



LES EXPRESSIONS DE LA SENSIBILITÉ

External Signs of the Passions: from Le Brun.

Engraved for the Encyclopædia Londinensis 1751.

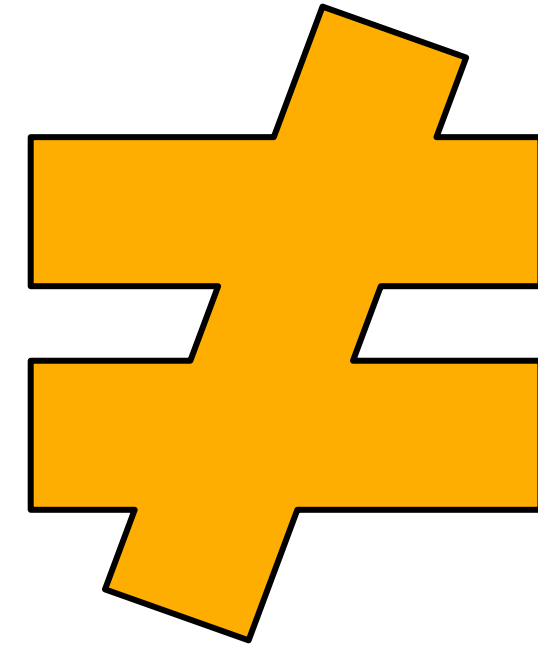
Définition

- **Expression** = « Action de faire sortir, paraître au dehors » (Littré)
- **Sensibilité** = « Qualité de sentir, c'est-à-dire propriété dévolue à certaines parties du système nerveux, par laquelle l'homme et les animaux perçoivent les impressions soit faites par les objets du dehors, soit produites à l'intérieur » (Littré)

Sensibilité corporelle

= sens (vue, ouïe etc.)

→ **Extérieur**



sensibilité affective

= sentiments, passions

→ **intérieur**

Hans Makart, *Les Cinq Sens*, 1872-79, Vienne



Plan

1. Être sensible est-il une force ou une faiblesse ?
2. Comment être authentiquement soi-même ?
3. Sensibilité et nature
4. Peut-on bien parler de sa sensibilité ?
5. L'expression artistique de la sensibilité

**1) Être sensible est-il une force ou
une faiblesse ?**

Arguments favorables à la sensibilité

Intuitionnisme de Rousseau : la sensibilité est un guide fiable et nous aide à découvrir des vérités importantes pour diriger notre vie

- Rousseau, profession de foi du vicaire savoyard (*Émile*) : « Admettre pour évidentes toutes les propositions auxquelles, dans la sincérité de mon coeur, je ne pourrai refuser mon consentement. »
- « Tout ce que je sens être mal est mal ; le meilleur de tous les casuistes est la conscience. »

La passion comme moteur de l'existence

- Définition de la passion : « Contrairement aux sentiments, aux affections ou aux émotions, les passions sont totales. Elles ne constituent pas un simple fragment d'un état d'esprit ou d'une situation : les passions semblent chasser toute autre forme d'attention ou d'état de l'être. » — Philip Fischer, The vehement passion
- Nécessité de la passion pour atteindre la grandeur : « Rien de grand ne s'est fait sans passion. » (Hegel)
- e.g.
 - art
 - science
 - lutte morale et politique

Elaine ARON

Hyper- sensibles

Mieux se comprendre pour
mieux s'accepter



Nouvelle édition du best-seller aux
150 000 lecteurs

MARABOUT

- Elaine Aron, psychologue spécialiste de l'hypermensibilité : les hypersensibles ont souvent plus **d'empathie**, plus de **finesse** dans la **perception**, plus de **créativité**



Utilité de la sensibilité dans certaines professions

- comédien : selon la Méthode Stanislavski, pour être un bon acteur, il faut puiser dans sa propre sensibilité pour bien jouer un rôle



Arguments défavorables à la sensibilité

Être sensible rend malheureux

- Thèse du **stoïcisme** : être sensible, c'est se rendre vulnérable au hasard des circonstances
- « ***Summa vitae beatae est solida securitas*** ». — Sénèque (= le bonheur se résume en une sécurité sans faille)

SSPT

- Syndrome de stress post-traumatique
- « réactions intenses, désagréables, et dysfonctionnelles qui apparaissent après un événement traumatisant accablant. » Manuel MSD
- Révèle **la vulnérabilité à laquelle nous expose notre sensibilité**



Être sensible rend inefficace et irrationnel

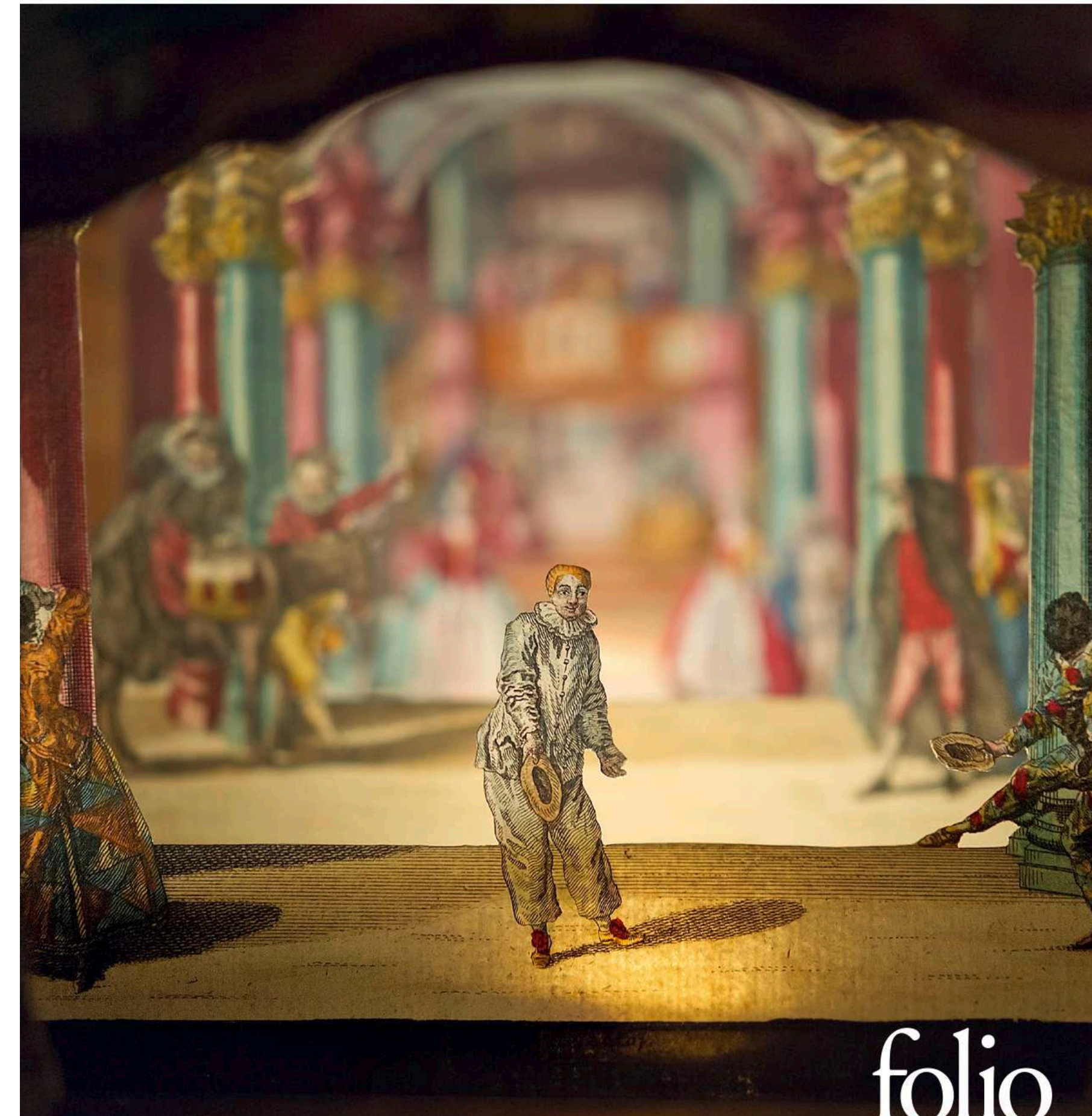
- Emporté par les sentiments, nous agissons mal

Diderot

Paradoxe sur le comédien

Édition de Laurence Marie

- Thèse de Diderot : le meilleur comédien est celui qui parvient à **devenir insensible afin de jouer la sensibilité**
- // prostituée « qui ne sent rien, mais qui se pâme entre vos bras »
- Portrait du bon comédien :
 - « Je lui veux beaucoup de **jugement** ; il me faut dans cet homme un **spectateur froid et tranquille** ; j'en exige, par conséquence, de la pénétration et **nulle sensibilité**, l'art de tout imiter. — Paradoxe sur le comédien, 1773



folio
classique



Comment être un bon comédien ? Êtes-vous plutôt
d'accord avec Diderot ou avec Stanislavski ?

“Brilliant, powerful, and provocative, *Against Empathy* is sure to be one of the most controversial books of our time.”
—DANIEL GILBERT, author of *Stumbling on Happiness*

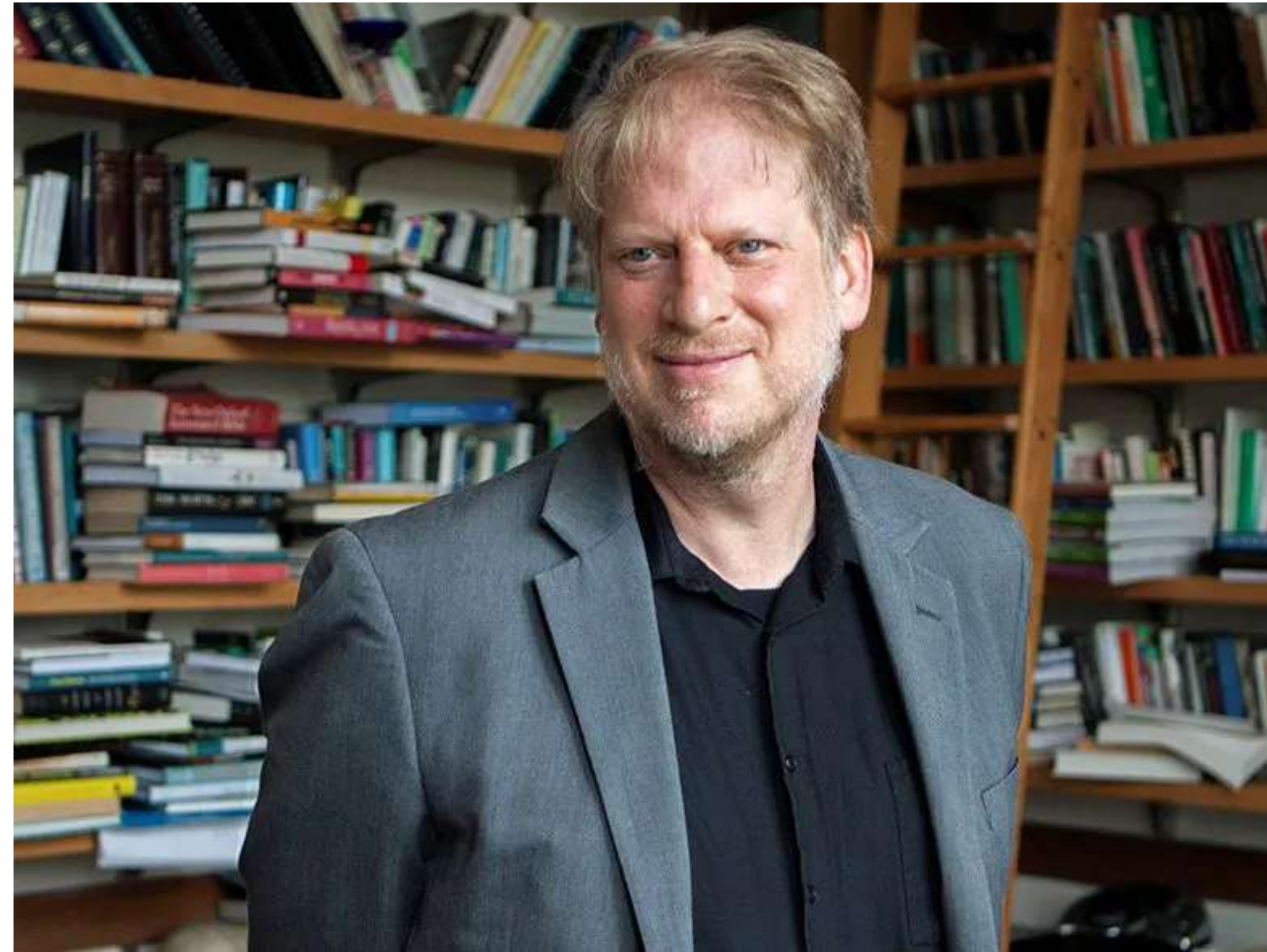
AGAINST EMPATHY

The Case for Rational Compassion



PAUL BLOOM

Author of *How Pleasure Works* and *Just Babies*



- Thèse de Paul Bloom : être trop sensible et empathique conduit à faire des mauvais choix moraux
- e.g. Don disproportionné pour la fondation Make-A-Wish



Écrivez un paragraphe reprenant la thèse de Paul Bloom pour répondre au sujet : « Être sensible est-il une force ou une faiblesse ? »

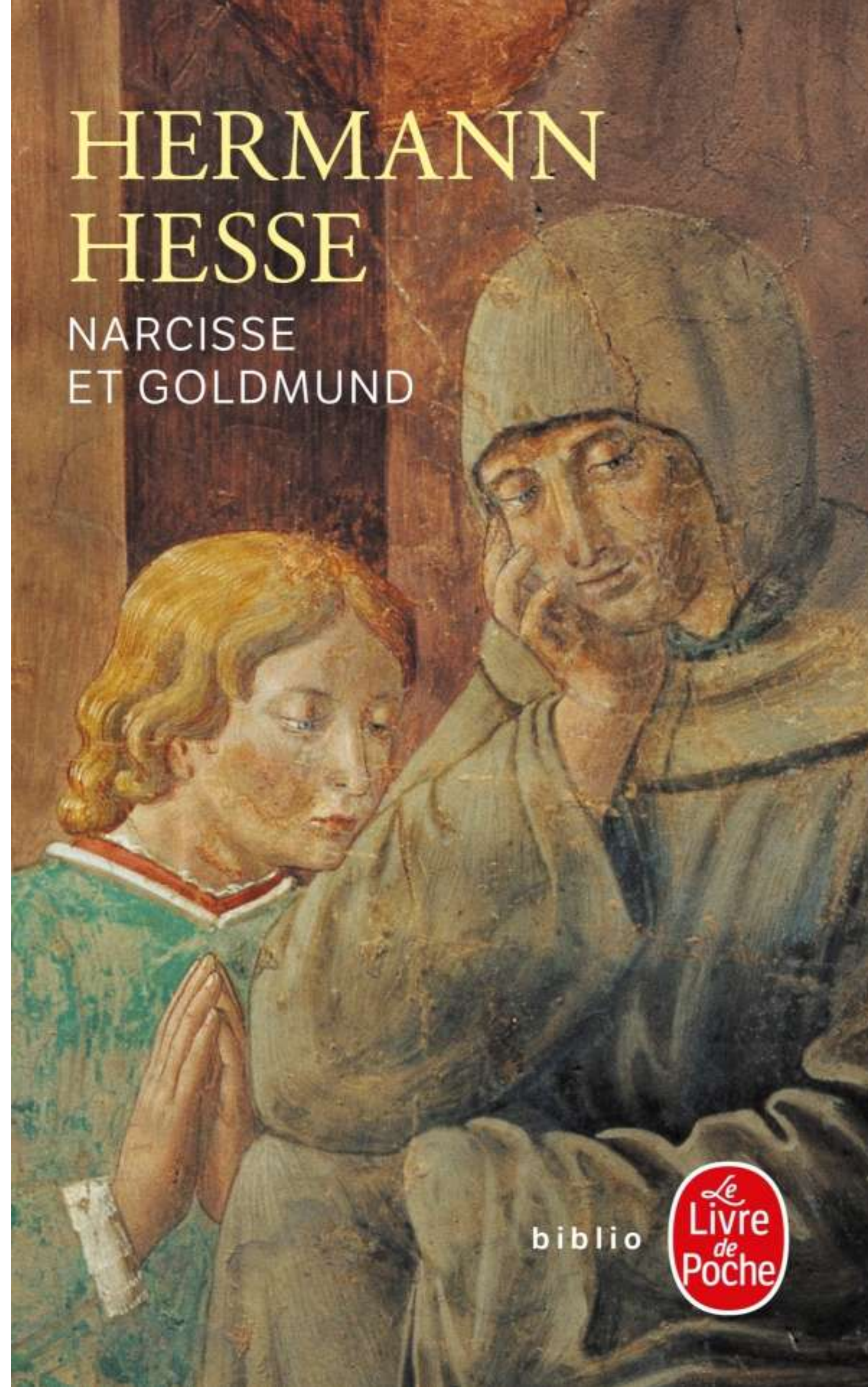


Thèse intermédiaire de Hume

- Étude de l'essai de Hume, *La délicatesse de goût et la délicatesse de passion*

HERMANN HESSE

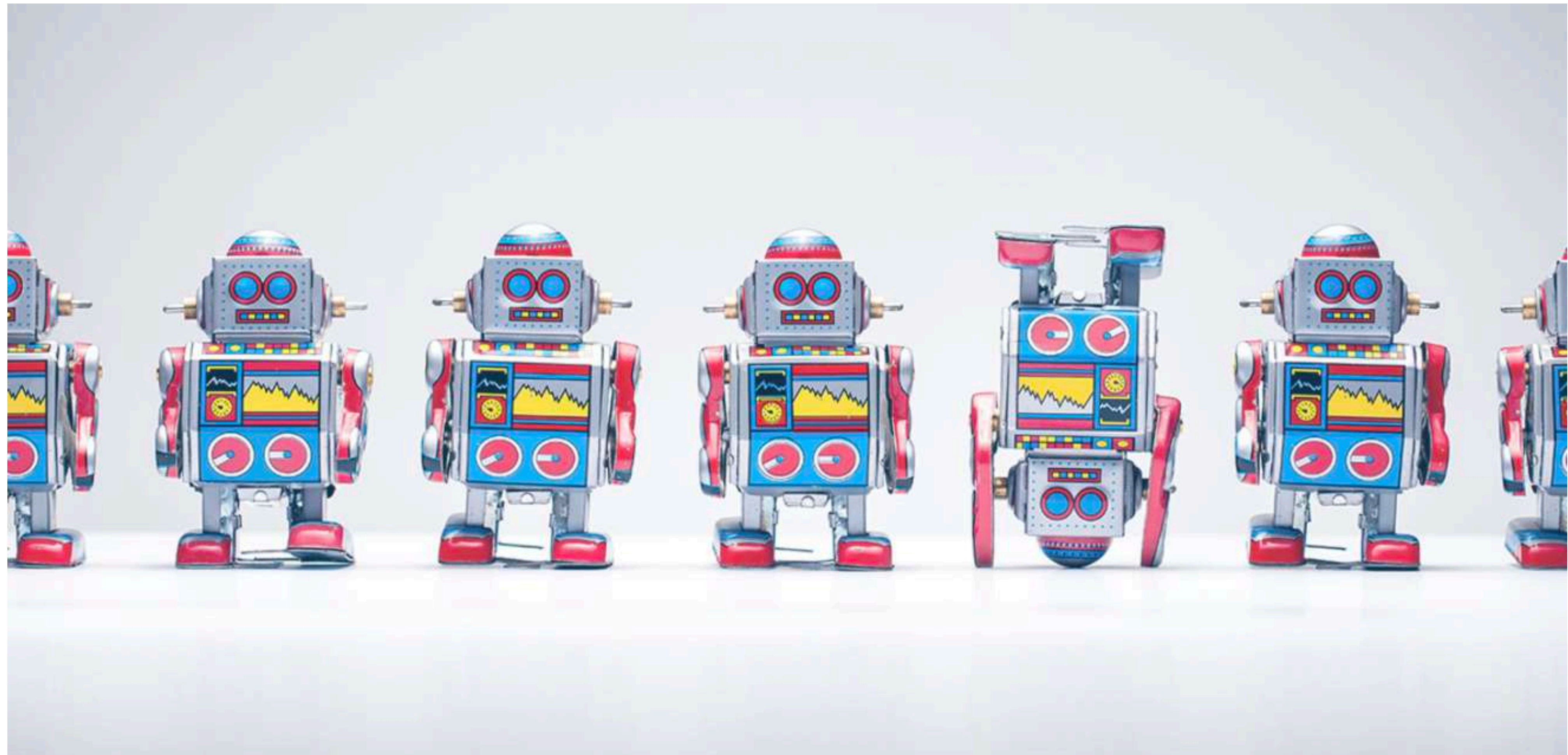
NARCISSE
ET GOLDMUND



biblio



2) Comment être authentiquement soi-même ?



Une tautologie ?

Une tautologie est une **proposition qui ne peut être fausse en raison d'une identité entre le sujet et le prédicat.**

- e.g. « Un chat est un chat » ; « 100% de nos clients achètent nos produits »

Résolution du paradoxe

- Il faut distinguer deux soi distincts
 - Un soi **factice, inauthentique**
 - Un soi **authentique**



γένοι' οἷος ἐσσι μαθῶν

Deviens ce que tu es, après avoir appris ce
que tu es.

— Pindare, *Pythiques*



- Étude de l'essai de Ralph Waldo Emerson, *La confiance en soi*



L'authenticité selon Rousseau

- Transparence, innocence et spontanéité de l'homme naturel avant sa corruption par la société (*Discours sur l'origine et les fondements de l'inégalité parmi les hommes*)
- Impossible de retourner à l'état de nature
- Réforme morale de l'individu par l'éducation (*L'Émile*)
- Réforme politique de la collectivité (*Contrat social*)



L'authenticité d'Heidegger

- Théorisé dans *Être et temps* (1927)
- Thèse = notre existence devient inauthentique lorsqu'elle est corrompue par
 - **La Quotidienneté** : routine, banalité, jours indiscernables les uns des autres par leur monotonie
 - **La Socialité** : déterminé par les normes sociales, l'imitation du groupe, le ON
- Retrouver l'authenticité en s'émancipant de la quotidienneté et du troupeau pour faire l'expérience de l'Être, sentir la vérité de la condition humaine (e.g. être-pour-la-mort)



L'authenticité existentialiste

- « Existence précède l'essence »
 - pas de nature humaine
 - liberté et responsabilité totale et absolue
 - nous devons nous inventer nous-même, pas nous retrouver nous-même
- Vraie question de l'authenticité = « **Comment devrais-je être ?** »
- Exemple de la **mauvaise foi** du garçon de café qui refuse sa liberté



Analyse de Bernard Williams

- Pour être authentique, il faut trouver son « **projet fondamental** »
- Conformité dans une norme provenant de soi-même plutôt que de Dieu ou de la société
- Trouver des **raisons internes** d'agir plutôt que des **raisons externes**

Objections à l'idéal de l'authenticité

Objections à l'idéal de la réalisation authentique de soi-même

1. Travailler à être soi-même nous détourne de notre moi spontané et authentique.
2. La réalisation de notre moi authentique conduit à l'immoralité.
3. Il n'y a pas de soi authentique, c'est une fiction.
4. L'obsession de la réalisation de soi conduit à une forme de narcissisme pathologique.

**1. Objection pratique : la volonté d'être soi
détruit toute spontanéité**



« Vous ne vous préoccupez que
d'être sincère. Mais ne trouvez-
vous pas un peu fausse et
mensongère cette constante
recherche de la sincérité ? »

— Jules Renard, *Journal*

**2. Objection morale : la réalisation de soi tend à
favoriser des tendances néfastes de notre personnalité**



Le moi est haïssable. Le moi a deux qualités : il est **injuste** en soi, en ce qu'il se fait centre de tout ; il est **incommode** aux autres, en ce qu'il les veut asservir : car **chaque moi est l'ennemi** et voudrait être le tyran de tous les autres.

— Pascal

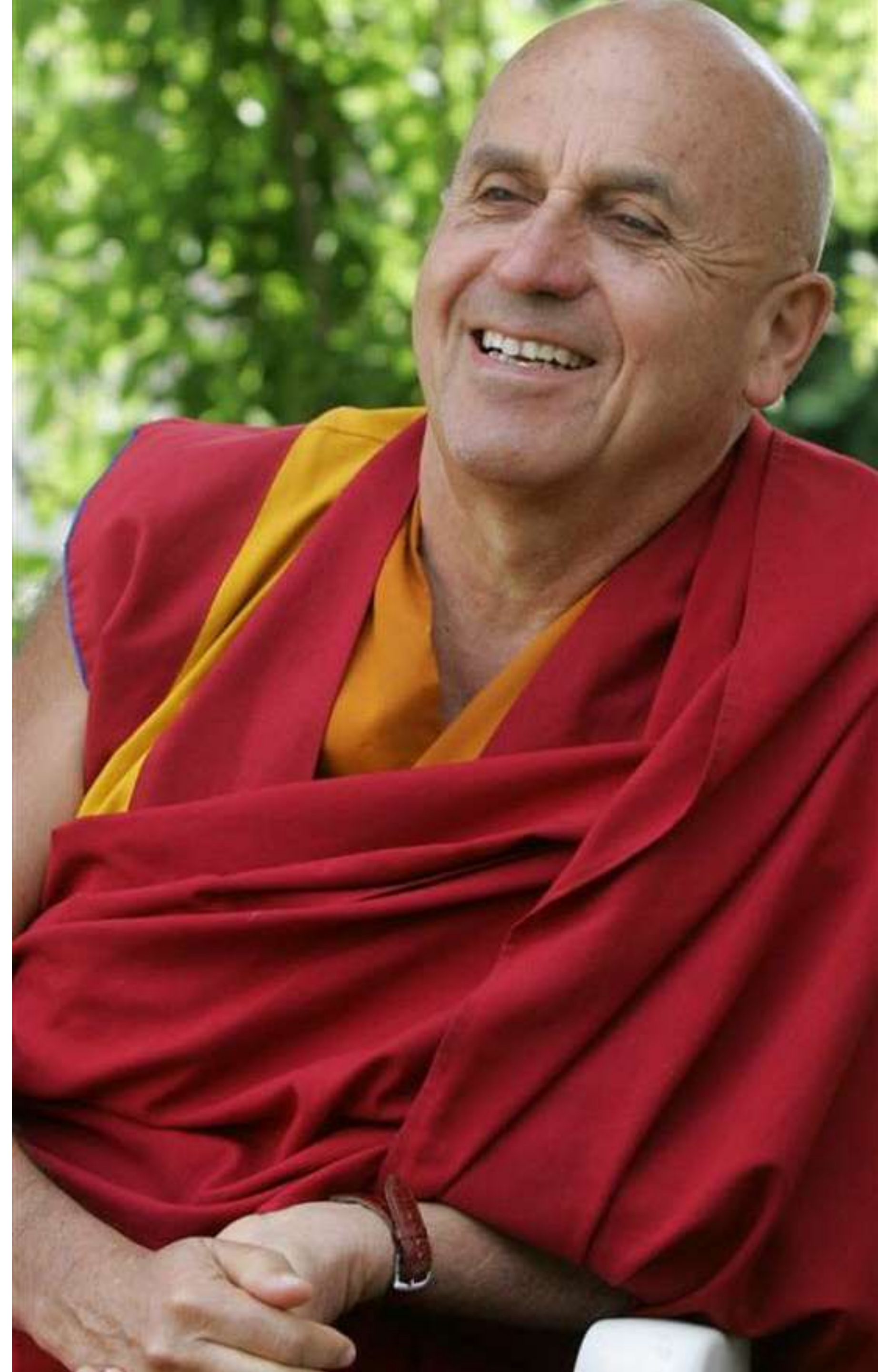


**Analyse du cas de Paul
Gauguin**

Les misérables

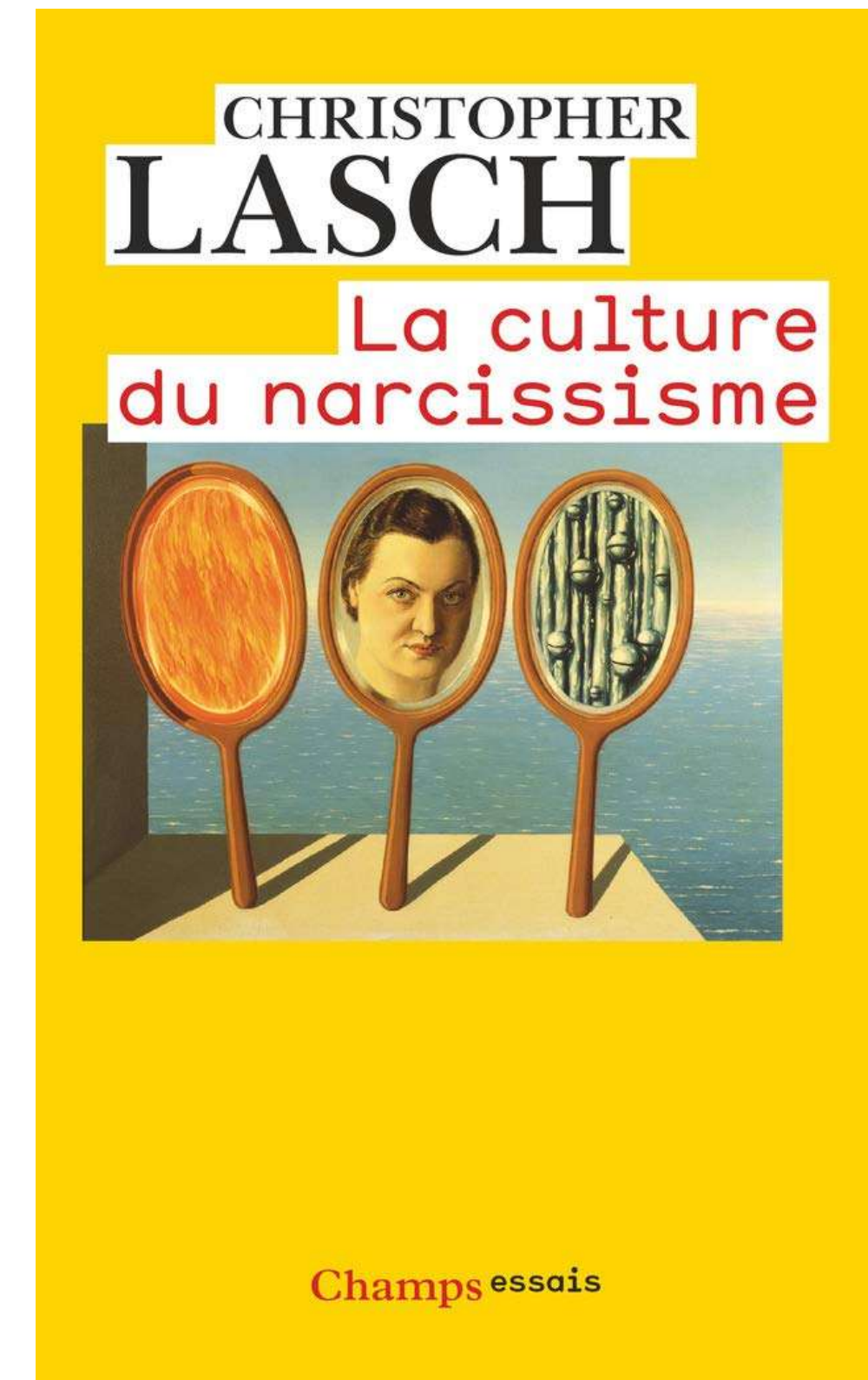
3. Objection psychologique : il n'y a pas d'essence véritable du moi

- Argumentation bouddhiste en faveur de l'anatman



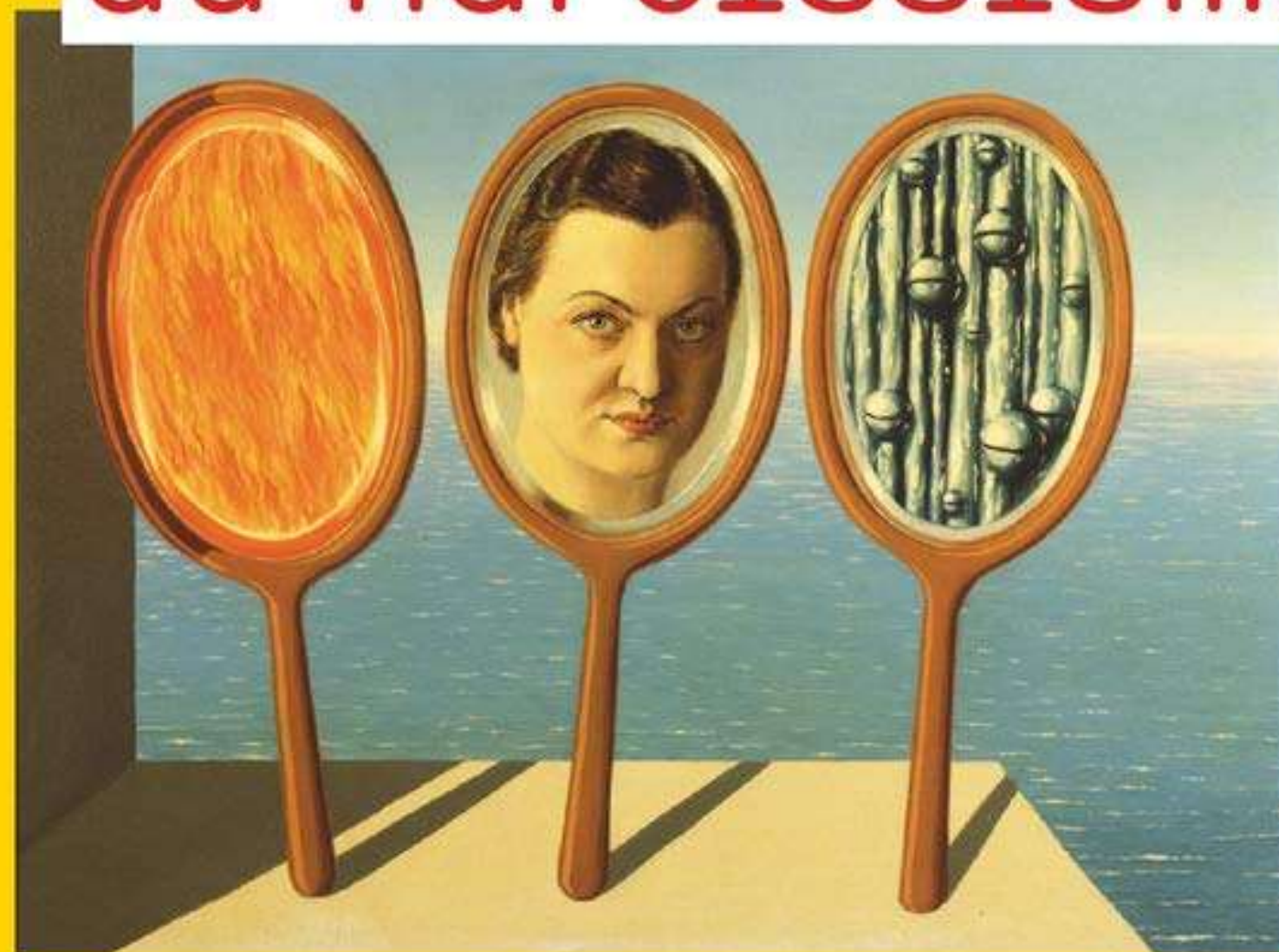


4. Objection socio-psychologique : l'écueil du narcissisme



CHRISTOPHER
LASCH

La culture
du narcissisme

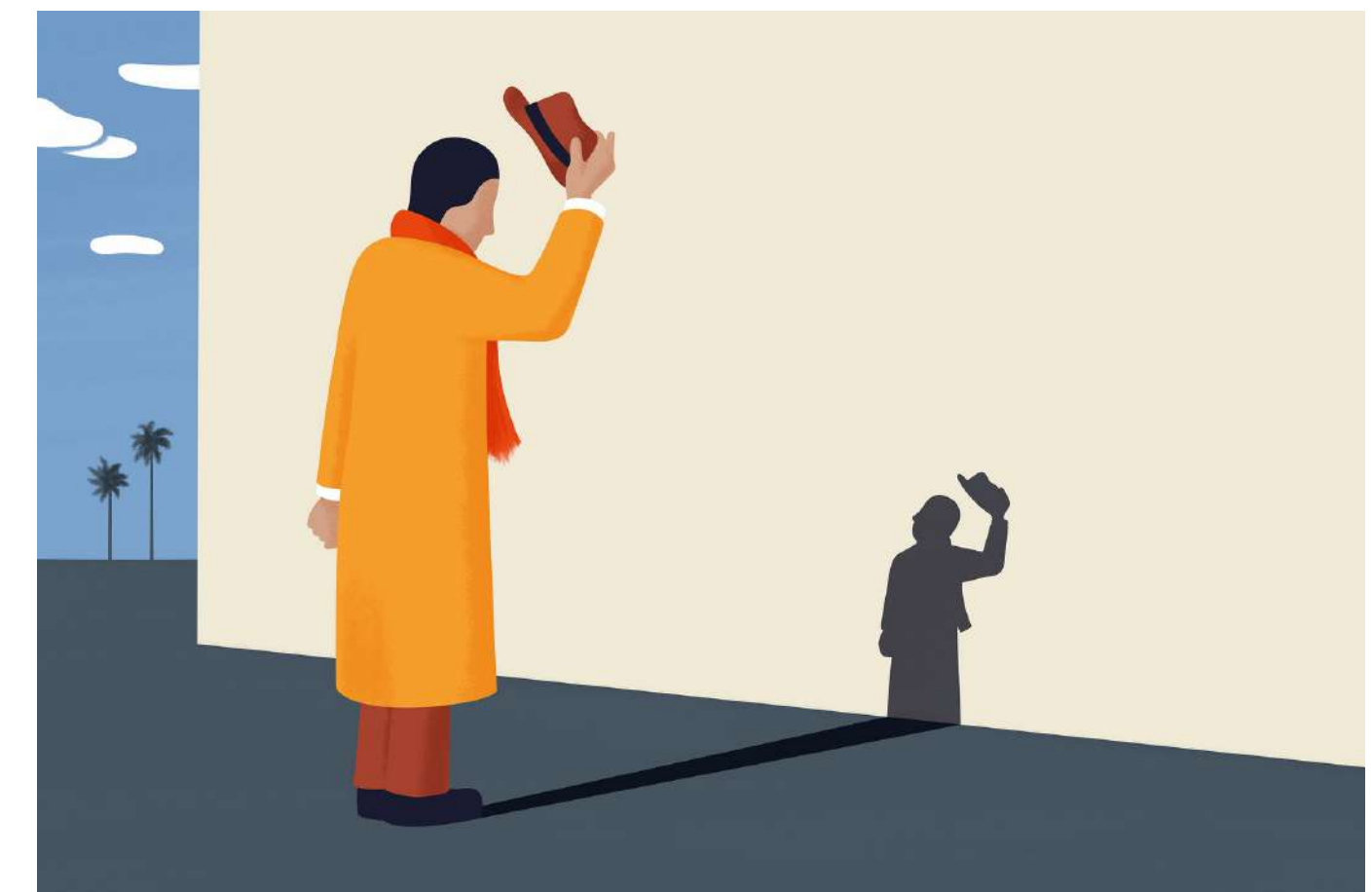


Champs **essais**

Et si la réalisation de soi se faisait plutôt en se **décentrant de soi** ?

« Il est faux que nous soyons dignes que les autres nous aiment. Il est injuste que nous le voulions. Si nous naissions raisonnables et indifférents, et connaissant nous et les autres, nous ne donnerions point cette inclination à notre volonté. Nous naissons pourtant avec elle, nous naissons donc injustes. Car tout tend à soi. Cela est contre tout ordre. **Il faut tendre au général, et la pente vers soi est le commencement de tout désordre,** en guerre, en police, en économie, dans le corps particulier de l'homme. »

— Pascal



3) Nature et sensibilité



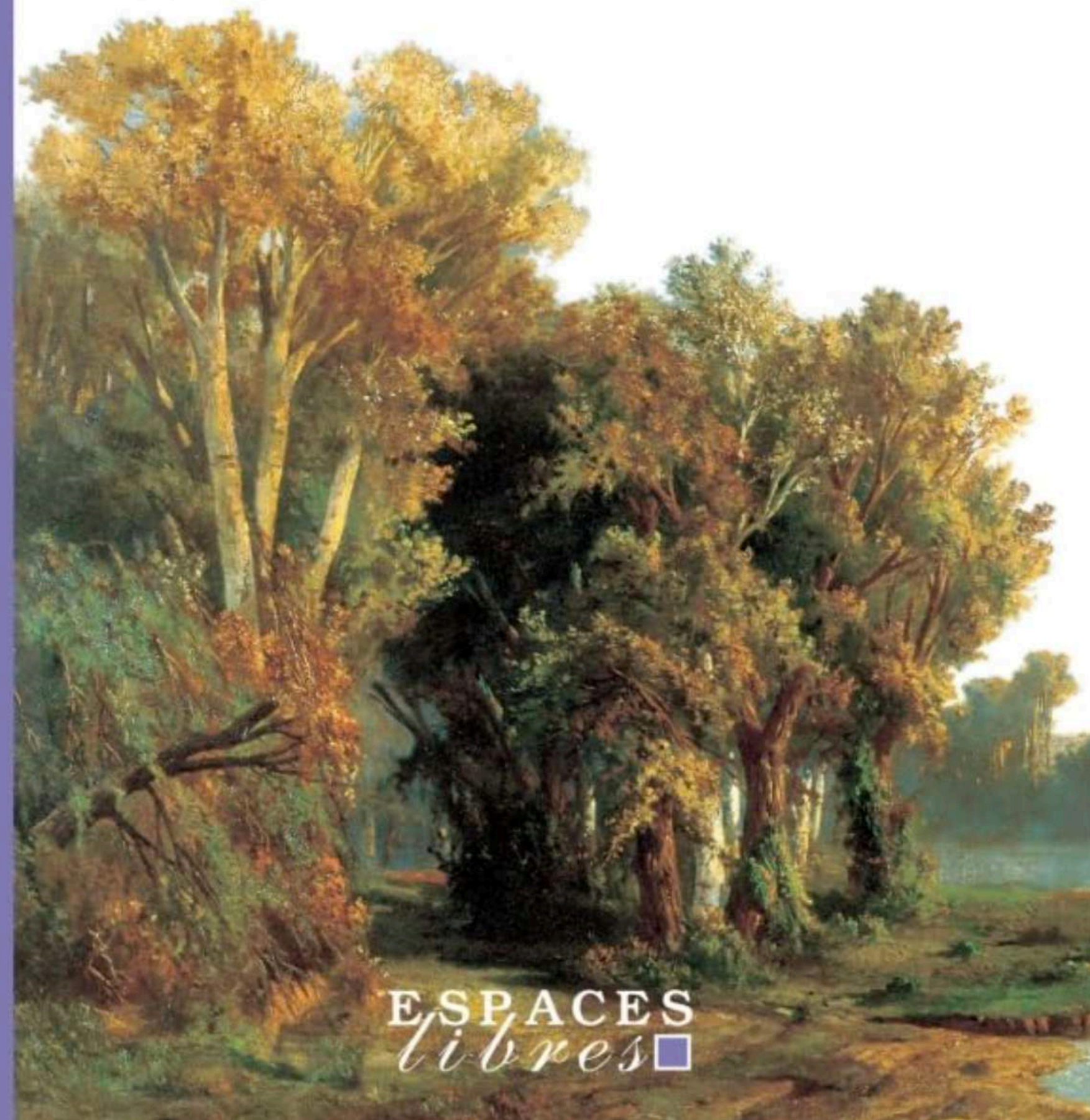
Frederic Edwin Church, *Crépuscule dans la nature*, 1860

HENRY DAVID THOREAU

WALDEN
OU LA VIE
DANS LES BOIS

PRÉFACE DE FRÉDÉRIC GROS

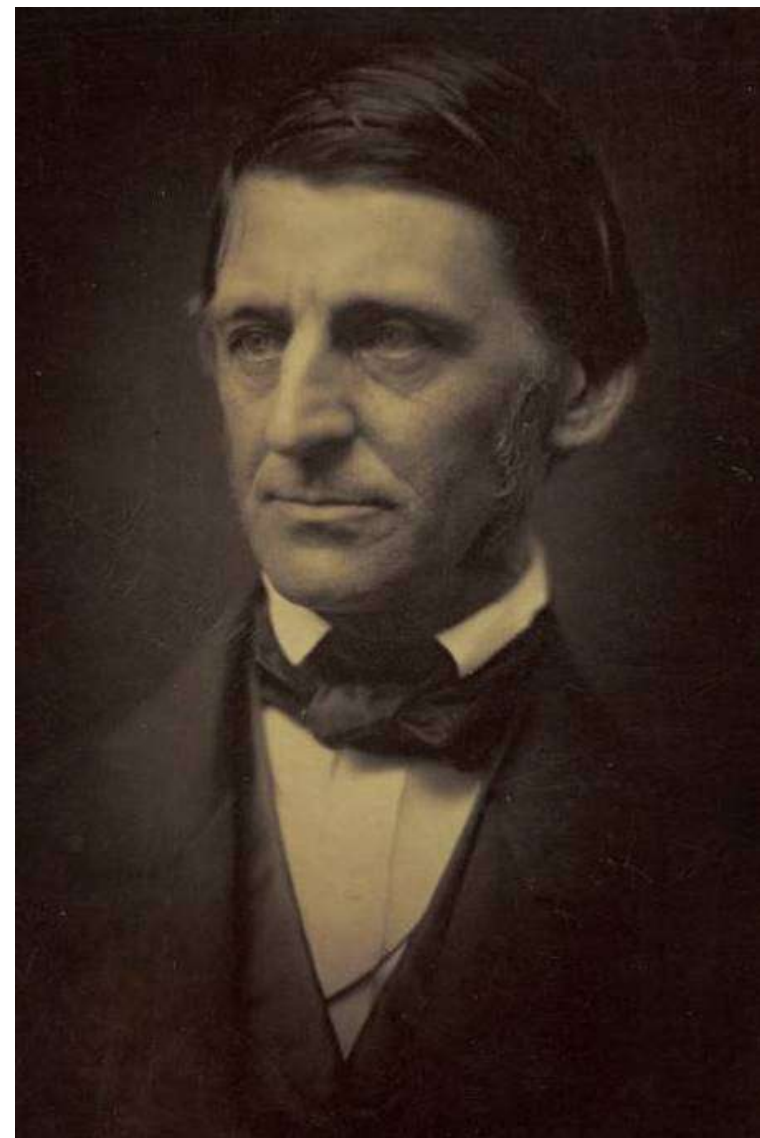
TEXTE INTÉGRAL



ESPACES
libres ■

1854

Transcendentalisme



Emerson



Thoreau

- Croyance en la **bonté de l'humanité et de la nature**
- **Intuition, vision personnelle** comme source légitime de vérité morale et spirituelle
 - Chacun peut se trouver et se perfectionner en se **reconnectant à la nature**
- Critique des **normes matérialistes** de la société industrielle



- Forêt à proximité de **Concord**
- **2 ans** dans une solitude relative
- Objectif de Thoreau :
expérimenter un autre mode de vie
pour avoir une existence **plus
simple et plus naturelle**

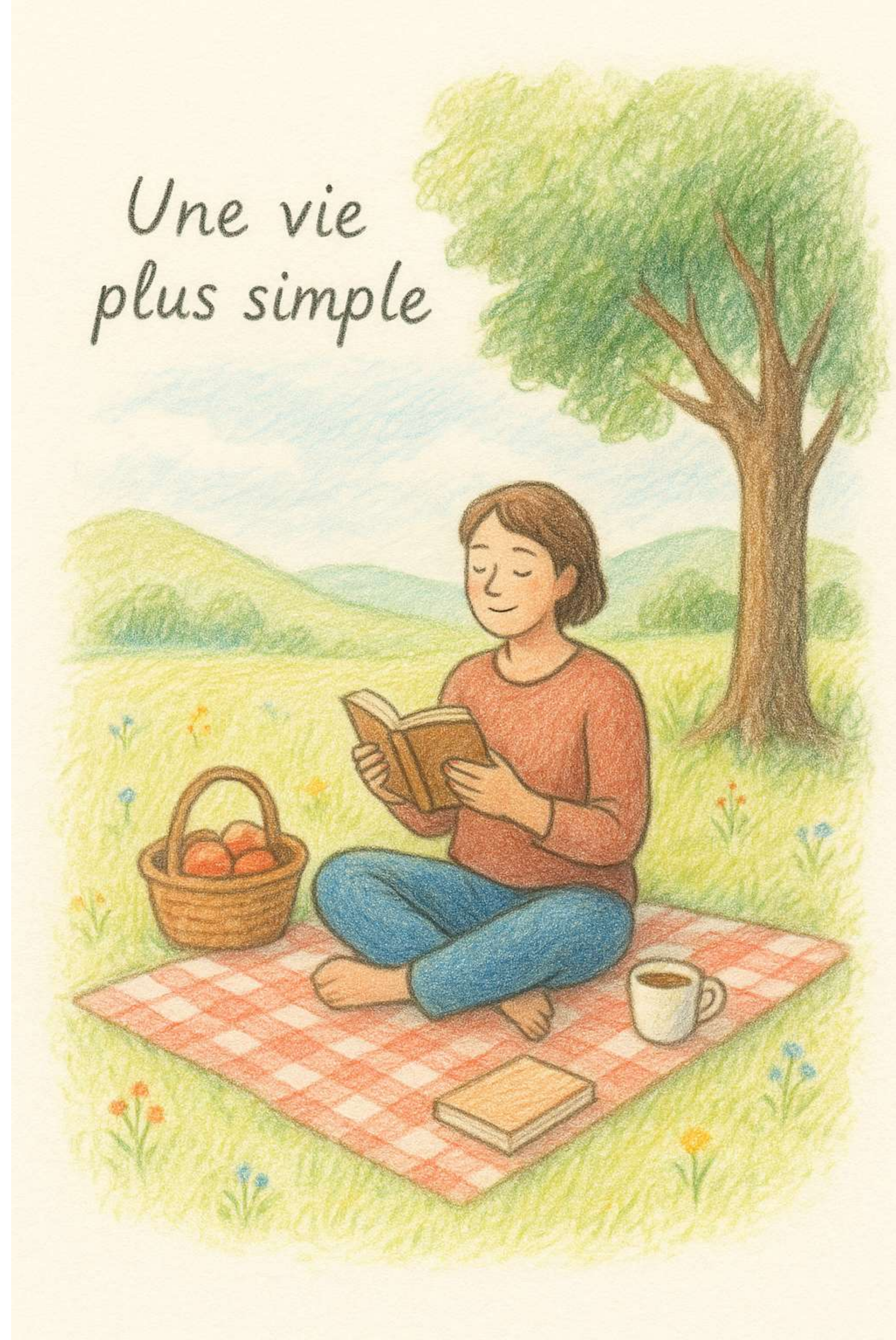


Que faisait Thoreau ?

- Observation approfondie de la nature
 - Identifie plus de 500 espèces de plantes
 - Étudie l'écosystème de l'étang (couleurs, goût, poissons, végétations, température etc.)
- Marche (3 à 4 heures par jour)
- Écoute la forêt
 - Affûte son ouïe pour reconnaître les cris des grenouilles taureaux, des petits ducs, des présences humaines (train, carriole, cloches, aboiement de chiens)
- Travail (1 mois journalier ; culture de légumes en été)
 - = 10 dollar par an pour acheter de la nourriture
- Lecture
- Écriture d'un journal
- Discussion avec des amis choisis



- Plaidoyer pour la « **pauvreté volontaire** » (//
épicuriens)
- Invitation à **diminuer ses besoins pour
travailler moins**
- Loisir > biens matériels
- Cultiver le sens de la gratitude



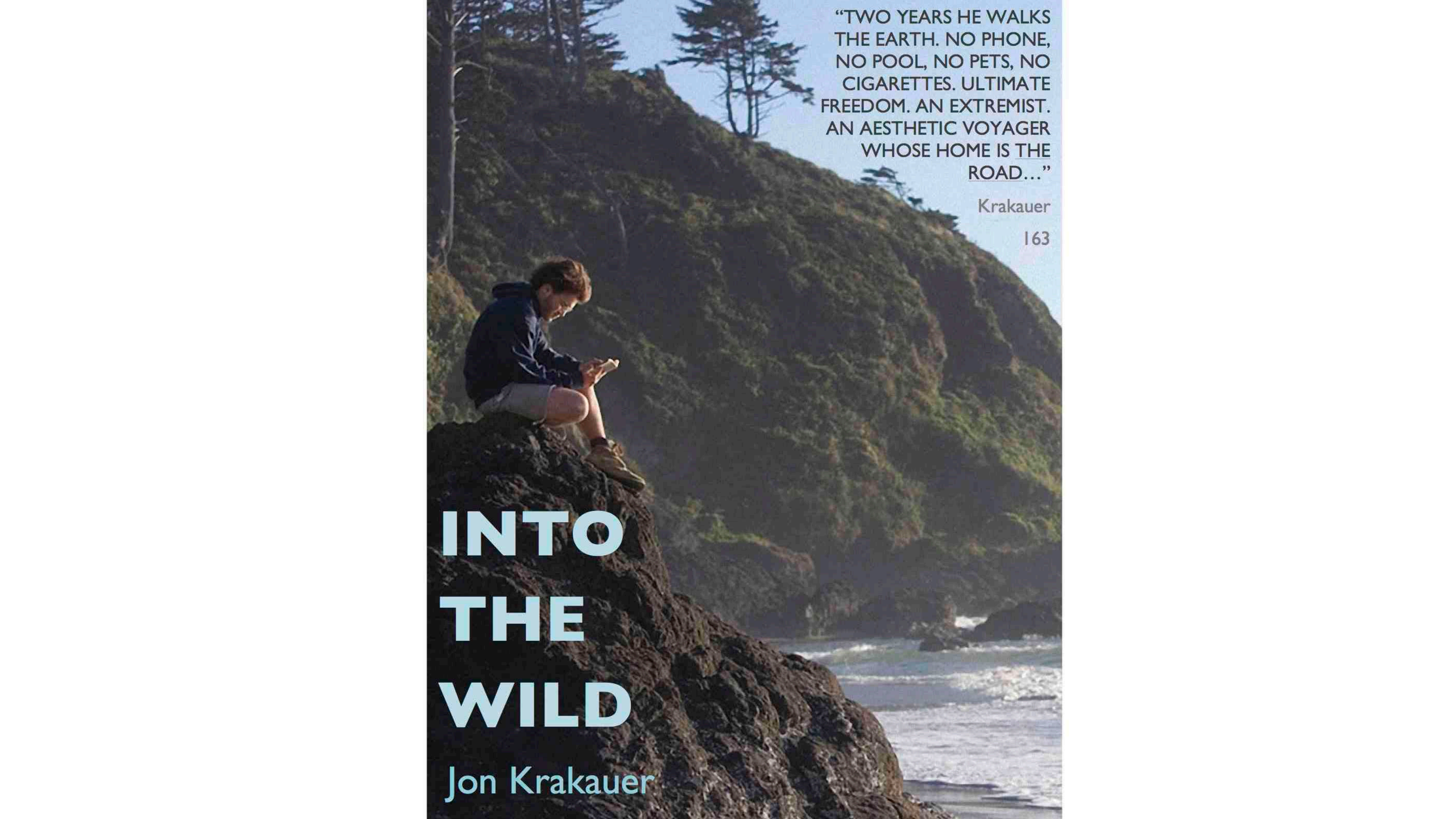


S'harmoniser avec la nature

- Tragédie de la modernité = l'éloignement du monde naturel
- Retrouver la nature réveille notre sensibilité
- Augmente notre perception de la beauté et de la dignité
 - e.g. le bain du matin dans l'étang était pour lui un « exercice religieux »
- Sans être aussi radical que Thoreau, tout le monde peut apprendre à mieux observer et aimer la nature

Éloge de la solitude

- La solitude, lorsqu'elle n'est pas subie mais recherchée, est une expérience épanouissante
- Favorise la quête spirituelle, la compréhension de soi, l'examen des croyances, la critique des préjugés et des normes sociales conformistes, l'indépendance d'esprit

A man with brown hair, wearing a dark blue hoodie and light-colored shorts, is sitting on a dark, jagged rock formation. He is looking down at something in his hands. The background shows a steep, green hillside with some trees, and the ocean with waves crashing against the shore below. The sky is clear and blue.

“TWO YEARS HE WALKS
THE EARTH. NO PHONE,
NO POOL, NO PETS, NO
CIGARETTES. ULTIMATE
FREEDOM. AN EXTREMIST.
AN AESTHETIC VOYAGER
WHOSE HOME IS THE
ROAD...”

Krakauer

163

INTO THE WILD

Jon Krakauer

**4) Peut-on bien parler de sa
sensibilité ?**

Stendhal

Vie de Henry Brulard

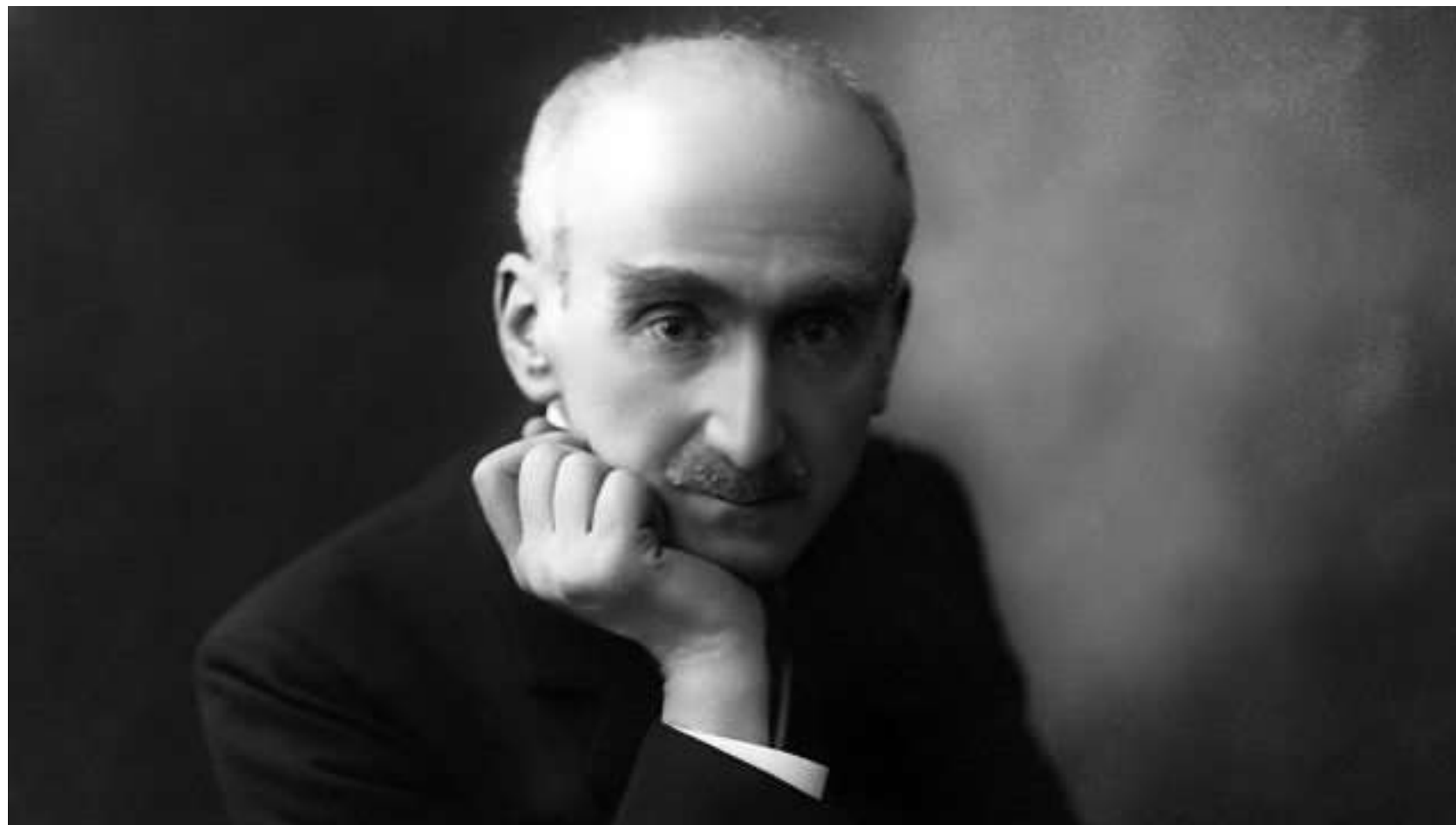
Édition de Béatrice Didier

- Autobiographie inachevée de Stendhal : s'arrête au moment d'évoquer une passion amoureuse à 17 ans
- « On ne peut pas apercevoir distinctement la partie du ciel trop voisine du soleil, par un effet semblable j'aurai grand'peine à faire une narration raisonnable de mon amour pour Angela Pietragrua. Comment faire un récit un peu raisonnable de tant de folies Par où commencer ? Comment rendre cela un peu intelligible ? [...] Ma foi je ne puis continuer, **le sujet surpasse le disant.** » — Stendhal, *La vie de Henry Brulard*



folio
classique

Thèse de Bergson

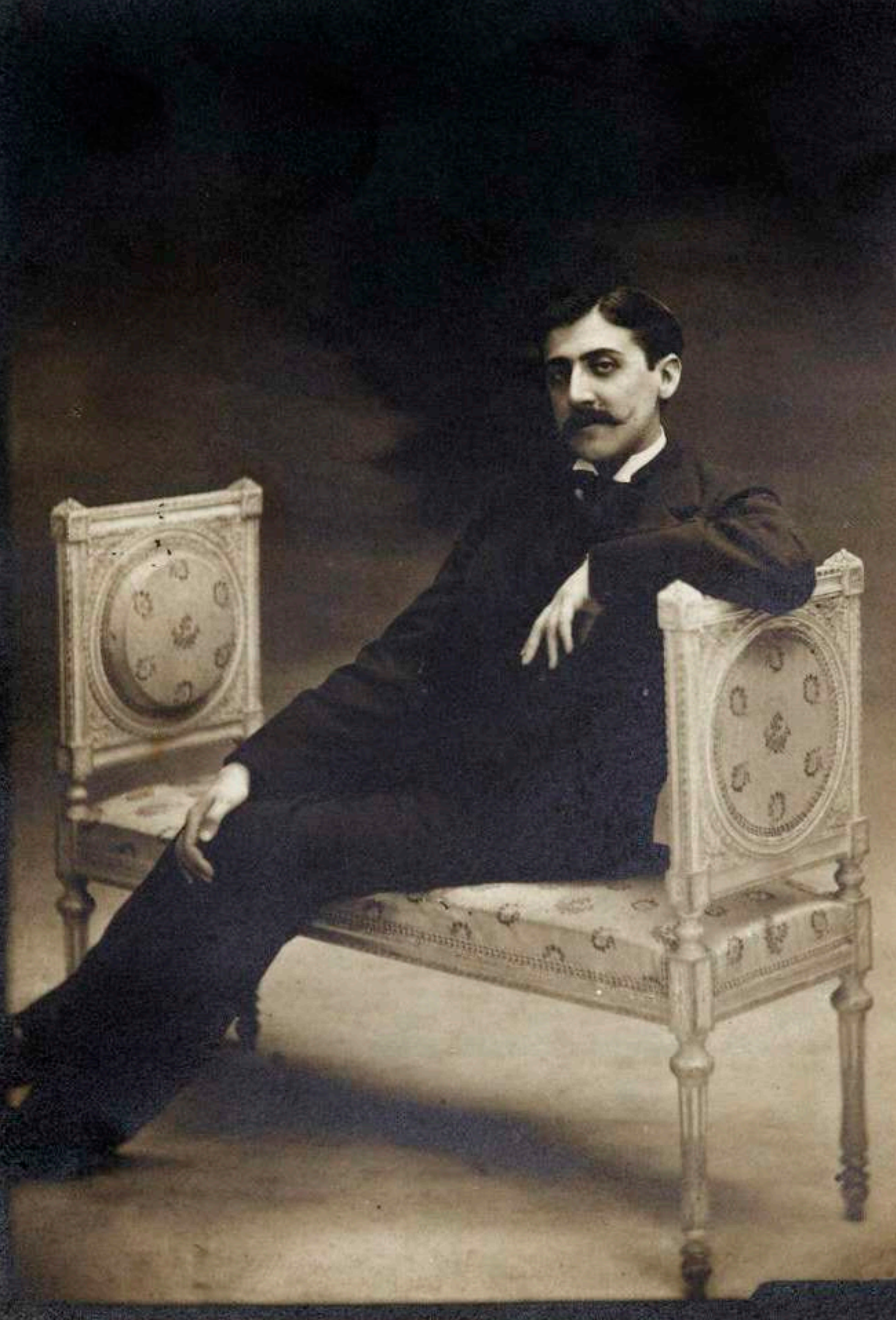


- Langage = intelligence → identifie ce qui est utile et donc ce qui est général en simplifiant la réalité
- Sentiments, sensibilité → flux complexe, mobile et insaisissable d'émotions
- Les mots ne sont que des étiquettes abstraites que nous collons artificiellement sur nos sentiments singuliers = échec du langage à dire la sensibilité
- Exception = **l'art**



Egon Schiele, *Autoportrait à la tête baissée*

5) L'expression artistique de soi



PROUST



Éléments biographiques

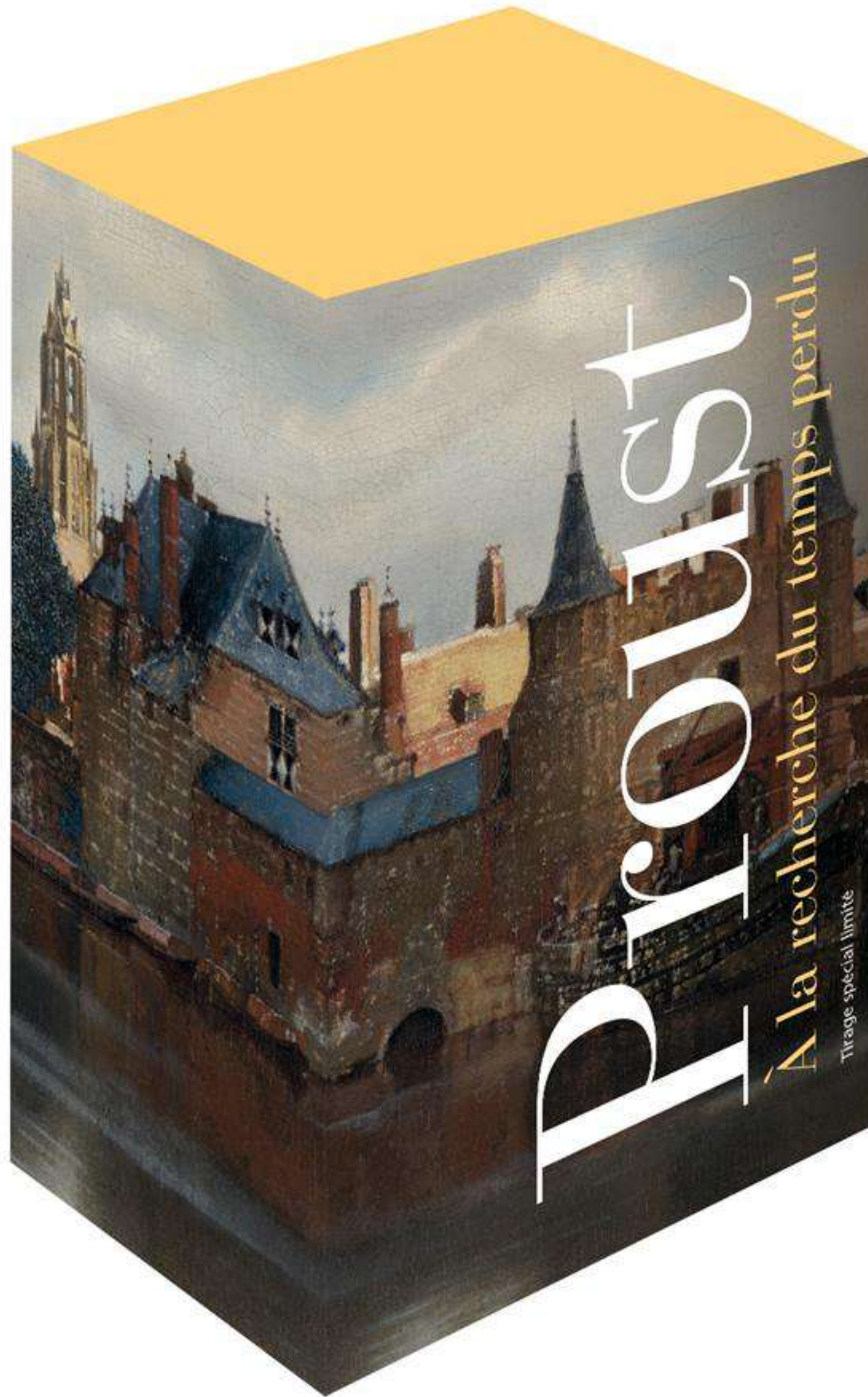
1871-1922

Marcel Proust
**Contre
Sainte-Beuve**

folio^{essais}



« Un livre est le produit d'un autre moi que celui que nous manifestons dans nos habitudes, dans la société, dans nos vices. »



- **À la recherche du temps perdu**
- 7 tomes
- 1913 — 1927
- Résumé par Gérard Genette : « **Marcel devient écrivain.** »

Pars destruens

Les désillusions de la vie

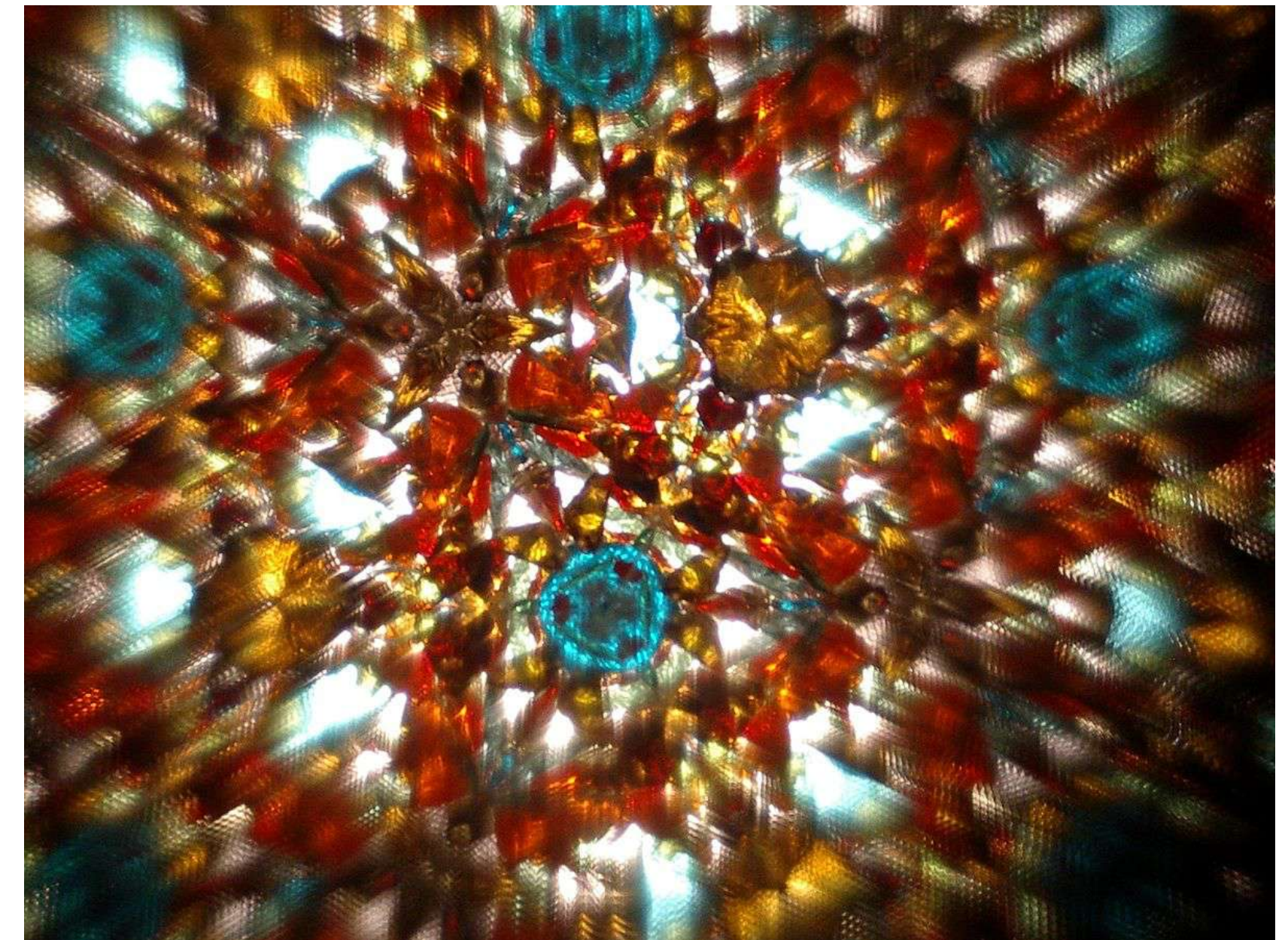
- Sources de déception :
 - Voyages
 - Amour
 - Amitié
 - Prestige social
 - Lecture et écriture
 - Mort

Perception subjective de la réalité

- = idéalisme : « *Je m'étais rendu compte que seule la perception grossière et erronée place tout dans l'objet, quand tout est dans l'esprit.* »
- « *L'univers est vrai pour tous et dissemblable pour chacun.* »
 - e.g. Rachel vue par le narrateur ou par Saint-Loup
- Enfermement dans son propre monde intérieur : « *L'homme est l'être qui ne peut sortir de soi, qui ne connaît les autres qu'en soi, et, en disant le contraire, ment.* »

Impermanence et discontinuité du moi

- // Kaléidoscope
- « *Car je comprenais que mourir n'était pas quelque chose de nouveau, mais qu'au contraire depuis mon enfance j'étais déjà mort bien des fois. »*
- e.g. *Amour pour Albertine*



Pars construens

Souvenirs involontaires

- Faiblesse de la mémoire volontaire : « *Ce que l'intelligence nous rend du passé n'est pas lui.* »
- Réminiscences
 - Madeleine dans la tisane au tilleul
 - Pavés irréguliers
 - Son de la cuillère sur le verre
 - Serviette raide



« Mais, quand d'un passé ancien rien ne subsiste, après la mort des êtres, après la destruction des choses, seules, plus frêles mais plus vivaces, plus immatérielles, plus persistantes, plus fidèles, l'odeur et la saveur restent encore longtemps, comme des âmes, à se rappeler, à attendre, à espérer, sur la ruine de tout le reste, à porter sans fléchir, sur leur gouttelette presque impalpable, l'édifice immense du souvenir. »

Travailler ses impressions pour accéder à l'essence

« Qu'il s'agisse d'impressions comme celles que m'avait données la vue des clochers de Martinville, ou des réminiscences comme celles des deux marches ou le goût de la madeleine, il fallait tenter **d'interpréter les sensations comme les signes d'autant de lois et d'idées, en essayant de penser, c'est-à-dire de faire sortir de la pénombre ce que j'avais senti, de le convertir en équivalent spirituel.** Or, ce moyen qui me paraissait le seul, qu'était-ce autre chose que faire une œuvre d'art ? »

— Proust, *Le temps retrouvé*

- Très difficile ; obstacles :
 - Habitude
 - Paresse
 - Amour-propre
 - Intelligence abstraite

Utilité de la souffrance

- La souffrance favorise la créativité
- Elle peut être convertie en source de joie quand elle est intellectualisée
- *« Les idées sont des succédanés des chagrins ; au moment où ceux-ci se changent en idées, ils perdent une partie de leur action nocive sur notre cœur, et même, au premier instant, la transformation elle-même dégage subitement de la joie. » — Le temps retrouvé*

La sagesse ne peut venir que de soi-même

« Ce que nous n'avons pas eu à déchiffrer, à éclaircir par notre effort personnel, ce qui était clair avant nous, n'est pas à nous. »

— Le temps retrouvé

L'art permet de voyager dans le monde subjectif des autres et de sortir de soi

« Le seul véritable voyage, le seul bain de Jouvence, ce ne serait pas d'aller vers de nouveaux paysages, mais d'avoir d'autres yeux, de voir l'univers avec les yeux d'un autre, de cent autres, de voir les cent univers que chacun d'eux voit, que chacun d'eux est ; et cela, nous le pouvons avec un Elstir, avec un Vinteuil ; avec leurs pareils, nous volons vraiment d'étoiles en étoiles. »

La prisonnière

L'art rend possible l'unité du moi

- Vrai moi s'extériorise dans l'oeuvre d'art
- Ce n'est qu'en exprimant notre sensibilité singulière que nous trouvons la continuité et la cohérence du moi

CONCLUSION



« La vraie vie, la vie enfin découverte et éclaircie,
la seule vie par conséquent réellement vécue,
c'est la littérature. »

Marcel Proust