

Émotions et temporalité, une approche narrative

BENJAMIN DÉCARIE-DAIGNEAULT

RÉSUMÉ : Cet article a pour objectif de ménager une place aux notions de récit et de pensée narrative dans la résolution du problème que posent les émotions temporelles du point de vue de la rationalité. Certaines émotions, comme la colère et le chagrin de deuil, semblent naturellement diminuer au fil du temps alors que les raisons qui les ont déclenchées perdurent dans leur validité. Je vais ici montrer que ces émotions et leurs transitions, mettant toutes en jeu un certain rapport au passé, peuvent être analysées à l'aune d'une pensée qui organise le passé sous la forme du récit. Je vais donc mobiliser la théorie de la narrativité de Peter Goldie dans une réflexion visant à montrer que le récit offre une posture épistémique solide pour rendre compte de la rationalité cognitive des émotions temporelles. De surcroît, je terminerai en adressant l'hypothèse selon laquelle un rapport narratif au passé aurait le potentiel de participer activement au déploiement temporel d'une émotion, notamment à sa diminution et à sa résorption.

Introduction

Comme l'ont montré des auteur.ices comme Oded Na'Aman, Berislav Marušić, Agnes Callard et Dan Moller, la tâche de faire sens de nos états émotionnels qui ont changé à travers le temps n'est pas aisée, et pose notamment un problème du point de vue de la rationalité. Certaines émotions, à travers le temps, cessent de m'affecter ou diminuent en intensité. Par exemple, je peux me rapporter à la discussion déplaisante qui m'a procuré de la colère en matinée sans pour autant être toujours sujet à cette même colère. Des émotions de ce type, qui se dissipent au fil du temps et parmi

lesquelles on peut compter la colère, le chagrin de deuil, le regret et la rancœur, sont qualifiées par Na'Aman d'«émotions qui semblent temporelles» (*backward-looking emotions*)¹. Un problème survient du moment que l'on conçoit que ces émotions sont appropriées (*fitting*), c'est-à-dire qu'elles consistent en une réponse adéquate aux situations de fait qui les ont engendrées. En effet, si j'éprouve une émotion *x* pour une raison *y* en réponse à une situation *z*, et que cette réponse est appropriée, comment peut-il être approprié que je ne ressente plus cette émotion après un certain temps, si la raison *y* reste valide? Je proposerai dans cet article d'explorer une avenue qui aurait le pouvoir de fournir à la fois une manière de faire sens rationnellement de la transition émotionnelle vécue, tout en apportant une nouvelle manière de comprendre globalement le phénomène de diminution des émotions temporelles. Cette avenue s'appuie sur la prémisse selon laquelle une des façons que nous avons de nous rapporter à notre passé, et notamment à nos émotions passées, est à travers une «pensée narrative» et plus spécifiquement une «mémoire autobiographique». Concrètement, je proposerai dans ce texte une exploration de ces notions telles qu'elles sont introduites et traitées au sein du texte de Peter Goldie *The Mess Inside: Narrative, Emotion, and the Mind*, afin d'évaluer s'il s'agit d'une piste permettant de résoudre notre problème. Par-là, je serai porté à montrer que c'est (1) par l'élargissement de la notion de «raisons» et (2) par une compréhension processuelle des transitions émotionnelles que le concept de «mémoire autobiographique» rend possible une analyse intelligible de la *fittingness* des transitions émotionnelles.

1. *Émotions « temporelles » : un problème du point de vue de la fittingness.*

Il convient maintenant de préciser le problème ici synthétisé par Na'Aman : «A diminution in backward-looking emotions seems fitting while the reasons for these emotions seem to persist²». Pour ce faire, je propose de procéder à une analyse plus fine des termes qui le composent. Nous disions plus tôt que les «backward-looking

émotions», ou «émotions temporelles», constituent une catégorie d'émotions qui, à un temps T1, ont été déclenchées par une raison *y*. Si la réponse émotionnelle au temps T1 était appropriée, il faut admettre qu'elle restera appropriée au temps T2 également, et ce, tant que la raison *y* demeurera vraie. Pourtant, le propre des «émotions temporelles» est d'avoir une certaine péremption : je ne reste pas en colère pour toujours contre mon ami qui m'a insulté, la perte de ma grand-mère ne me plonge pas dans un deuil qui aura la même intensité pour toute ma vie. Or, si l'on suit le raisonnement selon lequel l'émotion est rationnellement adéquate lorsqu'elle répond à ses raisons de manière adéquate, il ne serait possible de justifier cette diminution ou cette résorption des émotions que sont ma colère et mon deuil que si, par une surprenante tournure d'événements, il s'avérait que mon ami ne m'ait pas insulté (par exemple dans le cas d'un malentendu), et que ma grand-mère ne soit pas réellement décédée³. Pourtant, je ne suis plus en colère alors qu'il est vrai que mon ami m'a insulté ce matin et je ne ressens plus de chagrin de deuil alors qu'il est vrai que ma grand-mère est décédée il y a 5 ans. Qui plus est, il ne semblerait pas, au regard du sens commun, qu'une prolongation *ad vitam æternam* de ces deux émotions soient susceptibles de donner lieu à des réponses émotionnelles appropriées.

Comprenons cette idée du caractère «approprié», ou «*fitting*» des réponses émotionnelles à partir de cette définition négative de Na'Aman : «An emotional episode is unfitting in shape when it presents its object as having certain evaluative features the object in fact lacks ; it is unfitting in size when it is disproportional to the evaluative feature of its object⁴». En bref, les émotions temporelles, en tant qu'elles consistent en des réactions à des objets ou des raisons, peuvent être soit appropriées ou inappropriées à leur objet. Or, dans le cas des émotions temporelles, il semble que la résorption ou la diminution de l'intensité de l'émotion, pouvant aller jusqu'à son effacement, fasse partie de la manière appropriée de répondre à la raison survenue au temps T1. C'est ce que soutient Na'Aman lorsqu'il affirme que ces émotions sont

«*rationally self-consuming*⁵ » : elles portent en elles-mêmes une péremption qui participe à répondre rationnellement aux états de fait qui sont à leur origine dans une réaction échelonnée sur une plus grande durée. À partir d'une telle conception diachronique (c'est-à-dire qui prend en compte leur insertion dans un processus temporel plus large) des réponses émotionnelles, on comprend que l'évaluation de la *fittingness* des émotions temporelles doit s'appliquer non pas uniquement à l'émotion immédiatement survenue au temps T1, mais également à sa diminution au temps Tn⁶.

1.1. Raisons originaires et conditions d'arrière-plan

Cette solution laisse pourtant irrésolu un enjeu majeur. En effet, Na'Aman ne peut pas affirmer que la durée appropriée de l'émotion avant sa résorption ne soit déjà complètement déterminée par sa raison ou son objet. Bien plutôt, il admet que cette dernière dépend, au moins en partie, d'une foule d'autres dispositions de l'agent qui vit l'émotion. Pour ainsi dire, il n'y a pas de science exacte par laquelle il serait possible, par exemple, de prescrire une durée appropriée de colère uniquement en fonction du type d'insulte reçu. La durée nécessaire pour que l'émotion s'« auto-consume rationnellement » dépend également de « conditions d'arrière-plan⁷ ». En effet, la durée de ma colère dépendra bien sûr de l'action qui a été portée à mon égard, mais également d'une multiplicité de dimensions périphériques : si l'attitude que mon ami entretient à mon égard est de manière générale hostile et désagréable, il serait approprié que la colère engendrée par son insulte perdure plus longtemps que s'il s'agissait d'un écart de conduite tout à fait isolé de sa part. En référant aux textes «*Do Reasons Expire ? An Essay on Grief*» de Marušić et *Love and the Rationality of Grief* de Moller je vais montrer que cette codétermination de la *fittingness* de l'émotion (à partir à la fois des raisons de son déclenchement et des conditions d'arrière-plan) est lourde de conséquences et demande que l'on emprunte une voie qui ouvrirait à de majeures clarifications.

Les auteurs de ces deux textes, qui traitent spécifiquement de l'émotion temporelle qu'est le chagrin de deuil (*grief*), insistent

tous deux sur une distinction fondamentale à effectuer entre les raisons à l'origine d'une émotion et les conditions d'arrière-plan qui en influencent les manifestations concrètes. Quand survient la perte d'un être cher, selon Marušić, l'objet formel qui est visé par le chagrin de deuil éprouvé par la personne endeuillée n'est, en dernière instance, rien d'autre que « la perte »⁸ de la personne. Cela dit, on pourrait adjoindre à cet objet formel une foule d'autres conditions d'arrière-plan qui seraient déterminantes de la forme et de l'intensité que prendrait le chagrin de deuil (la proximité avec la personne, le degré d'engagement de la relation, etc.) Il ne faut pourtant pas que l'on s'aveugle en traitant ces deux registres comme des équivalents. Comme le dit Marušić, c'est la mort de... qui engendre chez moi le deuil, et non pas la perte d'une relation, ni l'apparition d'un déséquilibre dans ma vie⁹. C'est à partir d'ici que survient un paradoxe : alors que Na'Aman accorde une place cruciale aux conditions d'arrière-plan dans la détermination de la *fittingness* des transitions émotionnelles, Marušić affirme qu'elles ne peuvent pas à elles seules justifier la dissipation d'une émotion dont la raison d'origine reste vraie.

En appeler à ces raisons purement factuelles et psychologiques ne rend pas compte de l'engagement originaire qui subsiste entre mon vécu émotionnel et son objet formel. En bref, le processus diachronique par lequel les émotions « s'auto-consument » ne peut pas être considéré comme *fitting* ou *rationnel* s'il ne témoigne pas d'un engagement réel avec l'objet formel de l'émotion, qu'il s'agisse de l'insulte adressée par ami ou le décès de ma grand-mère. Moller résume bien cette conclusion dans son analyse de la résorption du chagrin de deuil : « The kinds of reasons that lie behind our psychological makeup pressing the emotional reset button after a couple of months do not have anything to do with registering and assessing the nature of our loss¹⁰ ». Ce qui est révélé ici, c'est que les émotions temporelles répondent à des raisons de deux types : les raisons originaires (les états de fait qui sont à l'origine de l'émotion) et les raisons périphériques (les raisons qui concernent l'agent qui vit les émotions et qui proviennent d'autres aspects de sa vie).

Dès lors, pour que l'on puisse parler de *fittingness*, il faut que l'émotion et sa résorption ne répondent pas seulement à un de ces deux types, mais qu'elles soient appropriées à la totalité qu'ils forment. Or, il n'est pas indiqué qu'il soit aisé de rassembler ces deux ordres de raison en une unité totalisante. En effet, si nous suivons Moller jusqu'au bout, il faut admettre que la diminution de l'émotion ne sera jamais appropriée à son objet originaire, et qu'elle ne répondra somme toute qu'aux raisons périphériques : « we might have extraneous reasons to overcome fitting grief, Dan Moller Concedes, but he insists that we continue to have fitting reason to grieve as long as we love the deceased¹¹ ». Pour Marušić, ces deux ordres, bien qu'ils soient tout autant valides et nécessaires pour penser la *fittingness* des transitions émotionnelles, ne peuvent par ailleurs pas être réconciliés dans une pensée qui les engloberait. En cela, pour Marušić, la transition émotionnelle qui s'opère lors d'un deuil ne peut tout simplement pas être intelligible pour un regard qui chercherait à en saisir l'articulation¹².

C'est le caractère foncièrement *irréconciliable* de ces deux ordres de raisons que je vais tenter de remettre en doute, en montrant qu'un rapport autobiographique à son propre passé rend possible leur articulation mutuelle dans une unité intelligible. Pour le reste de mon argumentation, je vais donc suivre l'interprétation diachronique de Na'Aman, selon laquelle la réactivité d'une émotion à ses raisons dépasse la réponse immédiate de l'agent à un état de choses, mais dépend également d'une multiplicité d'autres conditions, notamment d'états émotionnels antérieurs. Toutefois, comme je viens de le relever à partir des analyses de Marušić et Moller, et comme Na'Aman le remarque lui-même : « The phenomenon of rationally self-consuming attitudes does not immediately solve the problem of backward-looking emotions, but it points us in a promising direction¹³ ». J'affirmerai donc que cette direction prometteuse ne peut être poursuivie qu'à partir d'un angle d'analyse qui donne droit à la question du récit. Ainsi, en m'appuyant sur la notion de pensée narrative de Goldie, je chercherai à montrer qu'il y a un moyen d'ordonner, au sein d'un geste interprétatif

fondé sur une conception autobiographique du passé, les différents vecteurs qui sont à l'origine d'une détermination adéquate de la réponse émotionnelle, de façon à donner droit à une plus grande perméabilité entre la dichotomie posée par Moller et Marušić entre raisons originaires et conditions d'arrière-plan, ou comme nous les avons appelées, les « raisons périphériques ». Plus encore, cela me conduira à affirmer que la pensée narrative, en plus de fournir une posture épistémique hors pair pour rendre compte de la *fittingness* des transitions émotionnelles, offre également une alternative à la conception synchronique des états affectifs (qui n'admet pas que les phases temporelles d'une émotion sont à considérer dans l'évaluation de sa *fittingness*) en permettant d'introduire à une nouvelle façon de les envisager comme des processus.

*2. Le récit et son pouvoir explicatif, révélateur et expressif⁴ :
le lieu des raisons unifiées.*

L'enjeu de cette section sera de montrer que la notion de récit, telle qu'on la retrouve chez Goldie, joue le rôle d'unité totalisante rendant possible l'articulation *intelligible* des raisons originaires et périphériques aux fondements des émotions temporelles. Il faut parler ici d'intelligibilité, car même si l'on ne prenait pas en compte la dichotomie des raisons dont parlent Moller et Marušić et que l'on acceptait d'emblée que les conditions périphériques jouaient un rôle prépondérant dans la diminution des émotions à travers le temps, on serait rapidement confrontés à ce que Goldie, reprenant l'argumentation de Prinz, appelle « the problem of plenty¹⁵ ». Il s'agit en effet de l'attitude par laquelle, voulant évaluer la *fittingness* d'une émotion temporelle et de sa diminution, on en viendrait à considérer une multitude de composantes pouvant toutes en droit être considérées comme des « conditions d'arrière-plan », sans pouvoir nécessairement faire sens de leurs implications mutuelles et de leurs rôles respectifs dans la détermination du vécu affectif.¹⁶ Il apparaît donc nécessaire, que l'on prenne ou non au sérieux la double nature des raisons qui conditionnent nos émotions, de réinscrire ces dernières dans une trame unifiée au sein de laquelle un sens pourra voir le jour.

2.1. L'entrelacement réciproque des divers ordres de raison

Constamment, dans notre vie quotidienne, nous procédons à l'unification des multiples raisons qui sont sous-jacentes à nos vécus émotionnels. En effet, c'est ce qui se produit à chaque fois que l'on *raconte*. Soulignons, en passant, que l'entrée en matière du texte de Marušić, dans lequel il cherche à analyser l'expérience du deuil, consiste en la *narration* d'un épisode vécu : « My mother died on November 30, 2007 – suddenly and unexpectedly at the age of 55. In light of her death, I immediately experienced intense grief¹⁷ ». Je reviendrai sur ce poignant incipit dans quelques instants. Pour l'instant, il faut spécifier ce qu'il faut entendre par la notion de *récit (narrative)* en référant à la définition que donne Goldie :

A narrative is a representation of events which is shaped, organized, and coloured, presenting those events, and the people involved in them, from a certain perspective or perspectives, and thereby giving narrative structure – coherence, meaningfulness, and evaluative and emotional import – to what is narrated¹⁸.

Ce n'est pas un hasard si, de manière instinctive, nous avons tendance à nous rapporter à notre propre passé de façon narrative : le passé fait sens en tant qu'il est présenté sous forme de récit. Il faut donc partir avec la prémisse selon laquelle le regard rétrospectif que nous portons sur nos émotions temporelles est *en droit* un regard narratif. Le danger que nous identifions plus tôt avec Prinz, qui était celui de tomber dans un regard rétrospectif qui tenterait d'expliquer les racines d'un vécu émotionnel à partir d'une liste de composantes (événements, jugements, contenus évaluatifs) qui prétendraient toutes à la même légitimité explicative, est, grâce à la structure narrative de notre rétrospection, évité. Revenons au petit segment narratif que constitue l'incipit du texte de Marušić. Au sein de ce segment, il est clairement identifié que c'est la mort de sa mère qui a engendré chez lui un intense chagrin de deuil. Cette affirmation témoigne du fait que l'objet qui a déclenché l'état émotionnel est irréductiblement identifiable à « la mort de sa mère ». Toutefois, cette affirmation est englobée dans une narration plus globale, au sein de laquelle il est également indiqué que sa

mort était prématurée, inattendue et soudaine. Dans la mise en forme même de ce segment de passé dans un geste de narration se trouve une multitude de composantes évaluatives et émotionnelles, des marqueurs temporels et des rapports de causalité. Cette petite mise en récit montre clairement que malgré nos efforts pour isoler une *archi-raison* qui serait un fondement permanent pour les vécus émotionnels, il subsiste, du moment que l'on se rapporte à notre passé, une irréductible codétermination des raisons. Bien entendu, comme le dit Marušić, c'est «en regard de sa mort¹⁹» qu'il ressent un chagrin de deuil intense, mais *sa mort*, en tant qu'elle est insérée dans un récit, n'a pas le simple sens d'une perte en général : il s'agit de la mort de *sa* mère, il s'agit d'une mort *prématurée, inattendue et soudaine*. Ainsi, bien que l'on cherche à isoler un objet qui aurait un statut particulier, le récit, en tant qu'il a pour caractéristique d'insérer ses éléments dans des relations temporelles, spatiales et causales qui témoignent de leurs propriétés évaluatives et de leurs apports émotionnels, charge *toujours déjà* cet objet d'une dimension significative. Comme le montre Goldie, le récit est une totalité dont chaque partie possède son intelligibilité propre en fonction de son insertion au sein du tout : «All these go together : it is not as though there is, first, a completed narrative, and then, a second, an evaluation and emotional response to the narrative ; rather, the evaluation and emotional response themselves infuse the narrative, shaping and colouring it²⁰».

Que tout récit implique par sa structure même les éléments qui le composent dans des rapports significatifs, cela ne veut pas dire qu'il faut rejeter toute tentative d'opérer un tri et une hiérarchisation parmi ceux-ci. En tant qu'ils sont insérés dans un récit, ils prennent part à une structure cohérente qui d'emblée fait ressortir entre eux certains rapports de primauté, de dépendance, de saillance. En lisant l'incipit de Marušić, on comprend que l'objet central de son émotion est «la mort de sa mère», et non le fait que cette mort soit prématurée. Toutefois, en tant que l'objet central est pensé au sein d'une totalité narrative, il est impossible d'ignorer que ses divers prédicats occupent également un certain rôle, moins définitoire

certes, mais non négligeable, dans la détermination de la réponse émotionnelle et de son développement au fil du temps.

2.2. *Le pouvoir explicatif, révélateur et expressif du récit*

Comme l'ajoute Goldie, bien que tout récit appelle une narration, il n'est pas nécessaire qu'il soit consigné dans un texte, ni même qu'il soit communiqué à une tierce personne pour être considéré comme tel : « A narrative can just be thought through in narrative thinking²¹ ». À partir de cette conception élargie du récit, qui admet tout mode de pensée qui agence, structure et met en forme des éléments dans des rapports temporels et significatifs²², il est possible de considérer ce dernier comme un point d'entrée pour une analyse cohérente de la *fittingness* des vécus émotionnels. Déjà, le fait de reconstituer des événements qui ont été l'occasion du déclenchement d'une émotion constitue une forme d'évaluation narrative de la *fittingness*. Par exemple, je peux justifier la colère que j'éprouve envers mon ami après qu'il m'ait traité de guignol en replaçant cet événement isolé au sein d'une trame narrative plus large : il savait que cette insulte allait réveiller chez moi de durs souvenirs de l'école primaire, alors que certains camarades l'utilisaient pour m'intimider. Ayant été témoin de cet épisode difficile de ma vie, je considère que mon ami, par son insulte, a agi expressément de manière à me blesser. Si j'ai pu instinctivement ramener cet événement isolé « l'insulte de mon ami » à une trame temporelle plus large et ainsi donner sens à la colère que j'éprouve, c'est, selon Goldie, en vertu du pouvoir de la pensée narrative à mettre en rapport des événements selon leurs teneurs de sens : « the capacity of narratives to capture general events and connect them to lifetime events, and also to particular episodes, is one of the features that give narratives their special explanatory, revelatory, and expressive power, as contrasted with causal accounts²³ ».

C'est également en vertu de ce pouvoir que nous disons ici que la pensée narrative offre une posture épistémique de choix pour évaluer la *fittingness* non pas seulement des réactions émotionnelles, mais également de la diminution/résorption des émotions dites

«*self-consuming*». En effet, autant qu'il m'est possible de faire sens de ma réaction de colère quelques instants après l'altercation avec mon ami à travers une pensée narrative, autant il m'est possible, à travers le même canal épistémique, de faire sens de mon apaisement quelques heures plus tard ainsi que de mon pardon le lendemain. En effet, en tant que le récit coordonne ensemble les différents événements, et que ceux-ci, au moment de la narration, sont chargés d'apports évaluatifs et émotionnels, il permet de donner la *distance* nécessaire pour comprendre l'avènement des raisons qui ont présidé à la diminution de l'émotion. Le lendemain de l'altercation, alors que je ne suis plus en colère, je peux à nouveau me rapporter aux événements, mais cette fois-ci en leur ajoutant certaines couches significatives, par exemple en me souvenant que cet ami avait l'habitude de me défendre contre les intimidateurs lorsque nous étions plus jeunes. En bref, je peux faire sens, par une rétrospection narrative qui connecte entre eux des événements et des apports évaluatifs issus de différentes couches temporelles²⁴, des raisons qui ont poussé mon sentiment de bienveillance et d'amitié à dépasser ma colère.

2.3. La mise en récit et l'illusion rétrospective

Il faut dire un mot du procédé qui sous-tend la pensée narrative, à savoir la mise en récit. En effet, une mauvaise compréhension de cette notion, qui est à l'origine du rapport autobiographique au passé dont nous avons traité jusqu'à présent, est susceptible de nous mettre face à l'objection de l'illusion rétrospective²⁵. En effet, il serait possible de nous objecter que l'évaluation de la *fittingness* qui s'opère à partir d'une pensée narrative ne soit pas d'une grande valeur : si c'est moi qui construis le récit, je peux l'organiser de façon à justifier abusivement des vécus affectifs inappropriés, comme dans le cas où je transformerais le récit de l'altercation avec mon ami par des exagérations afin de justifier le fait que j'entretiens ma colère depuis plusieurs années. En bref, il faut se demander : en quoi le récit de soi n'est-il pas une façon d'interpréter à outrance les faits afin de justifier des attitudes émotionnelles objectivement injustifiables ?

Plus généralement, cette question nous place devant l'enjeu de saisir le statut du récit par rapport à notre existence. Si nous adoptons le point de vue de MacIntyre, selon lequel nos vies sont des « récits vécus » (*enacted narratives*)²⁶, il semble que le regard rétrospectif ne laisse pas place à une construction neuve d'un récit susceptible de contenir des déformations. La vie ayant déjà une forme narrative, tout rapport rétrospectif au passé doit rendre le passé *tel qu'il a été effectivement vécu*. Ce n'est pourtant pas la posture qu'adopte Goldie, qui à ce sujet se rapproche davantage de Ricoeur. Pour ce dernier, comme le rapporte Tengelyi, nous « appliquons les éléments structureaux du récit à la réalité de notre vie²⁷ ». En effet, pour Goldie comme pour Ricoeur, nous n'avons jamais accès à un récit déjà formé²⁸. Bien plutôt, les récits sont le produit d'un processus de *mise en récit* :

This process, which, following Paul Ricoeur (1984), I will call *emplotment*, is one by which a bare description of events, such as one might find in annal or chronicle, can be transformed into a narrative, giving coherence, meaningfulness, and evaluative and emotional import to what is narrated²⁹.

Dans le cas de la mise en récit de soi, ou, pour reprendre les termes de Goldie, la « mémoire autobiographique³⁰ », il faut comprendre qu'on ne se situe pas dans un travail de fiction. En effet, le récit d'un épisode de mon passé, bien qu'il soit construit par moi à partir de ma posture de narrateur, n'est jamais purement créé. Bien plutôt, il donne sens et cohérence à des contenus qui préexistaient, mais qui n'avaient pas préalablement été joints à une totalité significative. Ces contenus, appelés par Goldie des « *matériaux bruts* » (*raw materials*)³¹, peuvent correspondre à des mémoires de plusieurs types (événements précis, épisodes généraux de ma vie, etc.), ainsi qu'à des témoignages d'autrui qui pourraient compléter ou parfaire mon souvenir³². Considérant cela, il faut admettre que l'agent qui se retourne sur son vécu reste en relation avec des matériaux bruts, qui eux, correspondent à des états de choses dans le monde. Il y a donc ici un levier sur lequel s'appuyer pour juger de la valeur de mes évaluations rétrospectives à partir d'une

pensée narrative. En tant que la mise en récit doit authentiquement rendre le passé tel qu'il a été vécu par moi, et tel qu'il est désormais perçu dans mon présent, elle ne consiste pas en une opération de corruption de la réalité qui mènerait à un relativisme au sein duquel chacun pourrait trafiquer les faits vécus dans une fiction avantageuse. En cela, la posture épistémique dégagée par le rapport autobiographique à son passé doit rester ouverte aux critiques et rectifications : la mise en récit est un procédé perfectible, qui peut toujours aspirer à une plus grande adéquation.

Bien sûr, ma posture de narrateur fait subir une certaine déformation du point de vue des apports évaluatifs et émotionnels qui traverseront le récit : je ne raconterai pas l'événement de la même façon quelques secondes et plusieurs jours après qu'il se soit produit.³³ Cette déformation sera le thème directeur de la prochaine section de ce texte. Je chercherai à y montrer comment cette dernière est essentielle à toute reconstitution narrative du passé en même temps de jouer un rôle important dans les transitions émotionnelles.

3. La pensée autobiographique : une vue processuelle des transitions émotionnelles

Nous avons parlé jusqu'ici d'une façon de faire sens des différentes raisons qui conditionnent la transition émotionnelle comme d'un tout cohérent unifié par la mise en récit. Cela étant, on ne peut plus penser les émotions temporelles comme étant réactives uniquement à des contenus propositionnels du type «le décès de ma grand-mère», «la trahison de mon ami», etc. Cette conception étroite des raisons qui conditionnent les vécus émotionnels a pour présupposé de penser les réponses émotionnelles comme des événements³⁴. Par exemple, l'événement de ma colère survient en réponse à l'événement «la trahison de mon ami». Or, la pensée narrative, en vertu de sa capacité à interpréter la réponse émotionnelle à l'aune de toute une variété de raisons que l'on qualifiait auparavant de «périphériques», nous ouvre à une compréhension des réponses émotionnelles comme des processus s'échelonnant au sein d'une temporalité. Goldie exprime cette idée

en analysant le chagrin de deuil : « If one thinks grief as an event (or as a state), the question of cause is limited to the question of what 'set off' the grief, something such as hearing the terrible news. But in thinking of grief as a process we look to what sustains it through its various stages³⁵ ».

Comme je chercherai ici à le montrer, toutes les émotions temporelles sont soutenues, de leur déclenchement initial à leur résorption finale, par une certaine entrée en rapport de l'agent avec son passé, et cette entrée en rapport peut prendre la forme d'une pensée narrative, concrétisée dans un récit raconté ou dans une mémoire autobiographique. En effet, chaque opération de mise en récit, qu'elle soit dite ou seulement pensée (*thought through*)³⁶, me place dans une posture de narrateur. Comme je le disais en introduction, c'est le moi du présent (externe au récit) qui raconte le moi du passé (interne au récit). Or, cette posture, qui opère la médiation entre les matériaux bruts et le récit achevé, joue un rôle : « The manner of this shaping, organizing, and colouring is informed by something that is the heart of my account of narrative : the narrator's perspective or point of view from which the events are narrated³⁷ ». Autrement dit, dans le cas des émotions temporelles, ni les raisons originaires à leur déclenchement, ni les raisons périphériques qui contribuent à leur développement ne sont à considérer comme des entités statiques, des propositions fermées sur elles-mêmes. Elles sont plutôt à envisager comme des matériaux bruts susceptibles d'être colorisés, organisés et mis en forme par un narrateur partial au sein d'un processus échelonné sur une durée.

Avant de s'avancer plus précisément sur cette conception processuelle des émotions temporelles, il faut voir comment la notion de processus avait été critiquée par Marušić dans son analyse de la résorption du deuil. Selon lui, un problème survient lorsque l'on pense la diminution du chagrin de deuil comme un processus à travers lequel il faut passer. En effet, cette conception, puisqu'elle demande que l'on voie le deuil comme une série d'étapes à passer pour aller mieux, implique de quitter le sol des raisons originaires et du vécu intime qu'elles engendrent : « To think of grief as a

healing process involves a distinct kind of alienation ; it requires taking a detached, clinical view of ourselves. When we view grief as a healing process, we turn our attention away from our loss to ourselves³⁸».

Autrement dit, pour Marušić, la dimension vécue du chagrin de deuil est mise à mal lorsque notre regard se distancie de l'émotion telle qu'elle est immédiatement vécue pour la replacer dans un cadre plus large, c'est-à-dire lorsqu'elle est comprise comme un moment au sein d'un déploiement temporel laborieux. Même s'il admet que la théorie narrative de Goldie, est « plus sophistiquée³⁹ » que les conceptions processuelles issues de la psychologie, il soutient néanmoins que celle-ci reste aliénante, en ce qu'elle implique une prise de distance avec l'objet originaire de l'émotion. À mon sens, cette critique est injuste. En effet, la *distance* inhérente à la mise en récit de soi et à la mémoire autobiographique ne doit pas être comprise comme une déformation ou un travestissement du vécu émotionnel. Au contraire, l'argumentation de Goldie révèle qu'il s'agit d'une composante nécessaire à toute entrée en relation avec des éléments du passé. L'écart qu'on trouve dans la mise en récit, qui est la condition de possibilité de l'entrée en relation significative avec mon passé, est appelé par Goldie « écart ironique » : « there is, in autobiographical memory, an ineluctable ironic gap (epistemic, evaluative, and emotional) between internal and external perspective, and [...] our memories are themselves infused with this irony⁴⁰ ». Cet écart, qui, chaque fois que je me raconte, se creuse entre le moi présent et le moi passé, entre le moi narrateur et le moi diégétique, est non seulement le lieu qui rend possible toute mise en récit, mais également une source de dynamisme au sein de ma vie émotionnelle.

En contactant mon passé par le récit, je deviens, comme nous le disions, un narrateur partial. À partir de cette posture, je donne lieu à une totalité narrative qui comprend une double temporalité : un enracinement dans le passé d'une part, et de l'autre, un présent qui investit le passé : « I tell it the way I remember it, and I remember it the way I tell it⁴¹ ». L'écart ironique, dès lors, engendre

une pensée unifiée au sein de laquelle présent et passé sont intimement entrelacés, une sorte de souvenir articulé et cohérent au sein duquel sont susceptibles de poindre des variations ou des déformations⁴² issues du privilège que j'ai en tant que narrateur d'être inséré dans une temporalité externe à celle des événements. Par ailleurs, en m'adonnant de manière répétée à ce geste par lequel j'entre en rapport narratif avec les divers événements et raisons qui ont eu lieu dans le passé, j'arrive chaque fois à frayer une place pour des éléments nouveaux, des apports évaluatifs et émotionnels différents de ceux qui constituaient le souvenir brut : la mémoire autobiographique n'est pas une *récupération* du passé, mais une *construction*⁴³.

C'est en vertu de ce dynamisme qui, par la répétition de l'opération de mise en récit, s'instaure entre les raisons de l'émotion au temps *T1* et mon interprétation de ces dernières au temps *T2* (dans lequel je [me] raconte le récit), qu'on peut parler d'un rôle actif de la pensée narrative dans les transitions émotionnelles. En tant qu'il m'est toujours possible de me rapporter narrativement aux raisons à l'origine de mon état émotionnel, il m'est également toujours possible de les reprendre dans une organisation nouvelle qui chaque fois les investit de charges évaluatives et émotionnelles légèrement ou drastiquement transformées. Deux jours après que mon ami m'a insulté, je peux me rapporter narrativement au moment de l'altercation, mais cette fois-ci, en y ajoutant de nouvelles couches significatives et de nouveaux apports émotionnels : je peux adjoindre au récit du temps *T1* les excuses faites par mon ami au temps *T2*, les explications de son comportement déplacé au temps *T3*, ainsi que des souvenirs heureux de notre amitié antérieurs au temps *T1*. Ainsi, la raison originaire perd la possibilité de m'affecter pour toujours, car en tant qu'elle est replacée dans un récit plus large, elle se trouve elle-même élargie. Si quelque chose continue de m'affecter pour toujours, ce n'est plus la raison telle qu'elle a été vécue à l'origine. La proposition « mon ami m'a insulté », suscitant vive réaction au temps *T1*, devient au temps *Tn* le récit suivant : « mon ami, sous l'emprise du stress de la fin de session, s'est senti

brusqué par mon attitude agitée et m'a lancé une insulte destinée à me blesser. Toutefois, ses excuses, empreintes de sensibilité et de douceur, m'ont rappelé la force de notre amitié qui dure maintenant depuis 10 ans». À partir de là, il apparaît tout à fait adéquat que l'émotion que je vis au temps *T_n*, en tant que narrateur qui a désormais accès à ce récit plus étoffé, ne soit plus une colère vive, mais peut-être quelque chose comme un léger agacement bienveillant. Je reprends ici la formulation de Goldie au sujet de ce double mouvement par lequel passé et présent s'entre-nourrissent et se transforment mutuellement : «Our memories are infused with what we now know, and with how we now feel about what happened in the light of what we now know⁴⁴».

Saisir ainsi les émotions temporelles et leur diminution comme des processus sous-tendus au moins partiellement par un rapport autobiographique au passé révèle qu'il est tout aussi incorrect de dire que les raisons expirent que de dire qu'elles durent pour toujours. En effet, comme j'ai ici tenté de le montrer, une raison peut rester vraie tout en étant investie de nouveaux apports évaluatifs et émotionnels : ne plus éprouver de colère après un certain temps, cela ne veut ni dire que la raison de ma colère a expiré, ni que je cesse de lui répondre adéquatement. Cela veut simplement dire que je la «raconte» différemment.

Il ne faut toutefois pas oublier ce que nous disions plus haut. Ce n'est pas parce que l'on interprète une réponse émotionnelle à l'aune d'une pensée narrative qu'il s'agit là d'une garantie que cette réponse sera rationnelle ou adéquate. En effet, comme je l'ai montré, il y a une façon appropriée de mettre en récit. En cela, si la mise en récit, en tant qu'entrée en rapport avec le passé, constitue au moins une partie du processus de transition émotionnelle, il faut, pour que la transition soit adéquate, que celle-ci soit elle-même adéquate. Comme le dit Na'Aman, il y a un lien direct entre la *fittingness* du processus sous-jacent au développement d'une émotion et la *fittingness* de ce développement : «the fittingness of an attitude at a time can generally and directly depend on the fitting process from which it is part⁴⁵». De ce point de vue, si le récit

qui sous-tend le développement d'une émotion est erroné, alors cette dernière aura des chances d'être elle-même inadéquate. Comme nous disions plus tôt, si à chaque fois que je reprends (*think through*) le récit de l'altercation avec mon ami, je refuse d'y adjoindre les dimensions périphériques en insistant constamment sur le caractère impardonnable de son insulte, je peux me convaincre d'entretenir la même colère pour une très longue période. De la même façon, si j'oblitére tout simplement l'épisode de l'insulte quand je me raconte la relation que j'entretiens avec cet ami et que je laisse les dimensions périphériques prendre toute la place au sein du récit, je pourrais vraisemblablement réprimer une colère dont l'expression modérée aurait été saine et appropriée pour le contexte. En bref, autant l'insertion des raisons dans une trame narrative globale constitue une clé pour comprendre l'articulation des processus de transition émotionnelle, autant il ne s'agit pas d'une « recette » pour mener à bien des transitions émotionnelles appropriées. Toutefois, la conception processuelle et narrative des émotions temporelles et de leur transformation, comme je l'affirmais déjà en conclusion de la seconde partie de ce texte, ne nous laisse pas sans ressources pour évaluer leur *fittingness*. En effet, du moment que le récit agence les divers éléments qui le composent avec le degré adéquat de justesse et de richesse⁴⁶, il offre une ressource hors pair pour faire sens du développement des émotions. De surcroît, comme je viens tout juste de le démontrer dans la présente section, il est également susceptible de constituer un moteur pour ce même développement.

Conclusion

Le présent texte a présenté une tentative de traiter du problème des émotions temporelles (*backward-looking emotions*) tel que thématiqué dans le texte de Na'Aman *The Rationality of Emotional Change: Toward a Process View*. Il s'agissait d'abord de cerner rondement le problème que posent les émotions temporelles pour la rationalité, ainsi que l'approche de solution tentée par Na'Aman qui consistait à ramener ces états affectifs paradoxaux à des processus diachroniques. Une de ses conclusions, selon laquelle les émotions

temporelles s'« auto-consument » rationnellement, a posé pour nous la nécessité de trouver une manière de pouvoir évaluer chaque fois ce qui préside à leur résorption. En cela, nous avons vu que des raisons originaires et périphériques pouvaient entrer en ligne de compte pour déterminer à la fois une réponse émotionnelle et sa transition à travers le temps. À la lumière des remarques de Marušić et Moller, selon lesquelles la tentative de conciliation de ces deux ordres de raison au sein d'un discours rationnel visant à évaluer la *fittingness* d'une transition émotionnelle n'est que susceptible de mener à des apories, nous avons cru bon de nous acheminer vers le lieu par excellence au sein duquel paradoxes et contradictions peuvent cohabiter, c'est-à-dire le monde du récit.

C'est donc finalement la notion ricœurienne de narrativité et de pensée narrative, telle que présentée par Goldie, qui nous met sur la piste d'une façon de repenser la rationalité du changement des états d'âme. En effet, sa théorie de « mémoire autobiographique », fondée sur la prémisse qu'il est possible de se rapporter à son propre passé comme à un récit, donne accès à une conception du passé dans laquelle les événements, les états de fait, les charges évaluatives et émotionnelles, sont entremêlées dans une unité narrative cohérente. En plus d'offrir un matériau riche pour l'évaluation de la *fittingness*, la mise en récit de soi constitue également un processus qui a son propre rôle à jouer dans les transitions émotionnelles. On peut trouver, dans la mémoire autobiographique, une aliénation positive, centrale au processus de transition qui est inhérent aux émotions temporelles, à savoir la distanciation « ironique » qui sépare le moi « présent » du moi « passé ». En faisant toujours exister le paradoxe de cette double-temporalité, la mise en récit participe aux changements émotionnels : elle permet de réinterpréter, toujours avec de nouvelles informations et de nouveaux apports évaluatifs, les épisodes de mon existence ayant engendré chez moi des réponses émotionnelles.

1. O. Na' Aman, « The Rationality of Emotional Change : Toward a Process View » dans *Noûs*, (2019), p. 2.
2. *Ibid.*, p. 1.
3. B. Marušić, « Do Reasons Expire ? An Essay on Grief » dans *Philosophers Imprint*, vol. 18, n° 25, (2018), p. 7.
4. O. Na' Aman, *op. cit.*, p. 6.
5. *Ibid.*
6. *Ibid.*, p. 8.
7. *Ibid.*
8. B. Marušić, *op.cit.*, p. 6.
9. *Ibid.*, p. 4.
10. D. Moller, « Love and the rationality of grief » dans (dir.) C. Grau et A. Smuts *The Oxford Handbook of Philosophy of Love*, New York, Oxford University Press, 2017 p. 7.
11. O. Na' Aman, *op. cit.* p. 5.
12. B. Marušić, *op. cit.* p. 16.
13. O. Na' Aman, *op. cit.* p. 9.
14. P. Goldie, *The Mess Inside : Narrative, Emotion, and the Mind*, 1st ed., Oxford University Press, 2012, p. 46.
15. *Ibid.*, p. 60.
16. *Ibid.*
17. B. Marušić, *op. cit.*, p. 1.
18. P. Goldie, *op. cit.*, p. 7.
19. B. Marušić, *op. cit.*, p. 1.
20. P. Goldie, *op. cit.*, p. 11.
21. *Ibid.*, p. 3.
22. *Ibid.*, p. 4.
23. *Ibid.*, p. 46.
24. *Ibid.*, p. 48.
25. *Ibid.*
26. Cf. L. Tengelyi, *L'histoire d'une vie et sa région sauvage*, Paris, Éditions Jérôme Millon, 2005, p. 10. Cf. A. MacIntyre, *Après la vertu*, Paris, PUF, Ed. Quadrige, 2013, p. 211.
27. L. Tengelyi, *op. cit.*, p. 11.
28. Cf. P. Goldie, *op. cit.*, p. 8.
29. *Ibid.*
30. *Ibid.*, p. 49.
31. *Ibid.*, p. 9.

32. Cf. P. Goldie, *op. cit.*, p. 9.
33. *Ibid.*, p. 49.
34. P. Goldie, *op. cit.*, p. 64.
35. *Ibid.*, p. 64.
36. *Ibid.*, p. 11.
37. *Ibid.*
38. B. Marušić, 2018, *op. cit.*, p. 13.
39. *Ibid.*
40. P. Goldie, *op. cit.*, p. 43.
41. *Ibid.*, p. 49.
42. Cf. P. Goldie, *op. cit.*, p. 51.
43. *Ibid.*, p. 53.
44. *Ibid.*, p. 54.
45. O. Na'Aman, *op. cit.*, p. 19.
46. Cf. P. Goldie, *op. cit.*, p. 11.