présentant le dépassement comme provisoire. Pour continuer à utiliser des énergies fossiles, il nous faudrait donc accepter de dépasser les limites de 1,5 ou 2 °C, à condition de prévoir de retirer ultérieurement le CO_2 en excédent de l'atmosphère, et de refroidir ainsi la Terre dans plusieurs décennies. Un pari *a priori* insensé, quand on sait que ces techniques de captation et séquestration de carbone sont balbutiantes, et devront être portées à des échelles colossales. Andreas Malm et son coauteur critiquent sans détour l'idéologie de l'*overshoot*, et lui opposent leurs propres vues. Ils affirment que les énergies renouvelables pourraient être bon marché et sans empreinte environnementale, ce qui est discutable au vu des ressources minières nécessaires à leur déploiement.
En bons marxistes, ils ne voient que la révolution comme solution, avec une prise de contrôle des États permettant de démanteler les infrastructures carbonées. Force est d'avouer qu'une fois posé le diagnostic, la question de Lénine revient nous hanter : « *Que faire ?* » ● LAURENT TESTOT

© Alexandros Maragos/Getty Images



Les quatre points cardinaux. Une histoire insolite de l'orientation
Jerry Brotton, Les Belles Lettres, 2026, 256 p., 25,90 €.



GÉOGRAPHIE

LE MONDE AVEC ET SANS BOUSSOLE

« *Les quatre points cardinaux sont autant une création de l'imagination humaine que les pôles, l'équateur, les tropiques et tous les méridiens principaux établis par les empires au cours des siècles.* » Mais imagination ne veut pas dire fantaisie totale, et Jerry Brotton, historien à l'université de Londres, grand amateur de cartes (il a publié en 2012 une *Histoire du monde en douze cartes* traduite en vingt langues), en veut pour preuve qu'un peu partout sur la planète, ce sont les quatre mêmes orientations qui sont reconnues et nommées : le nord, le sud, l'est et l'ouest. Ceci posé, la suite montre qu'à chaque culture, chaque territoire et chaque époque, l'intérêt qu'on porte et le sens qu'on prête à ces directions peuvent allègrement changer. Pour chacun des quatre points, Jerry Brotton explore librement l'histoire et la géographie de leurs usages, des mythes, des valeurs et des images qui s'y attachent, et ce sur les cinq continents.
L'est et l'ouest sont indiscutablement des références : l'est, c'est le soleil levant, la lumière, le commencement, l'ouest, c'est le couchant, la nuit, le déclin. Le nord et le sud sont un peu plus contingents : saviez-vous que « nord » est un terme issu du vieil anglais qui signifie « gauche », car si on se tourne face à l'est, le nord se trouve à gauche ? Ne serait-ce qu'à cause du mouvement apparent du Soleil, mais aussi pour des motifs religieux, en terre chrétienne, l'est surclassa longtemps les autres points cardinaux, avant qu'on adopte la boussole, qui fera le succès du nord, plus noblement appelé « septentrion », en raison des sept étoiles de la Grande Ourse. En revanche, écrit Jerry Brotton, « *aucune société prémoderne n'a prié en direction de l'ouest* », même si les Grecs y situaient les champs Élyséens et l'Atlantide.
Il faudra attendre le 18e siècle pour que l'Occident devienne le lieu détesté ou envié de la civilisation européenne et de ses projections vers les Amériques. Le Sud, lui, est une étiquette à valeur changeante, tantôt horizon de richesse convoitée (l'Égypte antique, par exemple), aujourd'hui métonymie d'un monde pauvre et méprisé par un Nord prospère et dominateur. Enfin, n'oublions pas que la Terre est ronde, que tout ce qui se situe à l'ouest se peut atteindre à l'est, tandis que le nord et le sud mènent à des pôles, qui, par pure imagination, représentent le haut et le bas de la planète. En fin de parcours, Jerry Brotton annonce le déclin prévisible de l'usage des points cardinaux, rendus inutiles par les systèmes de guidage par satellites et cartes interactives. Son livre, en somme, est un brillant mais ultime hommage aux antiques roses des vents. ● **NICOLAS JOURNET**

© Orlando Gill

GENRE

Comprendre là où ça fait mâle



Ce que les hommes ne disent pas
Kevin Hiridjee, Albin Michel, 2026, 224 p., 20,90 €.

Psychologue clinicien et psychanalyste, mais aussi spécialiste de la périnatalité, Kevin Hiridjee s'appuie sur les paroles de ses patients pour écrire ses livres. Après s'être penché sur les nouveaux rôles des pères (voir *Sciences Humaines Hors-Série*, n° 33, 2026), il se met à l'écoute des hommes « *dans l'espoir de contribuer à apaiser les relations après la révolution #MeToo* ». Que se cache-t-il en effet derrière les réactions virilistes plus ou moins violentes de certains hommes, leurs silences, leur indifférence ou leur insoutenable légèreté dont les taxent aujourd'hui nombre de femmes alertées par un écart entre les deux sexes parfois indéchiffrable ? Le livre explore ce « continent noir » et se heurte à la mélancolie agressive des masculinistes, à la misogynie des pervers narcissiques, à la pathologie des violeurs. L'auteur ne fait pas silence sur les transformations socioculturelles de ces cinquante dernières années. Jusqu'aux années 1970, le masculin était érigé en critère et se confondait avec l'universel. Les avancées féministes ont abouti à dépouiller les hommes et les pères des prérogatives juridiques liées à leur sexe. Apparue avec les *women studies*, la question du genre a donné lieu à la naissance des *men studies* : on s'est aperçu que les hommes avaient aussi un genre, qui d'ailleurs se cherche aujourd'hui à travers les différentes figures de la masculinité. Contre les affirmations naturalistes qui « *foisonnent sur Internet* », Kevin Hiridjee montre que les différences observables entre les sexes sont en fait le fruit des injonctions et des apprentissages incorporés dès l'enfance. Il s'ensuit que « *le masculin n'est pas pulsionnel, excité ou agressif. Il est avant tout défensif et se protège de ses propres angoisses.* » En conséquence, comprendre les vulnérabilités d'autrui semble être la voie d'une meilleure harmonie entre les sexes. ● **MARTINE FOURNIER**

SCIENCE

NOTRE DESTIN EST-IL INSCRIT DANS NOS GÈNES ?



Par-delà les gènes. Une autre histoire de l'hérédité
Gaëlle Pontarotti, Gallimard, 2025, 296 p., 22 €.

Les enfants ressemblent à leurs parents, pour le meilleur comme pour le pire. Parfois, ils ont leurs talents et leur beauté. Parfois, ils répètent leurs erreurs ou semblent poursuivis par les mêmes tares. Dès l'Antiquité, les tragédies grecques mettaient en scène des héros accablés par des malédictions héréditaires. L'idée hante l'humanité jusqu'à aujourd'hui : on la retrouve dans la saga des Rougon-Macquart d'Émile Zola, comme dans les romans d'Annie Ernaux ou la série fantastique *Game of Thrones*. Elle devient d'autant plus prégnante qu'une nouvelle science de l'hérédité lui donne une assise au 20e siècle : la découverte de l'ADN et des lois de la génétique suggère que nous sommes assignés à un destin et une identité immuables, comme l'illustre la métaphore du « programme génétique ». Ne dit-on pas : « *Je n'y peux rien, c'est dans mon ADN* » ? Philosophe des sciences biologiques, Gaëlle Pontarotti oppose à ces théories « *une autre histoire de l'hérédité* ». Elle raconte comment cette conception du déterminisme s'est imposée au 20e siècle, avant d'être peu à peu détrônée. Les parents transmettent non seulement de l'ADN à leurs enfants, mais aussi des marques « épigénétiques » (modifiant l'activité des gènes), des micro-organismes, comme des faunes bactériennes, et parfois même une part de leur vécu. Des traumatismes vécus par nos ancêtres – une famine, une épidémie… – peuvent littéralement s'incorporer dans notre physiologie. Gaëlle Pontarotti défend à cet égard un concept « d'hérédité étendue », ne se réduisant plus à l'ADN, mais prenant en compte l'ensemble des facteurs de transmission possibles. Si l'ADN ne fixe pas de destin, sommes-nous pour autant les auteurs de tout ce que nous devenons et transmettons ? Gaëlle Pontarotti défend sur ce point une position médiane : elle rejette le fatalisme génétique et nous invite à devenir artisan de notre récit biographique, mais nous met en même temps en garde contre l'illusion de la toute-puissance et du mythe méritocratique. Dire que les gènes ne contrôlent pas notre destin ne revient pas à dire qu'ils ne font rien ou que nous maîtriserions tout. Des facteurs environnementaux, sociaux ou tout simplement hasardeux nous influencent aussi. L'enjeu consiste plutôt à prendre conscience de notre héritage, tout en conquérant pas à pas notre liberté. ● **FABIEN TRÉCOURT**

Un classique des sciences humaines



ANTHROPOLOGIE

De la souillure. Essai sur les notions de pollution et de tabou

Mary Douglas, François Maspero, 1971.

L'impureté, c'est dans la tête

Vous qui lisez ces lignes, vous détestez probablement la saleté… mais sauriez-vous la définir précisément ? Ce classique de l'anthropologie, dont l'original anglais date de 1966, est un essai érudit, virtuose et parfois labyrinthique qui propose une interprétation originale des notions de pureté et d'impureté dans les cultures humaines. L'anthropologue britannique Mary Douglas, spécialiste des Lele (République démocratique du Congo), puise dans un grand corpus de données ethnographiques pour en dégager la logique. Son livre a connu un large succès dans le monde anglophone mais aussi en France et en Belgique dès 1971. Il sera réédité plus d'une fois et s'enseigne dans les départements d'anthropologie.

Des lettrés avaient depuis longtemps cherché à comprendre les interdits relatifs aux aliments, souvent mentionnés dans des textes religieux. Le rabbin de Cordoue Maïmonide (12e siècle) en proposait une lecture esthétique : le refus des Hébreux et des musulmans de manger du porc provenait, selon lui, du dégoût provoqué par la vue du porc domestique se vautrant dans la boue. Plus tard, d'autres savants invoquèrent l'hygiène : dans les pays chauds en particulier, manger du porc présenterait des risques accrus de maladie.

Pour Mary Douglas, ce qui est sale est plus simplement ce qui bouscule l'ordre du monde, ce qui n'est pas à sa place. Ainsi, selon le Lévitique, seules les espèces dites « pures » peuvent être consommées. Et quelles sont-elles ? Les quadrupèdes au pied ongulé, au sabot fendu et qui ruminent : bovins, ovins, antilopes, girafes. Les ruminants n'ayant pas l'ongle fendu (le chameau par exemple) sont impurs, de même que le porc, qui a l'ongle fendu mais ne rumine pas. Pour l'anthropologue, la raison de ces règles bizarres n'est pas hygiénique, mais intellectuelle : c'est l'ordre biblique du monde qui compte, séparant le pur (ou saint, littéralement « séparé ») des « abominations » qui n'entrent pas dans les cases. Ainsi, les lapins, les reptiles, les vers et autres rampants sont dits impurs, car leur mode de locomotion n'est ni la nage, ni la marche, ni le vol. Ils sont un scandale logique. Aujourd'hui, même si le monde moderne a développé l'hygiène et incrimine les bactéries, nos perceptions de la saleté restent marquées par ces cadres archaïques. Ainsi, selon Mary Douglas, si des vêtements abandonnés sur une chaise, ou un ustensile de cuisine posé sur un lit, sont perçus comme sales même s'ils sont propres, c'est qu'ils ne sont pas à leur place. Est sale ce qui brouille l'ordre attendu des choses, notre façon d'organiser le monde.

Comment expliquer alors que certains rituels fassent appel à la souillure ? Par exemple, le deuil chez les Nyakyusa d'Afrique centrale requiert que des ordures (fluides sexuels, menstrues, excréments…) soient jetées sur le dos des pleureurs. C'est que, comme la mort, la saleté menace l'ordre social : un rituel qui la met en évidence en montre l'importance, réaffirme l'ordre symbolique. Gageons qu'après avoir lu ce livre, surtout si vous êtes un peu phobique, vous vous demanderez pourquoi certaines choses, et pas d'autres, vous paraissent d'une saleté terrifiante ! ● **RÉGIS MEYRAN**

Coll personnelle

SANTÉ

Soigner n'est pas guérir

La médecine moderne traite, soigne, prend en charge, soulage… et hésite cependant à promettre la guérison. Pourquoi cette réticence ? Pour Aline Mercan, cette prudence sémantique cache une crise de sens bien plus profonde. Si la science occidentale excelle à combattre les symptômes, elle échoue souvent à appréhender l'individu dans toute sa complexité : son corps, son esprit, sa culture et son environnement. L'originalité de cet essai vient de la double expertise de son autrice, à la fois médecin et anthropologue. À la croisée de la clinique et des sciences humaines, elle souligne la nécessité de distinguer entre la *disease* (la pathologie objectivable, mesurée par des examens) et l'*illness* (le vécu subjectif du patient, fait de douleurs, de peurs et de représentations sociales). On peut ainsi sembler « guéri » biologiquement, tout en restant profondément marqué par la maladie, et *vice versa*. Sans idéaliser les médecines alternatives, dont elle rappelle les limites, sinon les dérives, Aline Mercan salue leur capacité à ancrer la guérison dans un récit, à la fois individuel et collectif. Inspirée par la pensée d'Edgar Morin, elle défend une « *médecine intégrative* », non comme une simple juxtaposition de techniques, mais comme une pratique lente, contextuelle et participative, fondée sur un dialogue exigeant entre les disciplines.



Guérir. Ce que soigner veut dire
Aline Mercan, Actes Sud, 2026, 576 p., 26 €.

Cette vision élargie est essentielle pour décrypter nos maux contemporains : dépression, diabète ou troubles inflammatoires, souvent liés à des décalages entre une biologie héritée de la préhistoire et un mode de vie à la fois sédentaire, suralimenté, pollué et anxiogène. Dès lors, guérir ne se limite pas à réparer un organe, mais implique de repositionner l'individu dans son écosystème personnel, social, culturel et environnemental. Aline Mercan pousse plus loin la réflexion, en faisant du soin un acte politique : comment, par exemple, traiter un *burn out* sans questionner l'organisation du travail, ou lutter contre l'obésité sans remettre en cause l'industrie agroalimentaire ? ● **FRÉDÉRIC MANZINI**

QUI A PEUR
DE LA DISTRACTION ?

« Cette fois-ci, quand la panne est survenue, j'ai laissé le décrochage se produire »



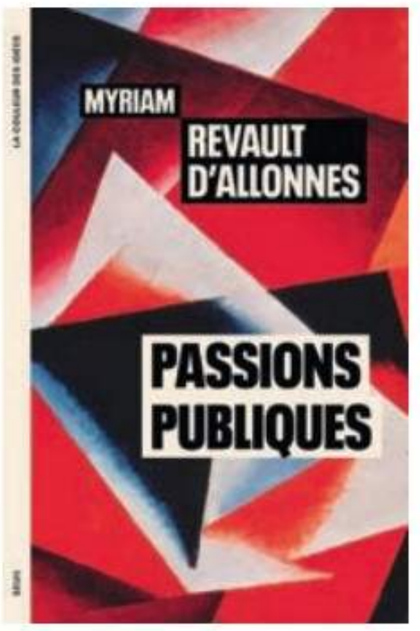
Apolline Guillot



EN LIBRAIRIE

PHILOSOPHIE

RAISON SANS PASSION N'EST QUE RUINE DE L'ÂME



Passions publiques
Myriam Revault d'Allonnes,
Seuil, 2026, 192 p. 19,90 €.

Il est courant d'opposer la vivacité des émotions à la pondération de la raison, de distinguer leur volatilité manipulable au sérieux des pensées méthodiques. Myriam Revault d'Allonnes nous montre qu'on ne saurait pour autant négliger le rôle social et politique des affects.
Car ce n'est pas l'émotion qui est contraire à la raison, mais l'insensibilité : c'est après avoir été touché par l'émotion, comme l'écrivait Hannah Arendt, qu'on peut agir de façon raisonnable. Le danger alternatif est celui d'une raison instrumentale, désincarnée, réduite à l'application de normes et de procédures abstraites. Encore faut-il que les émotions soient convertibles en puissance d'agir collective et non laissées au fractionnement du corps social induit par un certain usage des réseaux sociaux. Le bon régime politique sera celui qui saura harmoniser les affects et les désirs afin de surmonter la fragilité à laquelle est soumise l'existence humaine et sa vie en communauté.
Les démocraties d'aujourd'hui, même largement pacifiées, ne sont cependant pas exemptes de violence, qu'il s'agisse des guerres, de la violence économique ou de l'intériorisation de la contrainte chez les individus. Les massacres des 20e et 21e siècles reposent d'abord sur l'indifférence à la souffrance de semblables rendus autres et déshumanisés au préalable. Quant à la violence des échanges dans lesquels l'invective remplace l'argumentation, elle repose sur l'atomisation et la compartimentation qui concourent à la brutalisation de l'espace public. Lutter contre cette brutalisation n'implique pas l'évacuation du conflit, consubstantiel à la vie démocratique. Car celle-ci ne se réduit pas à la pratique de l'élection, mais suppose également des expériences sensibles. La démocratie est une coexistence des opposés, une reconnaissance de l'altérité, à l'inverse des totalitarismes. Il faut dès lors reconnaître aux émotions leur valeur politique et ne pas les laisser entre les mains de celles et ceux qui les manipulent à leurs propres fins. ● THIERRY JOBARD

RELIGION

L'islam avant le choc des civilisations



Culture de l'ambiguïté. Une autre histoire de l'islam
Thomas Bauer, éd. Fenêtres, 2025, 404 p., 23 €.

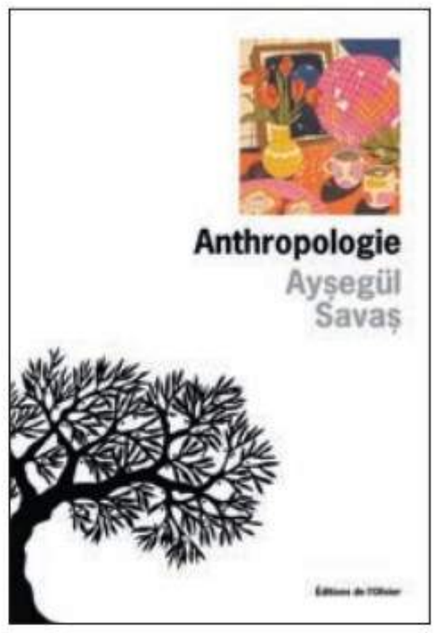
Développant la notion de tolérance à l'ambiguïté comme clef d'élucidation des cultures, voici un ouvrage essentiel. Il montre, avec une grande érudition théologique et littéraire, mais dans un style parfaitement accessible et plaisant, que pendant plus de mille ans les sociétés du Coran cultivaient la coexistence d'attitudes et de comportements divergents en politique, droit, religion, famille et sexualité. Or, confrontés au colonisateur occidental empli de certitudes mobilisatrices, l'ambiguïté et le doute n'étaient plus une source d'émulation, mais un handicap, voire une tare, menant, au 19e siècle, à la sacralisation du dogme et au rejet souvent violent de toute différence.
On voit par exemple l'exégèse du Coran se rétrécir. Si les savants classiques voyaient en ses innombrables variantes textuelles une richesse, l'existence de divergences est aujourd'hui souvent perçue comme scandaleuse. Dans la vie de la cité musulmane, politique et religion apparaissent désormais inséparables, alors qu'elles y cohabitaient autrefois sans se confondre. Ainsi, l'analyse séculière de la politique et de l'histoire par Ibn Nubāta (1287-1366) et Ibn Khaldūn (1332-1406) fut largement reçue et reconnue à l'époque.
En revanche, l'œuvre équivalente de Nicolas Machiavel (1469-1527) fut violemment combattue en Europe, *Le Prince* mis à l'index et une effigie de son auteur encore brûlée en place publique en 1615 à Ingolstadt (Bavière). Concernant les mœurs, si depuis le 19e siècle, le rigorisme gagne du terrain dans le monde musulman, à l'époque classique (8e-13e siècle), rappelle Thomas Bauer, les lettrés rivalisaient dans l'écriture de poèmes d'amour (*ghazal*) et sur le vin, parfois quelque peu licencieux, le raffinement (*zarf*) étant considéré comme un sommet de l'art et un but dans la vie.
Enfin, Thomas Bauer évoque une hypothèse, développée dans un autre ouvrage (*Vers un monde univoque*, 2024), au sujet de la colonisation du monde par l'Occident. Celle-ci pourrait avoir été facilitée par l'élimination du doute, la prétention à la précision scientifique et la certitude procurant la légitimité pour intervenir sur l'ensemble du globe. Consacré notamment par le prix Leibniz, la plus prestigieuse récompense scientifique d'Allemagne, le propos de Thomas Bauer n'est pas obéré par quelques maladresses de traduction. ● CHRISTOPHER POLLMAN

Littérature

ROMAN

DÉPLACEMENTS, ACCLIMATATIONS, APPARTENANCES

La romancière turque Aysegül Savas écrit en anglais. Son dernier livre, à la croisée de la littérature et de l'anthropologie, suit les pérégrinations d'un couple issu du « Sud global » dans une métropole mondialisée.



***Anthropologie*, d'Aysegül Savas**
traduit de l'anglais par Céline Leroy,
L'Olivier, 184 p., 22€



« *Dans un moment de panique, nous avons décidé de partir en quête d'un appartement à acheter.* » Dès l'entame, l'enjeu est posé. La recherche par la narratrice Asya et son compagnon Manu d'un lieu à eux, avec toutes les contraintes, les dilemmes et les espoirs qu'implique l'accès à la propriété, constitue la trame de cette fiction sise dans une métropole jamais nommée. Ce pourrait être New York, Paris, Londres ou Berlin. « *Nous habitions cette ville depuis des années, et de temps en temps l'inquiétude nous rattrapait et nous nous disions que nous ne vivions pas selon les bonnes règles, qu'il fallait construire quelque chose de plus solide* », poursuit Asya, en qui il est permis de voir l'*alter ego* de l'autrice, Aysegül Savas. Née en Turquie, celle-ci a étudié aux États-Unis, en Russie et en France ; elle vit actuellement à Paris.

Astucieusement, *Anthropologie*, son troisième roman, ne comporte aucun nom de lieu (ni rue, ni quartier, ni monument) ni aucun autre indice permettant de situer l'action et les personnages (les prénoms sont internationaux, les patronymes absents, les usages culinaires non spécifiés…). La grande ville où vivent nos protagonistes leur est devenue familière, ils y exercent leur métier, précaire et artistique, y passent leurs « *longues journées de glande* » suivies de « *virées au bar du coin* » où ils sirotent des bières. Mais Asya et Manu viennent de loin. L'un et l'autre ont grandi dans des villes du Sud global. On n'en saura pas plus, si ce n'est que leurs pays d'origine respectifs se situent « *aux antipodes* ». Ni langue commune au sein du couple ni religion. Il leur faut à la fois observer les « *autochtones* », comme l'amie Lena, et inventer leurs propres rituels. Romancière du flottement et de l'ancrage, Aysegül Savas saisit des situations ultracontemporaines.

Asya et Manu se sont rencontrés quelque part dans l'hémisphère Nord, à l'université, selon une configuration cosmopolite qui marque le premier quart du 21e siècle. Au nombre de 2 millions en 2001, les personnes venues étudier dans un pays autre que leur pays d'origine avaient triplé en 2021, atteignant les 6,3 millions à travers le monde, selon l'Unesco, soit l'équivalent de la population d'un petit pays.

La littérature, c'est sa force, déploie dans le registre sensible ce que peuvent signifier ces statistiques : « *Avec les années, Manu et moi nous étions appris certains mots de notre langue maternelle : ceux qui n'avaient pas d'équivalent, qui non seulement disaient quelque chose d'essentiel sur notre langue, mais sur nous aussi.* » Comme tous les couples peut-être, mais mus d'une nécessité plus intense, ces déplacés se forgent leur idiome propre : « *Nous avions accumulé des années de blagues cryptiques et de mauvaises prononciations.* »

Il s'agit bien, somme toute, d'anthropologie. Le texte s'organise sous forme de brèves séquences intitulées « *langue de naissance* », « *parade amoureuse* », ou « *manières de vivre* ». Un décalage horaire et culturel sépare nos héros de leurs parents et grands-parents respectifs, qu'ils retrouvent pourtant sous forme de pixels pour d'affectueux échanges à distance. Asya dispose de jardinières : « *Si tu veux, je peux t'acheter des semences et ta mère te les mettra au courrier* », propose sa grand-mère en visio. Planter, c'est s'implanter, et le déplacement n'exclut pas l'enracinement. Il suffit d'un déplacement moindre (d'une petite ville française à Paris) pour s'identifier à ces deux-là, qu'on s'abstiendra d'appeler, à la manière de Maurice Barrès, des « *déracinés* » **(1)**. Car l'acclimatation n'a rien de mortifère, suggère l'autrice : la recherche obstinée de « futurs soi » est au contraire la vie même, toujours réinventée. ● ÈVE CHARRIN

(1) Maurice Barrès, *Les Déracinés*, 1897.

© Alex Linch/Getty Images

Culture

NOTRE SÉLECTION mensuelle d'œuvres **culturelles et documentaires**

EXPOSITION

Clair-obscur : voir dans la nuit

Une exposition de la Bourse de commerce explore ce que signifie voir le réel avec sa part d'ombre. Une expérience à la fois philosophique et sensible.

« *Le contemporain est celui qui fixe le regard sur son temps pour en percevoir non les lumières, mais l'obscurité.* » L'exposition « Clair-obscur », présentée à la Bourse de commerce à Paris, prend au sérieux cette citation du philosophe italien Giorgio Agamben. Elle réunit des artistes modernes et contemporains qui, chacun à leur manière, donnent à voir cette part d'ombre, non pour la dissiper mais pour s'y plonger.

Le titre de l'exposition renvoie à la longue histoire du *chiaroscuro*. À la Renaissance, cette technique permettait de modeler les formes par le contraste de la lumière et de l'ombre, de leur donner du relief. Le Caravage, avec la technique du ténébrisme, radicalise cet usage en plongeant ses figures dans une obscurité d'où surgissent des éclats de lumière. Plus tard, Goya joue des ombres et lumières pour dire la violence, la folie et les cauchemars de l'histoire.

C'est à cet héritage que se confronte la vidéo de Philippe Parreno, *La Quinta del Sordo*. L'artiste y reconstitue la maison, aujourd'hui disparue, de Goya sur les murs de laquelle, à la fin de sa vie, sourd et malade, il peignit quatorze fresques appelées « Peintures noires ». Loin d'une simple restitution, le film produit une expérience troublante à partir d'images et de sons qui composent un espace hanté et qui disent la mort, l'angoisse, les cauchemars et la nuit de la raison. Au centre de la Rotonde, l'installation de Pierre Huyghe, Camata, interroge d'une autre manière la mort. À partir d'un squelette humain qu'il découvre dans le désert d'Atacama, l'artiste imagine un rituel funéraire accompli par des bras robotiques. Le film, généré et modifié en temps réel par une intelligence artificielle en fonction de la présence des visiteurs, n'est jamais identique à lui-même. L'hypertechnologie dialogue avec l'archaïsme, la mort biologique avec l'activité des machines dans une mise en scène où la mémoire de l'humanité semble confiée à des robots qui lui survivent.

Cette fragilité de l'existence humaine affleure également dans les vitrines minutieuses de Laura Lamiel. Objets, ossements, fragments sont autant d'émouvants vestiges. Plus tourmentées, les œuvres de Louis Soutter plongent le visiteur dans d'inquiétantes ténèbres. Dans les dernières années de sa vie, placé dans un hospice pour vieillards, l'artiste peint avec ses doigts des figures sombres qui disent une humanité vacillante, traversée par la folie et la violence des hommes.

L'image, on le voit, ne dissipe pas l'ombre ; elle en fait l'expérience, l'éprouve et révèle la lumière. Les œuvres nous montrent que l'obscurité n'est pas ce qui empêche de voir, mais au contraire ce que nous devons accepter de regarder en face.

● CATHERINE HALPERN

Exposition « Clair-obscur »,
Bourse de commerce-collection Pinault, Paris, jusqu'au 24 août 2026.









Haut gauche : © Pinault Collection. Succession Alberto Giacometti/Adagp, Paris, 2026. Photo : Nicolas Brasseur - Haut milieu : © Pinault Collection/Jochen Littkeman, Berlin - Bas : © James Lee Byars

EXPOSITION

LA TOMBE DU PRINCE DE LAVAU

Découverte en 2015 lors de fouilles préventives menées par l'Institut national de recherches archéologiques préventives (Inrap), la tombe du prince de Lavau est exceptionnelle. Une décennie plus tard, le musée de Troyes (Aube) lui consacre une exposition qui ouvre pour la première fois au public le riche trésor de cette nécropole celtique de l'âge du bronze, datée de 450 avant notre ère.

L'archéologue Bastien Dubuis, qui a dirigé les fouilles sur le site de Lavau et assure le commissariat scientifique de l'exposition, se remémore cette découverte : « *Quand on a remonté le premier objet, une tête d'achélôos, c'était un moment magique.* » La divinité, un homme barbu et cornu, ornait un chaudron qui faisait partie du matériel funéraire. Les archéologues avaient dès lors compris que la tombe revêtait un caractère hors norme, ce que les découvertes qui ont suivi ont confirmé. Torques et bracelets d'or, céramiques et amphores… Le défunt a été enterré avec des centaines d'objets, dont certains sont extrêmement précieux.

« *Les analyses nous permettent de questionner un possible embaumement du corps* », relève Bastien Dubuis. Et en sondant les récipients, les chercheurs ont également découvert que les Celtes consommaient du vin rouge venu du sud de l'Europe. « *Un chaînon manquant* », comme le qualifie l'archéologue, qui vient retracer des routes commerciales de l'époque jusqu'ici ignorées. Si une partie des objets ont leur source dans l'artisanat local, d'autres proviennent de bien plus loin : des perles d'ambre de la Baltique côtoient, par exemple, des céramiques grecques.

Riche à la fois par la valeur des objets et par leur nombre, la tombe pourrait abriter le roi suprême des Celtes, soit le sommet du pouvoir. Pour Bastien Dubuis, cette hypothèse qui repose sur un faisceau d'indices est crédible, mais ne pourra jamais être prouvée : « *Le prince de Lavau est une sorte d'Alexandre Le Grand inversé : pour Alexandre Le Grand on connaît toute son épopée, mais on ignore où est sa sépulture. Pour le prince de Lavau, on a sa sépulture, mais on ne connaît ni son histoire, ni même son nom.* » ● CHLOÉ RÉBILLARD



© Carole Bell - Ville de Troyes

« Lavau, un prince celte en bord de Seine, vers 450 avant notre ère », jusqu'au 21 juin 2026 au musée d'Art moderne de Troyes.

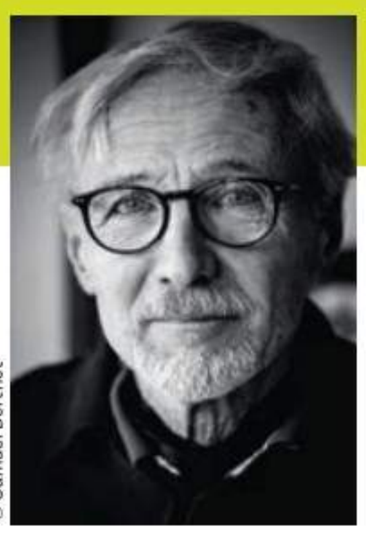
DOCUMENTAIRE

HABERMAS FACE À L'HISTOIRE

À l'occasion de la disparition du philosophe allemand Jürgen Habermas, le 14 mars 2026, Arte diffuse un documentaire réalisé par Christian Bettges, qui retrace le parcours intellectuel de cette figure majeure de la pensée contemporaine. Héritier critique de la première génération de l'École de Francfort, aux côtés de Theodor W. Adorno et de Max Horkheimer, Habermas en renouvelle profondément les perspectives. Le film met en regard l'évolution de sa pensée avec les grandes transformations politiques et sociales de la seconde moitié du 20e siècle : la reconstruction démocratique de l'Allemagne de l'Ouest, la guerre froide, l'essor des sociétés de consommation, la mondialisation… Il éclaire notamment le cœur de son projet théorique – la défense d'un espace public fondé sur la discussion rationnelle – ainsi que sa critique d'un capitalisme tendant à coloniser les sphères de la vie sociale. Le documentaire éclaire en particulier son attachement à l'idée européenne et au cosmopolitisme.

Chez Habermas, la philosophie ne se réduit jamais à un exercice spéculatif : elle s'inscrit dans le débat public et se veut une ressource pour l'action. Un portrait nuancé d'un penseur dont l'œuvre continue d'éclairer les tensions du présent. ● C.H.

Habermas. Philosophe et Européen, réalisé par Christian Bettges en 2021, disponible sur Arte jusqu'au 13 juin 2026.



© Samuel Berthet

LA QUESTION QUI FÂCHE

LA CHRONIQUE

de **Nicolas Journet**

Que cache un vote onusien ?

Le 25 mars dernier, l'Assemblée générale des Nations unies a adopté une résolution qui a fait quelque bruit, même si celui-ci, il faut bien l'avouer, est resté couvert par le fracas des explosions qui frappent le Moyen-Orient. Par 123 voix contre 3, et 52 abstentions, une majorité de pays ont voté pour que la traite et la mise en esclavage des Africains soient reconnues comme constituant « *le plus grave crime commis contre l'humanité* ». Ce texte, porté par la délégation du Ghana au nom du groupe des États d'Afrique, évoquait ensuite la nécessité « *de remédier aux torts historiques subis par les Africains et personnes d'ascendance africaine* », et se félicitait de faire « *un pas concret vers la réparation de ces torts* ».

Vue depuis la France, cette reconnaissance internationale ne résonne pas comme un éclair dans le ciel bleu : il y a vingt-cinq ans que la loi dite Taubira votée sans opposition a reconnu le caractère hautement criminel de la traite atlantique. Plus que le résultat du vote, c'est donc le manque d'unanimité du scrutin onusien qui fait question, étant entendu que d'un point de vue éthique, la condamnation de l'esclavage est partagée. Mais l'éthique n'est pas la politique, et *vice versa,* et, comme on le verra, les responsabilités historiques, mais aussi la couleur politique et l'alignement international des gouvernements actuels éclairent bien souvent leur vote.

Commençons par les partisans. Ce sont bien sûr tous les pays d'Afrique, du nord comme du sud, les pays du Moyen-Orient, presque tous en Asie sauf le Japon, dont trois grandes puissances, l'Inde, la Chine et la Russie. Ce sont donc des pays aussi bien victimes que non concernés par l'esclavage atlantique qui ont approuvé le texte, sur la base pour ces derniers de leurs affinités géopolitiques. On a remarqué que l'Amérique latine avait le plus souvent approuvé, et des pays comme la Colombie et le Brésil, ayant des populations d'origine africaine plus ou moins importantes, ont pris le parti de leurs minorités, tandis que l'Argentine, cavalier solitaire, est allée jusqu'à voter contre. Il n'y a quasiment pas d'Afrodescendants en Argentine, et cette tocade reflète la posture de son gouvernement férocement antionusien et proaméricain.

Car les deux autres bulletins négatifs sont les États-Unis et Israël. Deux alliés stratégiques, mais qui avancent des motifs différents. Pour Israël, qui n'a rien à se reprocher en matière de traite, c'est la relégation de la Shoah en deuxième ligne qui ne passe pas : n'oublions pas que le texte qualifie l'esclavage des Africains de crime « *le plus grave* ». Quant aux États-Uniens, leurs sénateurs se sont bien excusés pour l'esclavage et la ségrégation en 2009, mais aujourd'hui, ils ne veulent plus entendre parler de crime ni de réparations d'aucune sorte.

Reste les 52 abstentionnistes, qui tous abondent à condamner l'esclavage et la traite, mais refusent le superlatif criminel. Qui sont-ils : essentiellement les membres de l'Union européenne (dont la France), le Royaume-Uni et certaines de ses colonies de peuplement, Nouvelle-Zélande, Australie, qui tous ont refusé de hiérarchiser les crimes. On reconnaît quand même parmi eux les principaux acteurs de la traite atlantique, leurs alliés européens, plus certains pays qui se verraient bien les rejoindre (Ukraine, Macédoine du Nord). Pour les Européens au passé colonial, la perspective désagréable d'avoir à « *réparer des torts* », à restituer des biens est toujours envisagée avec la plus grande méfiance. L'esclavage fut un grand crime moral, mais ce qu'en font les pays aujourd'hui ressemble plus à une session du « Dessous des cartes ». ●

SCIENCES HUMAINES
Faisons connaissance

Les grands mythes : la clé pour comprendre nos sociétés ?

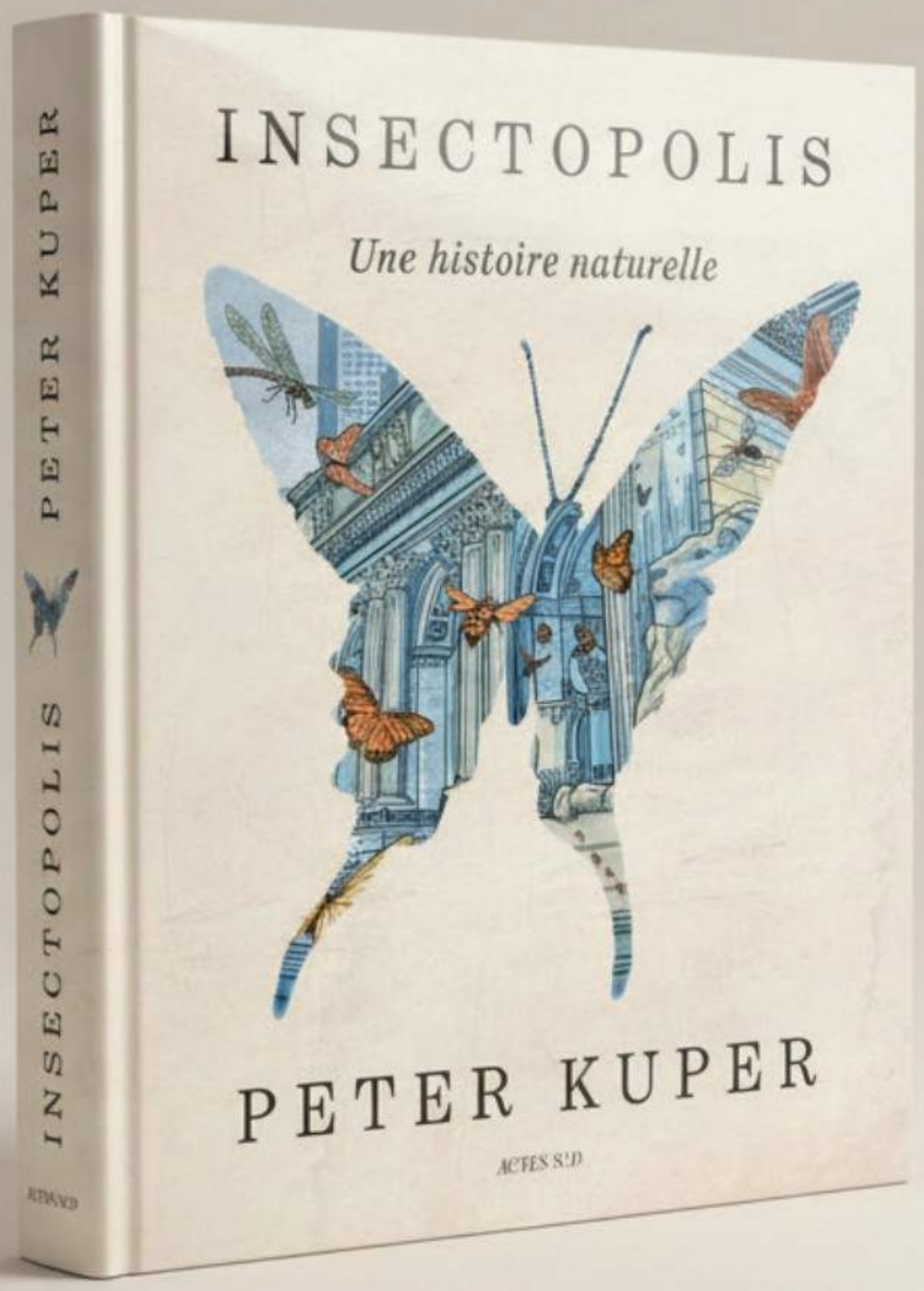


HORS-SÉRIE LES ESSENTIELS N°20
MAI - JUIN 2026
CHEZ VOTRE MARCHAND DE JOURNAUX

TOUTES NOS PUBLICATIONS SUR NOTRE SITE
WWW.SCIENCESHUMAINES.COM
OU SUR COMMANDE EN SCANNANT CE QRcode

Un tour de force graphique et une plongée fascinante

dans le monde des insectes.



Insectopolis, la BD événement
enfin disponible en librairie.

ACTES SUD