

Etude psycho phénoménologique d'un vécu émotionnel

Husserl et la méthode des exemples

Pierre Vermersch ^[1]
CNRS, GREX

-
-
-
-
-
-

Notes suite à la réunion du huit octobre au GREX

En ce qui concerne la seconde partie de cet article :

1/ **Mettre en valeur les questions méthodologiques** posées : peut-on accéder à l'étude en première personne d'un vécu émotionnel ? Quelle est le niveau de granularité temporelle auquel on peut accéder (que l'on peut conscientiser) ? Quelles sont les propriétés, qualités de chaque moment vécu que l'on peut distinguer (les parties dépendantes), et tout particulièrement quelles sont les propriétés plus ou moins élémentaires que l'on peut distinguer ou que je peux distinguer dans la dimension émotionnelle ? Comment valider cette description en première personne ? Comment peut-on être sûr que chaque réactivation émotionnelle est la même que celle qui est originaire ?

2/ Dans les étapes de la réalisation de cette étude il est intéressant de souligner la mise en œuvre successive et réitérée de plusieurs **réductions** au sens phénoménologique du terme, quoique sans investir totalement la position husserlienne qui avait ses motivations propres que l'on n'est pas

obligé de reprendre intégralement.

L'accès à l'émotion, sa saisie comme objet, ne va pas de soi, dans la mesure où le moment proprement émotionnel ou en tous cas à partir de sont avènement est peu compatible avec le souvenir de l'intention de s'en saisir sur le plan réflexif. Mais n'est-ce pas le cas général, suis-je plus disponible pour un retour réflexif quand je suis absorbé par une intense cogitation théorique ou que je suis en train de planter un clou en haut d'une échelle ? Dans tous les cas on doit traverser la difficulté initiale qui est celle de la conversion réflexive, la première réduction, la réduction phénoménologique, qui fait que ce que je vivais en acte, pris dans l'attitude naturelle éveille le Je, est saisi, et devient objet de recherche pour un travail phénoménologique. Dans mon exemple, le projet de faire une description phénoménologique d'un vécu émotionnel, est devenu effectif de manière partiellement involontaire, comme le rappel impromptu que ce qui était en train de se vivre convenait pour une saisie et une exploitation. (Il y aurait à reprendre ce point sous l'angle de toutes les positions que l'on peut adopter dans sa relation à la visée de l'émotion comme objet d'étude : je peux hors de toute émotion, m'allonger et me laisser revenir à une émotion déjà vécue –technique du lying issue du vedanta-, je peux thématiquement me donner une indication sur "me laisser revenir à un événement de ma vie dans lequel je sais que j'ai été ou que j'ai vécu telle émotion" et en particulier laisser se développer les amorçages sensoriels pour passer dans une présentification forte ; je peux m'éveiller au sein d'une émotion et l'accompagner plus ou moins suivant mon expertise à être un observateur discret et sachant rester en position seconde, en arrière-plan ; je peux aussi être mis en condition par un dispositif, une mise en scène, une chanson, une situation dont je sais que presque à coup sûr elle va susciter en moi une réaction émotionnelle).

Mais cette réduction phénoménologique première est insuffisante à assurer les conditions d'une recherche phénoménologique. En effet ce qui apparaît, c'est une première description qui reflète une saisie discursive prise dans l'attitude naturelle, le découpage temporel est grossier, les descripteurs vagues ou largement convenus, la première production descriptive est décevante et pauvre. Il faut une seconde réduction phénoménologique, qui sera en fait un geste nécessairement inscrit dans un cycle de réitération : écriture –contemplation de l'écrit- appréciation de l'adéquation entre l'écrit et le vécu originaire réactivé- dépassement et complémentation de l'écriture précédente etc ... Ce geste est un dépassement de la première écriture, une appréciation interne, une surveillance délicate de l'adéquation entre les qualités et parties du remplissement intuitif et les dénominations, la segmentation des parties temporelles. Quelques fois cela se donne comme une évidence, comme dans un croquis ou le trait tracé fait découvrir perceptivement que le détail n'a pas été bien noté, qu'il n'est pas adéquat au modèle. Quelques fois comme l'effet d'un savoir méthodologique sédimenté, à partir duquel peut naître des questions à vide dont on peut vérifier si elles trouvent des éléments de réponses dans le vécu. Soit que l'on sache que certaines parties temporelles devraient être présentes et ne le sont pas : "tiens que c'est-il passé juste avant ?", soit qu'il apparaît évident qu'une expression est trop globale ou trop générale et qu'il faut la reprendre quoiqu'on ne sache pas encore ce que l'on va y mettre et même s'il est possible d'y mettre quelque chose. Dans tous ces cas, la réduction est le dépassement de ce qui se donne

immédiatement, pour être ressaisit dans un geste intérieur d'appréciation, d'adéquation et reformulé, repris, ajusté à la réactivation de l'expérience.

La mise en œuvre de la réduction eidétique, ou de la réduction aux invariants, ou encore aux traits descriptifs en tant qu'ils manifestent la présence de catégories descriptives, est évidente. Mais cependant il faut tirer au clair la chose suivante : on ne saute pas aux invariants par une généralisation rapide et vague. Bien au contraire, ce qui est requis dans la méthode est de procéder à la démarche apparemment opposée, c'est-à-dire détailler autant qu'il est nécessaire les parties et les moments dépendants du vécu, s'assurer qu'ils sont donnés en toute clarté intuitive (avant d'aller vers la clarté signitive), qu'ils sont dénommer de la manière la plus juste, et la plus descriptive possible. Cette clarification descriptive, il faut le souligner et rappeler est nécessaire que l'exemple se rapport à un vécu ou à un imaginaire. Si le géomètre préfère imaginer son exemple ou sa figure, comme aime en parler Husserl, il n'empêche qu'il doit pouvoir déterminer les intersections, les propriétés des angles ou des segments. Si un chercheur préfère imaginer un vécu émotionnel plutôt que de se rapporter à un vécu effectif, il n'en reste pas moins nécessaire de détailler cet imaginaire autant qu'il est nécessaire pour en saisir les propriétés et les parties. Ce qui est en question ce n'est pas la propriété d'être réel ou d'être imaginaire qui est en cause, mais dans les deux cas d'établir de manière claire et aussi détaillée que nécessaire les parties et propriétés de l'exemple choisi. Ce que je me suis efforcé de faire dans l'esprit de ce que propose Husserl qui souligne lui même chacun de ces aspects méthodologiques.

Arrivé à ce point de clarté et de précision, il faut distinguer l'emploi que l'on va faire de cette description : description pour elle-même et description pour servir à une analyse.

S'il s'agissait d'établir les éléments d'un dossier d'instruction pénale, chaque détail vaut pour ce qu'il vaut, il est intéressant en lui-même, on ne recherche pas des invariants, on cherche à établir l'existence de chaque élément pour le faire valoir dans une démarche de preuve où chaque élément est fondamentalement circonstanciel et où le singulier a valeur en lui même. (Encore que la détermination des détails temporels ou matériels peut être subordonné à une visée eidétique plus large visant par exemple à établir à partir de ces détails s'il y a eu préméditation ou pas. Le moment où l'arme a été disponible (acheté auparavant, spécialement amenée sur les lieux du crime, arme de fait, ou au contraire arme par hasard, objet saisi sur les lieux etc ...) Mais s'il ne s'agit pas d'une reconstitution historique toute entière tournée vers la reconstitution de ce moment en tant que tel, alors qui va s'intéresser à la singularité de chacun des détails, ils n'ont d'intérêt que pour autant qu'ils sont mis en contexte par un questionnement qui dépasse le plan des faits, ils n'ont de valeur pour la recherche que pour autant qu'ils mettent en évidence des catégories descriptives qui vont alimenter différents projets de recherche. Mais pour dépasser les faits, il faut les établir, non pas pour eux-mêmes, mais en tant qu'ils attestent de l'instanciation d'une structure plus générale que l'on va chercher à dégager, ou peut-être à valider ou à falsifier. Ce n'est que dans des contextes très particuliers que le factuel est recherché pour lui-même dans toutes les sciences il ne présente d'intérêt que rapporté à une lecture qui le dépasse et lui donne sens. Ainsi, il faut tenir le paradoxe de rechercher une description aussi exacte et détaillée que nécessaire, sans pour autant être intéressé à cet exemple en lui-même, il n'est qu'une instanciation parmi

toutes celles qui peuvent se présenter.

Dans mon exemple, le temps de sidération est intéressant non pas parce qu'il m'est arrivé ce jour là, mais une fois établi et identifié dans son contenu (ne pas en rester à l'étiquette verbale : "sidération", mais lui donner une chair par la description des ses parties et propriétés) elle est l'illustration que ce n'est pas un trait d'essence qu'une émotion se constitue de manière continue et graduelle depuis l'amorce source d'une réaction jusqu'à la manifestation de l'émotion. Cet item de la description est intéressant en ce qu'il oblige à penser la constitution d'une émotion comme pouvant relever d'une diversité de décours, comme impliquant peut-être que l'on ne peut établir un modèle général unique et qu'il faut dès le départ y inclure des variétés. C'est là son incidence privative, c'est qu'il falsifie l'hypothèse d'un modèle de constitution unique. Son incidence positive est qu'il ouvre à un questionnement sur la structure du champ de pré donation et sur la rétention à long terme de réponse émotionnelle déclenchée suivant le modèle de Shacter suivant une voie neuronale rapide court-circuitant la conscience réfléchie.

En préambule à l'article qui suit ...

Le texte que vous allez lire est un exposé présenté dans le cadre du séminaire de phénoménologie de la revue Alter (il devait en principe paraître dans cette revue en 2000, mais en fait il a finalement été refusé après plusieurs semaines d'hésitation, en même temps que l'article de Francisco Varela sur l'émotion version écrite de sa conférence, les deux articles n'entrant pas dans la ligne de cette revue selon les trois membres du comité de rédaction !?). En 97-98 et 98-99 le thème était : "La phénoménologie de l'émotion". Je ne travaille pas spécialement sur l'émotion comme objet de recherche, mais je me sens concerné par toutes les questions méthodologiques concernant la recherche en première personne qu'elle soit phénoménologique ou psycho phénoménologique. Un peu par réaction à de nombreux exposés dont je n'apercevais pas la méthodologie et où la discussion à ce niveau ne semblait intéresser personne ! (Remarque d'une des participantes dans un couloir à la fin d'un séminaire : on dirait que seule la méthodologie t'intéresse). Un peu suite à de nombreuses discussions avec des philosophes sur le statut des exemples, dans lesquelles l'importance reconnue des exemple ne débouchait jamais ... sur la prise en compte sérieuse d'un exemple. Un peu par référence au texte de Sartre sur "L'esquisse d'une théorie des émotions" où soi-disant il présente des exemples d'émotions pour en discuter l'essence

[2]. Exemples, qui ne contiennent aucune spécification permettant de les mettre en contexte, comme si la situation vaguement décrite avait une signification univoque pour toutes les personnes. Exemples, qui ne contiennent aucune description émotionnelle ! Bref, pour toutes sortes de raisons accumulées, j'ai eu besoin de faire le point sur le statut des exemples dans la recherche en première personne. J'ai commencé par visiter le point de vue de Husserl sur la référence aux exemples, point de vue qu'il tient selon moi des enseignements de son maître en psychologie descriptive (branche de la philosophie à la fin du 19^{ième} siècle, je le rappelle)

Brentano^[3].

C'est ainsi que dans la première partie de la conférence j'ai présenté avec quelques détails la méthode de clarification des exemples. Selon Husserl, ils se présentent toujours dans un premier temps, de manière vague, de manière "impure" au sens d'un mélange de données évocatives directes (*intuitives* dans son vocabulaire) et de connaissances conceptuelles plus ou moins clairement présentes (*données à vide* au sens de dénuées d'intuition, ou *données signitives*, au sens de basées seulement sur les significations dans son vocabulaire). Il m'a semblé que cela recouvrait étroitement le souci que nous avons dans l'explicitation d'aider la personne à se rapporter à un exemple singulier effectivement vécu et d'accéder à une position de parole basée sur une évocation, une présentification vivante et détaillée sous tendue par la sensorialité. Husserl attire l'attention sur la nécessité d'un travail intellectuel qui fait passer de la donnée vague et impure, une fois reconnue, à une intuition plus authentique et à une intensification de la clarté avec laquelle cette intuition se donne. Mais ce faisant il reste bien dans le prescriptif en pointant ce qu'il sait qu'il faut faire, mais sans décrire en quoi consiste l'acte de purifier une intuition (une évocation) ou d'en intensifier la clarté.

Pour que cette discussion ne reste pas purement théorique, je l'avais accompagné d'un essai de description phénoménologique d'un exemple de vécu émotionnel, saisi à la fois par l'écriture et avec l'aide –après cette écriture- d'un entretien d'explicitation conduit par Catherine Le Hir. La description de ce vécu correspond donc à la seconde partie de la conférence. Pour la présentation au GREX, il me semble que cette tentative de description met bien l'accent sur l'objectif de l'explicitation indépendamment des moyens mis en œuvre pour l'atteindre, puisque ce qui est présenté est le produit d'une auto-explicitation écrite conduite sur plusieurs semaines de reprise. Pour ceux qui ont participé au séminaire de Saint Eble 99, on retrouve la tendance actuelle du GREX à privilégier l'expérience de A, autrement dit ce qu'a vécu le sujet, plus que la technique d'obtention de la description. Un peu comme si à l'heure actuelle nous entrions dans une phase où nous sommes sûr que notre technique de questionnement ou d'écriture va produire des résultats féconds, même s'il reste toujours des difficultés, et que ce qui devient un vaste terrain de découverte c'est l'objet qui est visé : le vécu. Par exemple cet été nous étions centré sur le vécu de A quant à l'effet que lui font les relances. Qu'est-ce que c'est que décrire ce que cela me fait ce que me dit l'autre ? En tant que A qu'est-ce que cela me demande comme modification de ma direction d'attention, de ma qualité d'attention pour pouvoir répondre à de telles questions ?! Pour les lecteurs du GREX n'oubliez pas que le texte qui suit s'adresse aux préoccupations des phénoménologues, et essaie de rentrer dans leur vocabulaire.

Introduction

La phénoménologie s'est toujours présentée comme ayant la caractéristique forte d'avoir une méthode, d'être par essence fondée sur une orientation méthodologique clairement présente et exprimée^[4].

« La question de la méthode est liée à la phénoménologie par une connexion si étroite que la seconde semble se définir

par la première, comme une méthode précisément, et une méthode spécifique »^[5].

Cependant on peut se demander si cette présentation n'est pas victime de sa propre évidence et s'il n'est pas nécessaire de revenir sur cette méthode pour examiner comment elle peut être mise en œuvre, c'est-à-dire non plus sous l'angle principal seul, mais en tant qu'elle peut être incarnée dans une pratique phénoménologique ou psycho phénoménologique, et donc décrite sous la visée d'une description procédurale. La notion de procédural renvoyant au concept d'action, non pas en tant qu'évaluation de la prise de décision qui préside à la décision éthique, mais comme examen du déroulement de l'activité dans un point de vue qui est celui de la psychologie du travail française^[6] et qui peut s'appliquer aussi bien à l'étude du travail en usine pour un opérateur, que celui d'un chercheur à son bureau ou sur un terrain d'étude comme un anthropologue, ce chercheur s'inscrirait-il dans la phénoménologie.

Le premier but de cet article est donc d'esquisser une description procédurale de quelques aspects de la méthode phénoménologique en prenant pour exemple la description d'un vécu émotionnel, tant il est vrai qu'écrire sur la méthode sans montrer comment on essaie de la mettre effectivement en œuvre risque de générer un méta discours de plus, sans conséquences pour les pratiques de recherche. Dans l'accomplissement d'un tel projet, on retrouve une des constantes de toutes les approches en première personne, leur auto réflexivité^[7] : la manière dont j'étudie ce que j'étudie est congruente et informative de ce que j'étudie. Ou encore, je peux étudier l'attention en étant attentif (instrument cognitif) à l'attention (objet d'étude) et toute clarification des actes d'attentions (objets) éclaire l'attention (outil) qui permet de l'étudier.

Le second but articulé sur le premier comme une mise en acte de la stratégie husserlienne de la référence à un exemple est d'essayer de rendre compte à partir d'un exemple individuel de la constitution d'un vécu marqué par l'apparition d'une turbulence émotionnelle forte. Deux questions focaliseront mon attention : la première porte sur la description fine de la micro temporalité pour saisir à la fois les étapes de l'émergence d'une émotion et la limite de la saisie possible de ces étapes; la seconde sur les relations de complémentarité, d'antagonisme, de parallélisme entre émotion et activité cognitive. Au passage, un des résultats méthodologique qui s'imposera, c'est que contrairement à l'idée reprise par de nombreux auteurs, y compris Husserl, l'étude de ce vécu émotionnel ne m'a pas semblé le faire disparaître sous le faisceau de l'attention réflexive et sa réactivation renouvelée m'a semblé tout à fait possible et fiable quoique demandant une activité spécifique rigoureuse pour être accomplie.

Méthode phénoménologique

Toute activité de recherche qu'elle soit sur le mode formel, eidétique ou empirique suppose une méthode. La phénoménologie de Husserl a toujours mis en avant son caractère méthodique, les priorités méthodologiques, mais généralement ce qui est souligné est plutôt de l'ordre d'indications principales plus que d'indications procédurales.

Trois niveaux de présentation de la méthode

Différencions sous le thème général de la méthode, trois niveaux de caractérisation ^[8].

Un premier niveau que je qualifierai de *principliel* met l'accent sur la nécessité de la réduction comme point d'entrée dans la phénoménologie ou la psycho phénoménologie pure, tout particulièrement le thème de la réduction transcendantale ^[9]. Mais à observer les pratiques réelles des phénoménologues on peut constater que ce point de vue est à la fois considéré comme essentiel et pratiquement peu pris en compte. Il semble jouer le même rôle que le principe d'Archimède pour la navigation, à la fois essentiel, sans lequel aucun navire ne flotterait, aucun nageur ne nagerait, et pratiquement secondaire, car ce n'est pas ce qui permet d'opérer les activités nécessaires pour nager ou construire un navire.

Le second niveau serait *un niveau formel* : de manière, générale Husserl envisage la pratique de la phénoménologie comme basée sur des données originaires apportées par la référence à un exemple individuel, sur une élaboration descriptive de ce qui apparaît dans de tels exemples, sur la réduction eidétique et l'emploi de la technique des variations pour fixer les essences, et enfin sur les critères de l'évidence comme moyen de validation privilégiée. Je qualifie ce niveau de formel, dans la mesure où il se présente plus comme une prescription ^[10] que comme une description. Le prescrit dit ce qu'il faut faire sans nécessairement dire comment le faire, comme d'exiger des "descriptions précises" sans expliciter à quoi on reconnaît une telle précision (identification du critère d'évaluation), et comme on fait pour décrire avec précision, et même comment on apprend à le faire quand on ne l'a jamais fait (identification des procédés opératoires et des apprentissages partiels à faire pour les mettre en œuvre). Ainsi dans le premier chapitre de la troisième section des Idées I, on a un discours professoral prescriptif de la part de l'auteur, sans que soient données des indications opératoires sur la manière de faire effectivement. C'est précisément cette manière de faire qui définit un troisième niveau de formulation de la méthode phénoménologique.

Le troisième niveau, le *niveau procédural*, que l'on pourrait encore qualifier ici d'artisanal, est celui de l'effectuation de la recherche phénoménologique, il doit être envisagé comme une approche en terme de savoir-faire. Chaque pratique phénoménologique est basée sur l'accomplissement par un sujet de gestes cognitifs qu'il doit apprendre à accomplir et à perfectionner. Ainsi la mise en œuvre de la réduction phénoménologique de base (la conversion réflexive), comme d'autres réductions est non seulement un principe à mettre en œuvre, mais aussi un geste cognitif particulier qui doit être décrit et pris en compte dans une analyse du travail de l'activité phénoménologique. De même le travail sur les exemples, la mise en mots descriptive, l'analyse eidétique, ou la pratique des variations renvoient tous à une analyse procédurale de ce en quoi consiste d'opérer les gestes cognitifs correspondants. Même une science qui se veut science de l'a priori a une genèse empirique mise en évidence dans la manière dont le sujet qui phénoménologise pratique, comment il surmonte réellement les obstacles qu'il rencontre (s'il n'en rencontrait pas cette science serait achevée, et l'on ne comprendrait pas les strates

d'approfondissement par lesquelles Husserl lui-même est passé tout au long de l'accomplissement de son programme de recherche).

Sur ce troisième niveau, procédural, Husserl donne peu d'indications directes [\[11\]](#). Cependant, indirectement, on peut en trouver le témoignage à travers les appréciations qu'il formule sur les difficultés à transformer sa propre attitude [\[12\]](#), ou à apprendre à se tenir fermement à tel ou tel principe, ou encore sur la nécessité de procéder à l'apprentissage de la pratique de l'analyse phénoménologique en commençant par des exemples faciles [\[13\]](#). L'approche indirecte du procédural chez Husserl peut se fonder encore sur l'analyse de comment Husserl s'y prend pour mener à bien ses propres analyses descriptives. Ce faisant on ne s'intéresse pas à ce que Husserl pourrait dire de ce qu'il fait (qui est très peu de toute manière) mais de ce que l'on peut inférer de ce qu'il fait à la lumière du déroulement (non thématique par lui) de sa propre démarche. On peut trouver de nombreux exemples dans tous les ouvrages comportant des analyses descriptives détaillées d'exemples (Leçons sur le temps, Chose et espace, Expérience et jugement, Philosophie première tome II, etc.). La dimension procédurale (l'effectuation de l'action de recherche phénoménologique, dans sa concrétude) est alors accessible non pas à travers le discours que l'auteur pourrait porter sur ce qu'il fait, mais sur ce qui se révèle de façon immanente au discours descriptif lui-même. Il y a là une herméneutique de l'œuvre d'Husserl centrée sur la pragmatique de la méthode phénoménologique envisagée dans sa dimension proprement artisanale qui est encore à écrire et qui constitue le fil directeur principal dans ma lecture de l'œuvre scientifique d'Husserl.

Un des rares textes consacré intégralement à la méthode phénoménologique prise comme thème est la troisième section des Idées I : « Méthode et objet de la phénoménologie pure » [\[14\]](#). On peut trouver des indications prescriptives relativement détaillées dans le premier chapitre de cette section qui à ma connaissance ne semble pas avoir été beaucoup commenté ni exploité par les écrits méta phénoménologiques [\[15\]](#). Il est possible d'éclairer ces prescriptions d'une analyse des pratiques correspondantes, mais qui ne pourra qu'être esquissée dans les limites de cet article.

La pratique méthodique de l'exemple dans la recherche phénoménologique.

1/ le statut épistémologique de l'exemple, le recours à l'expérience dans l'esprit de la psychologie descriptive, § 70

Le premier point qui peut induire une grande confusion est lié au fait que, comme le précise Husserl dès le début des Idées I [\[16\]](#), le fait se donne en même temps que l'essence, je préférerais dire pour ma part que l'essence comme toute forme d'invariant ne se donne qu'à travers le support qui l'incarne : le fait. Du coup, Husserl voulant établir une discipline qui n'est en aucun cas une discipline naturaliste et empirique comme l'était selon lui la psychologie de son époque, doit jongler avec des contraintes antinomiques. D'une part, dans l'esprit de la psychologie

descriptive de Brentano^[17] qui a été son maître dans l'apprentissage de la psychologie philosophique, il est essentiel d'avoir recours à l'expérience sous la forme d'exemples individuels^[18]. D'autre part ces exemples, dans le cadre de la phénoménologie pure telle qu'il la conçoit, ne doivent jamais être pris pour leur valeur factuelle, ne doivent pas être saisis pour valider une existence. La réduction transcendantale est là pour établir une frontière radicale entre discipline eidétique et discipline empirique, mais la proximité incontournable de la similitude des problèmes méthodologiques entre phénoménologie pure, psychologie eidétique, psychologie empirique en première personne (en particulier les travaux de l'école de Würzburg redoutablement proche d'Husserl, comme en témoigne ce que lui-même en dit pour se dégager de toute assimilation, qu'il sent possible^[19]). Cette similitude ou comme le dit Husserl ce parallélisme des problèmes qui fait que l'on peut par une simple conversion passer de l'un à l'autre fait tout l'intérêt d'une discussion générale de la stratégie de l'exemple dans toutes les méthodologies en première personne. Du point de vue épistémologique Husserl va donc développer une attitude qui correspond à un énoncé du genre : soit un exemple quelconque (ce qui revient à nier dès l'abord tout intérêt au caractère contingent des déterminations de cet exemple qui relève de la facticité), cependant choisit de façon pertinente à l'objectif de la recherche phénoménologique, donnant les bonnes qualités de mises en évidence, de contrastes et de clarté^[20]. Toujours dans le même souci –me semble-t-il- de ne pas créer une confusion entre la référence à un exemple de vécu et sa valeur de détermination factuelle, il va insister sur le fait qu'un exemple imaginé vaut largement autant et dans certains cas plus qu'un exemple relatif à un vécu expérimenté^[21]. Si, dans une lecture rapide on amalgame le fait que tout exemple est aussi bon qu'un autre (puisque ce n'est pas sa valeur factuelle qui est déterminante), et que même il est plus efficace et valorisant d'en imaginer un, une interprétation erronée possible est qu'il n'y a pas besoin d'investir beaucoup de rigueur, beaucoup de temps ou de recherche dans la référence à un exemple qui –si j'accroche la charge- pourra aisément être la première idée qui me passe par l'esprit, qu'elle renvoie à un vécu ou non. Or Husserl insiste dans son exposition de la méthode phénoménologique sur la question de la pertinence de l'exemple, sur l'importance qu'imaginaire ou réel, l'exemple soit conduit à une totale clarté^[22], et ce sur le mode progressivement atteignable d'une intuition authentique et non pas sur le mode d'une représentation vide (équivalent au mode signifié vide d'intuition). Voyons rapidement ces trois points, avant de mettre en œuvre la méthode sur un exemple de vécu réel.

2/ Clarté et authenticité de l'exemple individuel

S'il est avéré, une fois prises toutes les précautions épistémologiques que la recherche phénoménologique prend pour matière première des exemples, et comme ne manque pas de le spécifier Husserl à de nombreuses reprises d'exemples **individuels** et non pas des généralités, il

n'en reste pas moins nécessaire de préciser de quelle manière ces exemples se présentent et que faut-il faire pour les rendre phénoménologiquement propres.

En effet, il est clair pour Husserl que les exemples ne se donnent pas immédiatement tout constitués pour la recherche phénoménologique, selon son analyse, ils se donnent normalement de façon vague et lointaine (§ 67), il faut donc les approcher, les clarifier (§ 69). Première question pragmatique qu'est-ce que clarifier un exemple ? Et de plus l'exemple se donne en règle générale de manière impure (§ 68), c'est-à-dire mélangé à divers degrés d'appréhensions à vide (mode signitif) qui débordent le donné strictement intuitif et le peuvent le rendre inauthentique. Pour conclure l'auteur insiste sur le fait que l'essence même de la méthode est "d'exiger une démarche progressive", ce qui est une constante de tout l'ouvrage montrant comment les réductions sont successives et progressives, comment chaque analyse se fait sous le signe de "si on y regarde de plus près" ou "si l'on tourne son regard selon la bonne direction" et mettant ainsi en évidence qu'une démarche phénoménologique tout en se faisant en première personne ne relève absolument pas d'une immédiateté.

Reprenons rapidement ces quelques points, dont la compréhension conditionnera la possibilité de savoir si l'on est bien dans la mise en œuvre de la méthode phénoménologique ou pas. L'exemple selon Husserl se donne toujours d'abord de façon vague et lointaine, il flotte devant les yeux. On peut trouver une grande constance dans cette façon de décrire le début de la saisie d'un matériau phénoménologique dans divers ouvrages d'Husserl. Je donne ici une citation un peu longue du passage décisif, dans la mesure où ce texte me paraît sinon méconnu, tout au moins jamais relevé ou commenté.

" Quand le regard se porte sur les vécus pour les étudier, ils se présentent en général dans une espèce de vide et dans un lointain vague qui les rend inutilisables pour une investigation singulière aussi bien qu'eidétique.Mais si ce dont on a une conscience vague, par exemple quand un souvenir ou une image flotte confusément devant nous, doit livrer sa propre essence, l'essence mise au jour ne peut être qu'imparfaite ; autrement dit, là où les intuitions individuelles qui sont à la base de la saisie des essences sont d'un degré de clarté inférieur, la saisie des essences l'est également, et corrélativement ce qui est saisi a un sens "non clair" et garde une confusion, une indécision externe et interne. Il devient impossible ou possible "seulement en gros" de décider si dans deux cas différents on saisit bien la même chose (la même essence) ou quelque chose de différent; on ne peut établir quelles en sont les véritables composantes et que "sont proprement" les composantes qui éventuellement se montrent déjà dans un vague relief et se signalent de façon vacillante.

Tout ce qui flotte devant nous dans une non-clarté dans une non-clarté oscillante à une portée d'intuition plus grande ou plus faible, doit donc être approché à une distance normale et amené à une clarté parfaite, si l'on veut exercer à son égard des intuitions eidétique de valeur correspondante ..." Husserl, Idées I. § 67, p 217-218.

Le propos est clair, le phénoménologue doit opérer un travail pour amener son exemple à une clarté parfaite. En même temps, on voit bien le côté seulement prescriptif de l'écriture : il faut faire cela, sinon cela n'aura pas de valeur scientifique. Mais en quoi consiste le fait de faire cela (augmenter la clarté) la question se reposera pour l'évidence et l'essence de la vision dans les paragraphes 137 et 138. Husserl ne donnera pas d'indications opératoires, il précisera plus loin l'essence de la clarification et avec quoi il ne faut pas la confondre. On voit bien que sa "prescription" repose en premier lieu une conversion réflexive qui permette de tenir sous son regard la qualité de l'évocation initiale de manière à en apprécier le degré de clarté et prendre des

dispositions pour le modifier. Puis ce qui se révèle c'est que le geste intérieur pour accroître la clarté n'est pas un geste direct, mais passe par l'acceptation d'un non remplissement qui devient la condition d'un plus grand remplissement possible, mais jamais mécaniquement produit. Dans le cadre du travail sur l'aide à l'explicitation, j'ai élaboré un certain nombre de techniques intersubjectives mises en œuvre dans le cadre d'une situation d'entretien : l'entretien d'explicitation. Il a pour but de conduire la personne qui essaie de présentifier une expérience passée, à un remplissement intuitif aussi vivant, détaillé, clair que possible ^[23]. Ce travail de recherche se base sur la constatation répétée en psychologie du travail et sur le terrain de la formation et de l'apprentissage, d'une grande difficulté, voire d'une incapacité du sujet à opérer seul ce travail de clarification. Cette médiation de l'entretien d'explicitation conduit à faire opérer une conversion réflexive, la première des réductions à l'insu du sujet, qui la vit sans avoir projeté de l'accomplir. Par ailleurs, dans le cadre du séminaire de pratique phénoménologique ^[24] nous avons exploré des voies différentes, basées essentiellement sur l'écriture individuelle, hors de toute médiation intersubjective directe ^[25]. C'est la méthode que j'ai adoptée dans l'exploitation de l'exemple de vécu émotionnel que je présente plus loin. Sa mise en œuvre s'avère délicate et demanderait un exposé indépendant pour être présentée en détail.

L'obtention d'une pleine clarté n'est pas la seule exigence qu'exprime Husserl. Le point important est de distinguer entre des degrés de clarté **quand** il y a déjà donation intuitive, ils peuvent s'échelonner depuis l'obscurité (degré zéro, absence de donation) à un maximum indépassable qui constitue une "limite extrême". Au sein de la donation intuitive, il peut donc y avoir accroissement intensif de clarté d'une chose déjà intuitivement saisie, il y a ainsi une variation de l'intensité de la clarté. Mais la donation peut entrelacer des appréhensions intuitives et des appréhensions à vide (appréhensions sur le mode signitif). Par exemple, au moment où je me tourne vers mon vécu émotionnel, se mêlent des connaissances livresques ou comme on le voit bien chez Sartre, des projections théoriques qui biaisent toute description. Husserl envisage qu'il puisse y avoir le mouvement inverse d'accroissement de la dimension signitive et dans ce cas un accroissement possible de la clarté de l'appréhension signitive sur le mode d'un accroissement extensif (il y a de plus en plus de déterminations conceptuelles), dans ce cas, ces dernières appréhensions peuvent aussi accroître la clarté, mais sur un mode inauthentique qui n'est plus intuitivement pur. On a donc une description de repères entrelacés sur deux dimensions : une variation graduelle entre mode intuitif et mode signitif, et une variation graduelle entre clarté et obscurité. Sur la première dimension, Husserl signale que le mode de donation normal (p 221) est le mode impur, c'est-à-dire où se mélangent les appréhensions intuitives et à vide. Là il est possible d'aller vers un accroissement du remplissement intuitif par résorption des appréhensions à vide, ou l'inverse par l'exclusion des données intuitives vers un accroissement conceptuel, signitif. Ainsi on a deux modes de clarification : l'un par intensification de ce qui est intuitivement donné, l'autre par purification de ce qui n'était pas intuitivement donné. On a aussi tendanciellement deux modes d'obscurité, l'un par défaut de la qualité de la donation intuitive (elle est très vague par exemple),

l'autre par excès du mode signitif qui ne laisse place à aucune donation intuitive et ne clarifie que la dimension conceptuelle sans aucun rapport à quelques donations que ce soit.

Schéma récapitulatif des distinctions proposées par Husserl dans le § 68 des Idées I, on a ici deux modes de clarification intuitive : le premier (noté 1) qui est un accroissement de l'intensité de la donation intuitive déjà présente et le second (noté 2) qui part d'une clarification impure (cas habituel) et accroît la donation intuitive par la transformation en intuitions vivantes ou par "l'élimination des éléments représentés à vide". De plus l'auteur signale la possibilité d'un accroissement de la clarté signitive, sur le mode non pas intensif, mais extensif.

Si l'on suit l'auteur nous sommes donc susceptibles de faire deux types d'erreurs dans la manière de nous rapporter à un exemple individuel : le premier est de ne pas conduire la clarification intuitive à un degré suffisant pour pouvoir générer une description précise, et ainsi pouvoir conduire une analyse précise ; la seconde est d'être inauthentique en laissant intervenir des éléments qui débordent les limites du donné intuitif et corrompent l'originalité de la description. Un autre point est à souligner, qui est développé dans le paragraphe suivant qui s'intitule trompeusement "Méthode pour saisir les essences avec une clarté parfaite" (§69) et qui est loin de nous donner une indication opératoire et se contente d'insister sur le caractère progressif de la démarche de clarification. Si le point de départ est vague et impur, il faudra clarifier et purifier. Mais de plus cette clarification est à reconduire plusieurs fois dans la mesure où ce qui se donne, ou plutôt dans le langage qui tisse toute l'œuvre d'Husserl, ce vers quoi je tourne mon regard, ce que je saisis, n'est qu'une partie de ce qui est possible d'atteindre à chaque moment de la saisie phénoménologique, puisque chaque remarque primaire est entouré de remarques secondaires ainsi que de co-remarques et d'une structure d'horizon interne et externe (cf. par exemple le § 83 des Ideen I). La donation ne peut se donner que par étape, par approfondissement, par modification de la direction du regard.

Notons encore que toutes ces indications restent sur le mode prescriptif, et que la question reste en suspend de savoir comment effectuer les gestes cognitifs correspondants de clarification, d'élimination, de rapprochement. Comment faut-il faire ? Comment savoir quand cela a été bien fait ? Cette nécessité de clarification ou d'authenticité ressemble à une pédagogie du "jetez-vous à l'eau, ceux qui sauront nager, sont ceux qui seront encore là" ! Et l'apprenti phénoménologue est bel et bien laissé à ses propres ressources ou à son découragement.

3/ Le caractère pertinent au programme de recherche du choix de l'exemple.

Dans l'ouvrage de synthèse et d'exposition systématique des bases de la méthode phénoménologique que constitue Idées I, la pertinence du choix des exemples est quasiment toujours subordonnée à un projet que l'on pourrait qualifier de didactique. Ce qui domine c'est la prévalence accordée à la perception externe comme étant toujours disponible, contrairement à d'autres objets d'études comme le vécu émotionnel par exemple ^[26] qui n'est ni stable, ni toujours accessible. Comment dans ces conditions déterminer un exemple de vécu émotionnel pour conduire une analyse phénoménologique ?

Si j'écarte les matériaux littéraires, ou en règle générale tous les matériaux qui ne permettront pas d'approfondir l'enquête phénoménologique par impossibilité de confronter le sujet du vécu à un

supplément de clarification^[27]. J'écarte aussi la stratégie consistant à prendre comme exemple un vécu émotionnel imaginaire, car il me semble bien difficile à satisfaire aux critères d'une imagination poussée au degré de clarté suffisant^[28] pour un travail de description phénoménologique. De nombreux chercheurs en sciences humaines ont expérimenté des dispositifs basés sur l'utilisation de films, de chansons, de récits dont l'effet émouvant est certains ; ou bien sont allés sur le terrain dans des situations où l'on pouvait s'attendre avec certitude à la manifestation d'émotions (résultats d'examens par exemple)^[29] mais précisément dans ce travail, mon objectif n'est pas de procéder à une enquête extensive.

Je reste alors avec la nécessité de me référer à mon propre vécu ou au vécu décrit par un autre que moi, mais qui resterait disponible à la reprise de sa description.

J'ai choisi dans cet essai la première option : prendre comme objet de recherche un de mes vécus. Cependant ce n'est pas si simple qu'il y paraît, le projet est une chose sa mise en œuvre en est une autre, je développerai ce point plus loin.

La stratégie qui n'a pas encore été déterminée est de savoir si ma recherche part d'un thème déterminé, d'une émotion déterminée : la pudeur, la colère, la joie par exemple ou si ce qui est visé est simplement la possibilité de saisir la constitution d'une émotion quelle qu'elle soit, quitte à prendre ensuite d'autres exemples dans l'esprit d'amorcer des variations pour extraire des invariants ou permettant de mettre en question la valeur d'invariant d'un élément décrit. Je n'ai pas de projet d'étude d'une émotion particulière, de plus l'entrée par le choix d'une émotion déterminée a priori me semble particulièrement délicat, même si certains exposés ont fait ce choix. D'une part, rien ne m'assure que je vais vivre cette émotion dans le temps de cette étude, contrairement à la perception externe ou à tous les actes intentionnels présentifiant elle n'est pas disponible à la demande. Reste alors à tenter de réactiver une occurrence passée d'un vécu de cette émotion ce qui présente de nombreuses difficultés pour en assurer une réactivation suffisamment claire. D'autre part, la recherche par le nom de l'émotion préjuge que je sais la reconnaître avec certitude, et même que je la connais déjà ce qui semble biaiser dès le départ l'analyse par le pire des préjugés ou tout au moins de se demander comment on sait que ce vécu relève de cette émotion ?

Le choix final auquel je suis conduit est donc de saisir au vol un vécu émotionnel personnel. Et là une nouvelle difficulté se présente : se souvenir, au moment du vécu émotionnel ou juste après du projet d'étude phénoménologique de manière à opérer une conversion réflexive qui me permette de prendre ce vécu comme objet. Le principal obstacle qui m'est donc apparu n'est pas de prendre le risque de perdre l'émotion ou de la modifier immédiatement, comme la plupart des auteurs semblent le craindre en l'imaginant, mais d'oublier mon projet phénoménologique dès que je suis ému, les deux activités semblant relativement exclusives l'une de l'autre. Aussi l'exemple que je vais présenter n'a pas été "choisit", il s'est imposé à moi comme celui qui a été aperçu alors qu'il était encore frais et que j'ai eu l'idée de le saisir comme pouvant être utilisé pour ce travail. L'analyse du vécu émotionnel qui suit n'est donc pas le fruit d'une présence à l'émotion au

moment où la turbulence s'est manifestée, mais le résultat d'un travail sur le souvenir frais, puis à l'échelle des semaines qui ont suivi et durant lesquelles j'ai poursuivi la description, sur la réactivation du ressouvenir de la situation initiale en suivant la technique de l'accès évocatif développée dans l'entretien d'explicitation [\[30\]](#).

Description d'un exemple de vécu avec émotion.

J'organise la présentation de cet exemple en trois étapes, la première donne la description qui m'est venue spontanément au moment où je décide de saisir l'exemple dont je viens juste de me rendre compte après coup qu'il pouvait faire l'affaire. Je fais suivre cette description initiale d'un commentaire sur les nombreuses limites, inévitables, de cette saisie initiale. La seconde étape, propose une description beaucoup plus fine et élaborée qui est en fait le fruit progressivement mûrit de plusieurs semaines de réactivation délibérément recherchée du vécu émotionnel à des fins d'analyse phénoménologique. La troisième étape essaie de ressaisir une partie des matériaux ainsi générés pour conclure sur différentes options d'un programme de recherche psycho phénoménologique sur les vécus émotionnels.

Saisie descriptive spontanée du vécu.

Au moment où je prends conscience que ce que je viens de vivre –qui continue dans sa forme de turbulence émotionnelle– peut servir à un travail psycho phénoménologique, je note rapidement les circonstances et quelques traits qui se détachent de l'ensemble du vécu:

*« Je suis en train de lire des documents
et je découvre que des gens avec qui je travaille ont entrepris un nouveau programme de
recherche sans m'en informer.
Je prends connaissance de la ligne,
et « immédiatement » je sens que je suis touché, que cela me blesse,
et j'ai du mal à continuer à accomplir le travail intellectuel que je m'étais assigner :
continuer à lire des messages pour évaluer si certains pourraient me concerner et appeler
des réponses. »*

Je me rends compte avec cette première description que je suis très étroitement limité dans le développement descriptif : mis à part les informations sur les circonstances, le contenu de ce que je lis, et le cadre de travail, je ne dis que trois choses : 1/ j'ai lu, 2/ je me sens touché -avec la note "immédiatement" qui est imprécise voire fausse-, 3/ j'ai des difficultés à continuer à poursuivre l'accomplissement de mon travail.

La fragmentation temporelle de la description, c'est-à-dire la granularité de la description des phases temporelles est grossière puisqu'elle ne comporte que trois étapes et qu'elle ne précise pas l'ante début. Ainsi, dans cette fragmentation temporelle, il devrait certainement y avoir des étapes progressives entre le début de la lecture (ou même dans le juste avant de ce qui a éveillé mon intérêt et qui a fait que j'ai saisi ce texte de mon attention [\[31\]](#)), et la naissance de l'émotion. Entre

l'avènement de l'émotion et son "installation", il doit y avoir des transitions, et s'il n'y en a pas il faudrait l'établir etc .

Au plan de l'expression, je réalise qu'il me vient des termes, comme « immédiatement », « d'un seul coup », « tout de suite », « je suis touché », ou bien « je suis blessé ». Mais intimement, si je me rapporte au donné intuitif, je peux goûter que ce ne sont pas des dénominations authentiques, qu'elles ne m'apparaissent pas comme adéquates à la mise en mots de mon vécu et que je dois les ressaisir et les changer avec plus d'attention vers l'appréciation de la justesse intime des mots par rapport au vécu. Je sais aussi que ce sont des expressions que j'ai mis au point pour dire que je suis ému, sans pouvoir dire plus précisément ou plus directement de quoi il s'agit. Ce que je vis : c'est une émotion, c'est évident, alors que je suis incapable de nommer cette émotion, comme lorsqu'une odeur ou un goût vous est connu et que vous ne savez cependant pas le nommer. L'évaluation de cette description rentre tout à fait sous le coup des critiques/conseils d'Husserl, elle fait manifestement référence à un vécu qui n'est pas saisi intuitivement de façon suffisamment claire, et le langage utilisé révèle qu'il y a de nombreux prêt à penser qui ont recouvert la saisie directe ^[32]. Un travail de reprise, d'intensification de la clarification, de purification des saisies intuitives s'impose.

Je ne note pas ces points pour me fustiger et exhiber des limites. Le point que je souhaite souligner en présentant cette étape initiale apparemment peu glorieuse, c'est qu'elle est le passage initial obligé. Depuis que nous travaillons dans le séminaire de pratique phénoménologique en groupe de co-chercheurs, nous sommes tous passés par cette étape, et de manière réitérée à chaque nouvelle description de vécu. Il en est encore de même à chaque nouvelle étude. Il ne s'agit pas d'une situation contingente, la pauvreté initiale est un trait d'essence de la méthode de conversion réflexive, en ce sens que le réfléchi n'est pas immédiatement disponible et doit être constitué par étape. Certes, il y a apprentissage et perfectionnement par la pratique de l'analyse phénoménologique, mais cette expertise porte d'une part sur la tolérance à l'indigence initiale, ce qui permet de poursuivre pour entrer dans les étapes suivantes sans se décourager ^[33], et d'autre part sur la capacité à déplier par étapes de nombreuses facettes du vécu. Jean-Luc Marion l'a très bien décrit dans sa conférence (dans la présentation de son ouvrage « Etant donné ^[34] »), ce type d'écriture est comme une escalade, dont on ne sait jamais si elle va déboucher, quelques fois il faut redescendre et recommencer ailleurs, la voie se crée au fur et à mesure que l'on avance et son issue n'est pas certaine. Ce qui est écrit n'est que le support pour ce qui doit encore être écrit, il y a une logique de dépliage du vécu, de ses parties, des angles sous lesquels on peut le considérer, sur les propriétés qui peuvent être distinguées du tout, qui demande une grande patience et une réitération sans garantie de résultats. L'écriture ne peut se faire qu'en aveugle (sans connaître d'avance s'il y a une issue). Il me semble que c'est intrinsèquement lié à son mode descriptif, descriptif d'un objet que je ne peux jamais surplomber tant que je n'ai pas suffisamment avancé dans la description (où plutôt je ne peux surplomber que ce que j'ai déjà décrit) dans la mesure où c'est précisément ma description qui dessine l'objet, qui le met au monde dans sa visibilité. Je le sens présent, je le sais présent, mais il ne peut se déployer

immédiatement à moi dans tous ses aspects, ses couches simultanées, ses strates multiples, les différents points de vue suivant lesquels je peux l'examiner. Chaque étape réalisée, donnant le point de d'appui par son objectivation écrite, vers des étapes ultérieures de dépassement et d'enrichissement. En fait il ne s'agit pas tant d'une activité réfléchie, qui saisirait des représentations déjà disponibles que d'une activité réfléchissante (au sens d'une activité qui est orientée vers la réalisation d'un réfléchissement du pré réfléchi ^[35]).

Approfondir la description

Si l'on suit les conseils d'Husserl, abondamment repris et illustrés essentiellement par les phénoménologues américains ^[36], toute description phénoménologique doit se tourner successivement vers un point de vue noétique, noématique et égoïque, comme il en esquisse la démonstration dans le § 92 des Idées I. Par ailleurs l'analyse peut adopter un point de vue statique : quelles sont les entités descriptives que l'on peut distinguer ; et génétique : comment se constitue le vécu étudié. Cependant ce qu'il ne précise pas c'est que dans la mesure où tout vécu a un nombre indéfini de parties et de moments toute description est subordonnée à l'éclairage d'un programme de recherche. Dans le cas d'Husserl le projet est généralement donné en introduction de l'ouvrage, mais de manière immanente on sait que sa visée constante et principale est celui d'un programme de fondation de la logique, ce qui justifie à première vue la mise à l'écart des vécus émotionnels ou leur approche suivant le dénominateur commun entre émotion et constitution des vécus logiques : l'affection. Mais même ainsi ce qui domine c'est la clarification des vécus logiques jusque dans leurs racines pré logiques dans le champ de prédonation. Je ne peux dans les limites de cette étude suivre toutes ces pistes, je vais privilégier la description de la micro temporalité en essayant de viser la clarification de la constitution d'une émotion. Je ne pourrais bien sûr éviter d'aborder les autres points de vue puisqu'ils sont entrelacés. En particulier, j'essaierai de développer le thème des relations entre actes cognitifs et vécus émotionnels qui me semble un des point le moins abordés de la littérature relative à l'émotion ^[37] alors qu'il a une importance fonctionnelle essentielle.

Reprise de la description : la micro temporalité de l'événement d'être ému.

Je précise que la description qui suit est le fruit de plusieurs semaines de réécritures toujours fondées sur une réactivation de l'événement originaire, toujours reconduite à une clarification intuitive forte et authentique, les parties distinguées ne me sont pas apparues immédiatement, mais se sont dévoilées par fragments.

- **Circonstances** qui précèdent : je suis en train de travailler à la lecture de mon courrier électronique, je suis assis à mon bureau dans un cadre de travail que j'aime, et je suis tranquillement et agréablement installé dans l'effectuation d'une tâche qui me procure un intérêt et un plaisir épistémique certain. Il y a donc une activité intellectuelle de lecture, de réflexion, s'accompagnant d'une tonalité émotionnelle plaisante et épistémiquement orientée. Cela donne le

contexte par rapport auquel la suite prend sens comme modification ou tentative de maintien de cette activité, sinon de ce plaisir.

- **Lecture du texte,**

. Je repère un nom connu, ce qui éveille mon intérêt, mais en même temps ce nom vient dans la suite des messages qui ne me sont destinés que de manière indirecte puisqu'il s'agit des messages qui circulent dans le cadre d'un colloque qui diffuse vers une liste de participants auxquels j'appartiens.

. En poursuivant je tombe sur une phrase qui m'apporte une information que je n'avais pas et qui aurait pu me concerner, là il y a un supplément d'intérêt, je pourrais même dire une surprise de ne pas être au courant, mais cette première compréhension m'apparaît encore émotionnellement neutre, je ne prends conscience que du fait que c'est une information qui m'intéresse et que je n'étais pas au courant.

. En restant encore quelques secondes avec cette information, je prends conscience que j'aurais dû être au courant, qu'il s'agit de quelques choses qui s'est organisé à mon insu et dont je ne suis pas informé, donc exclu. Apparaissent ainsi des implications personnelles, alors que je repère bien que dans la phase précédente l'intérêt était déjà là mais la signification impliquée qui se déployait restait générale et non pas personnelle. Cependant à cette étape, à ma surprise, il n'y a pas de réactions émotionnelles, il y a un discours interne qui commente ce que je lis, mais je ne ressens encore rien.

Ces trois premières phases de lecture, se déroule encore dans le cadre émotionnel de l'activité déjà installée, l'émotion à venir n'est pas encore déclenchée. On voit ici qu'il est possible d'accéder à une fragmentation temporelle plus fine que celle de la première description.

- être **sidéré**

A ce moment, je vis un instant de sidération, qui se présente en contraste, comme une rupture forte avec l'activité précédente. Intrinsèquement, pendant un instant la mobilité de ma pensée s'interrompt, je cesse de passer d'une idée à une autre, d'un commentaire intérieur à une lecture à l'écran, je vis ce moment comme une cessation d'activité mentale, une immobilisation de la pensée. Plus exactement, je prends conscience que le flux de pensées dans lequel j'étais s'interrompt, mais il y a une activité cognitive qui demeure et constate qu'il ne se passe plus rien (donc il se passe cognitivement quelque chose, qui se limite à un constat de rien). Ce temps d'arrêt ne contient pas plus d'émotion, n'a pas de qualité émotionnelle particulière, il n'y a pas de valence particulière, ce n'est ni positif ni négatif. Il y a donc un arrêt émotionnel momentané. Le corps est immobile (mais il l'était déjà du fait de sa position assise concentrée sur la lecture). L'événement se donne comme involontaire, sans aucun sens immédiat (je reconnais ce genre d'événement intérieur pour l'avoir déjà vécu, mais je ne sais pas à ce moment-là à quoi il correspond, c'est seulement deux mois plus tard que je peux deviner ce qu'il s'est alors passé, et

le sens de ce vécu de sidération) : je suis conscient que cela se passe en moi, je ne peux l'empêcher, et je ne lui attribue pas de sens immédiat.

- déclenchement d'une émotion qui n'était pas présente auparavant,

Cet instant de sidération est suivi du déclenchement d'une forte turbulence. Je suis enclin à nommer ce nouvel état "un vécu d'émotion" mais à ce moment je suis incapable d'identifier et de nommer une émotion particulière. Je la ressens comme forte, comme à dominante négative, désagréable.

Je n'identifierai que beaucoup plus tard la nature des émotions qui ont émergé. Je peux plus facilement décrire les effets de cette nouvelle émotion sur l'activité intellectuelle en cours que la décrire directement en elle-même.

J'étais comme un fleuve tranquille occupé d'une seule chose, avec des horizons internes de questions, de remarques, sur ce que je lisais, ponctué de plaisir épistémique, d'intérêt pour ce qui est dit, ou de mises de côté comme étant inintéressant. Il y avait bien un courant principal (comme là en ce moment pendant que j'écris) et c'était tout, il y avait une direction d'activité qui était conservée, et qui était sur son train, sur son rythme, le fait même de faire ce que je faisais n'était pas questionné. Puis, après avoir lu le texte, en avoir assimilé diverses implications, un temps de sidération, ensuite le courant unitaire est perdu.

Pour essayer de décrire la turbulence le premier langage qui me vient comme celui de la description des saveurs ou des parfums est celui de la métaphore.

L'image qui me vient est celle d'un mélange de couleur à partir d'un tube, quand le pinceau rapproche deux teintes pures pour commencer à les mélanger : la direction de l'activité intellectuelle principale serait la première couleur, elle était seule et pure, elle est maintenant maintenue avec difficulté (elle n'est pas entièrement couverte par la nouvelle couleur), mais il n'en reste plus qu'un faisceau de largeur variable souvent très étroit (je prends conscience alors que précédemment le courant était large occupant presque toute la place), ce qui vient se mêler est multiforme comme un tourbillon bigarré, comme une fractale envahissante, qui vient troubler le courant précédant et amène une nouvelle activité de pensée, qui s'additionne à la précédente qui se maintient.

Il y a donc d'une part une modification de mon état interne qui est devenu perturbé, et d'autre part de nouvelles pensées qui surgissent, qui commentent, supputent l'information nouvelle qui m'éloignent ou troublent ce à quoi j'étais attentif, je ne suis plus seulement tourné vers le fait d'évaluer les messages pour y répondre, je suis agité de pensées qui accompagne la nouvelle information non pas dans un but de réponse, mais sans autre effet que d'être affecté par ce que j'ai lu. Il n'y a pas de but à cette perturbation, elle ne m'apparaît aujourd'hui que comme le symptôme des effets de l'appréciation de ce que j'ai lu. Son bruit m'affecte dans un premier temps que je le veuille ou non, en ce sens je peux dire que cela m'implique. De plus, je sais que ma réaction est passablement négative, je ne suis pas content de découvrir ce que je découvre, mais je ne le sens pas directement comme tel, je me sens affecté mais je ne le sens pas comme négatif ou positif, comme plaisant ou désagréable, je ne sais pas nommer l'émotion qui m'habite, je la

reconnais comme émotion par son côté envahissant, pas son mouvement tourbillonnant non structuré, qui interfère avec ce que je fais et qui s'impose à moi, que je ne peux pas écarter, une part de moi la subit.

En écrivant, fasciné par cette impossibilité de nommer mon émotion au moment où je l'ai vécu et même dans les heures et les jours qui ont suivi, je me laisse revenir à l'évocation du moment où j'ai pris connaissance du message et je ressens un serrement au niveau du plexus solaire et de ma gorge, (mais je ne sens pas que c'est ce que j'ai physiquement vécu, éprouvé, au moment où l'émotion était en train de naître). J'ai vraiment été touché par ce qui s'est passé, je perçois qu'il y a des choses qui ne se sont pas exprimées alors, et que cette non expression affadit la possibilité de connaître mon émotion qui se révèle complexe : il y a un part très nette de colère envers ceux qui sont nommés, avec une déception et un peu de tristesse d'avoir été trahi (chose que je ne reconnais pas, je préférerais utiliser l'expression plus légère du genre « comme si » j'avais été trahi), en même temps je sens bien que c'est une structure récurrente d'impression d'être trahi dans ma confiance, avec une voix intérieure qui me dit que j'ai tort, que je ne dois pas le prendre comme ça, qui me raisonne en me montrant que c'était inévitable qu'il en soit ainsi, et qu'après tout je n'ai qu'à être plus clair moi-même peut être. Ce qui m'apparaît donc, c'est qu'au moment même, j'étais conscient d'une turbulence intérieure, mais pas de la nature exacte de l'émotion qui s'était éveillée, et que sans son expression vraie je ne peux la reconnaître pour ce qu'elle est dans sa nature ^[38] et je n'en perçois que les effets.

Ce qui apparaît encore, c'est une multiplicité de couche, il ne s'agit pas d'une émotion seule, mais d'une série d'émotions reliées se déclanchant, se déterminant l'une l'autre : colère, tristesse, déception, revendication, plainte, raisonnement palliatif. Cette structure feuilletée est bien connue des psychothérapeutes travaillant directement avec l'accueil et la provocation émotionnelle. Dans ce contexte, il est récurrent que lorsqu'on a la plainte, la souffrance, la tristesse, souvent la couche sous jacente est de la colère, de la revendication ; puis quand cette couche est exprimée, on peut passer vers une nouvelle tristesse plus profonde ou vers l'amour, en tout cas un sentiment primaire basique lié à existence, ce peut être aussi l'expression d'une affirmation de soi par la rage ^[39].

- régulation plus ou moins efficace pour continuer à effectuer l'activité intellectuelle.

Cependant, une autre couche de pensée et de buts apparaît très rapidement qui se superpose aux deux précédentes ainsi qu'à la turbulence émotionnelle elle-même : l'évaluation de la situation et le désir de la modifier, en tout cas de ne pas subir, ni encourager ce nouvel état. Le type de climat intérieur qui s'installe, le dérangement dans mon climat intérieur ne me convient pas, je ne l'apprécie pas, je ne le trouve pas nécessaire, et j'ai bien l'intention de ne pas l'encourager. D'une part, je me surprends à éviter de le renforcer par des commentaires complaisants qui ajouteraient de l'huile sur le feu. En effet, je sais d'un savoir d'expérience que si je ne suis pas maître de la réponse réactionnelle qui s'est amorcée, j'ai un contrôle sur son aggravation possible en choisissant de ne pas l'encourager par des commentaires intérieurs ^[40], je peux ne pas les

amplifier, ne pas les renouveler, ne pas être complaisant. J'ai donc un refus d'encourager les réactions suscitées par le déclenchement émotionnel.

En résumé, ma description du début de l'événement comporte quatre étapes se déroulant sur quelques secondes: 1/ Un éveil de l'intérêt qui accompagne la lecture du message avec un dépliement progressif (trois sous étapes) des implications qu'il comporte; 2/ Un temps d'arrêt que j'ai nommé sidération; 3/ L'éveil d'une turbulence émotionnelle qui n'était pas là auparavant; 4/ Une activité de régulation qui se surajoute à l'activité intellectuelle et à la turbulence pour essayer de contenir les effets de cette dernière.

Émotion

Du point de vue méthodologique, il est clair qu'il est possible d'étudier un vécu émotionnel sans qu'il se transforme ou se perde, à condition de le saisir dans l'après-coup et d'être attentif à le clarifier de manière authentique. Ce qui est alors crucial c'est l'acte même par lequel ce vécu est présentifié dans une véritable intuition vivante. L'apprentissage de ce geste me paraît pouvoir se faire dans un premier temps par une médiation intersubjective, qui permet d'accéder facilement à ce type d'expérience qui est monnaie courante dans le cadre psychothérapeutique et qui hors de ce cadre peut être pratiqué dans le cadre de la formation à l'entretien d'explicitation. Ce n'est que dans un second temps, que je peux apprendre à intérioriser cette médiation, et arriver à me traiter comme un autre, pour à la fois me guider moi-même et produire une description, tout en étant attentif à la qualité de formulation de cette écriture pour qu'elle ne déborde pas les limites de la donation intuitive. - une émotion peut être vécue sans être reconnu, à des degrés divers d'ignorance comme en témoigne à la fois mon exemple mais aussi la pratique thérapeutique.

Un premier résultat apporté par l'étude de cet exemple est que la constitution d'une émotion n'a probablement pas qu'un seul mode, pas qu'un seul chemin. L'exemple que j'ai choisi de présenter me paraît exemplaire de la survenue d'une émotion forte parce que chargée d'une histoire (ce pourrait être une émotion forte au moment même parce qu'elle est tout simplement très intense : un deuil, une joie, une peur etc ...), ce type d'affection se distingue précisément par un temps de blanc ^[41], d'absence, de sidération, toute forme d'arrêt de l'activité intellectuelle, motrice et affective. Dans le cadre du séminaire de pratique phénoménologique d'autres personnes ont donné ce même type de description sans connaître la mienne. Je pourrais a contrario donner des exemples (que j'ai recueillis depuis) qui me montrent un cheminement par envahissement progressivement intensifié de l'émotion, sans aucun hiatus, sans blanc. Cependant les exemples dont je dispose sont alors tous des émotions positives : joie, plaisir, bonheur. Il est nécessaire de différencier différents parcours de constitution de l'émotion suivant peut-être le type d'émotion, mais aussi suivant l'histoire, l'horizon interne de l'appréciation qui est à la base du développement de la turbulence émotionnelle. Le point qui paraît finalement le plus invariant est celui d'une

étape d'appréciation qui est au cœur même de la réponse émotionnelle et qui viendrait s'inscrire pour une part dans les théories déjà développées qui attribuent à cette appréciation un rôle central [42]. Cette importance de l'appréciation pourrait encore donner un sens fonctionnel à l'émotion dans la mesure où indépendamment d'un fonctionnement réfléchi discursif, et même sur un mode totalement pré réfléchi et peut être encore plus inconscient (puisque le pré réfléchi a pour vocation de pouvoir devenir réfléchi) une appréciation du monde est en place qui ressemble fortement à un jugement en acte, non conceptuel. Cette appréciation, pour être efficiente dans le déclenchement du type d'émotion et de son intensité, n'a pas besoin d'être consciente, l'exemple que j'ai présenté va précisément dans le sens d'une inconscience de cette appréciation qui n'apparaît ainsi qu'indirectement par l'évidence que cette appréciation biaise le déclenchement de l'émotion. L'interprétation que j'avance est que le temps de sidération correspond au traitement inconscient du sens des implications de ce que je lisais, mais d'un sens qui n'appartenait pas directement au message lu, mais plutôt à une situation passée qui était identifiée de manière inconsciente comme semblable et devant susciter la même réponse émotionnelle. En ce sens l'appréciation est biaisée par le fait qu'elle est lue abusivement à travers le filtre d'une situation passée qui ne ressemble que superficiellement à celle qui se présente.

Un second résultat me paraît important : celui du décalage entre le vécu de l'émotion et la reconnaissance de ce vécu. Dans cet exemple, j'ai immédiatement reconnu que la turbulence qui se levait était une émotion, mais je n'ai identifié cette émotion, ses causes probables au-delà de la lecture que je faisais, et même la pleine appréciation de son intensité que beaucoup plus tard, et le processus n'est peut-être même pas achevé. Il m'est familier dans l'accompagnement psychothérapeutique d'observer qu'une personne fortement émue ne le sait pas et doit passer par tout un processus qui peut durer plusieurs mois pour apprendre à reconnaître en elle la présence d'émotions.

Comment connaît-on sa propre émotion ? La question peut paraître trop évidente, cependant je n'ai pas lu de recherches qui essaient de répondre à cette question dans une méthodologie en première personne. De plus les essais que nous avons pu faire dans le séminaire montrent que la réponse est rien moins qu'évidente. Il me semble qu'il y a là une question à ajouter à un programme de recherche phénoménologique sur le vécu émotionnel.

Pensée et émotion

Dans l'expérience proprement dite, il m'est apparu tardivement cette notation pourtant si évidente qu'elle en est transparente : je sais distinguer en moi la présence d'une émotion, je ne la confonds pas avec mes pensées, c'est qualitativement différent. Comment est-ce que je distingue les deux dans la perception immanente ?

Ce qui me vient par rapport à cette différence c'est que l'émotion n'a pas de poignées ! Je ne peux pas la saisir, la tenir, la maintenir, contrairement à la succession à l'orientation des pensées qui se laisse attraper, canaliser. L'émotion me paraît être plus glissante, plus difficile à saisir, plus

comme quelque chose qui possède une volonté (en tous les cas une dynamique propre, qui me la rend étrangère à moi-même, qui en est la source et la réception) que je peux comprimer (essayer de faire disparaître en n'en tenant pas compte, la refouler), que je peux dilater (je peux l'accueillir, m'y ouvrir, la laisser se dissiper dans et à travers mon corps (cf. Les technique d'haptonomie), que je peux amplifier (laisser se développer l'accueil d'une minuscule émotion, ou m'encourager dans une boucle dépressive), que je peux contenir à l'intérieur ou exprimer à l'extérieur, mais que je ne maîtrise pas comme je peux le faire avec des pensées, que je ne compose pas, que je n'articule pas comme les pensées, que je ne génère pas à la demande comme mes pensées, qui m'envahit contre mon désir qu'il en soit autrement, qui persiste, jusqu'à coller de manière intense et inamovible !

Dans cet exemple apparaît plusieurs types de relation entre émotion et pensée.

Dans un premier temps, avant la lecture du message, la pensée se déroule sur un fond calme d'intérêt, de plaisir épistémique à ce que je fais. L'émotion est congruente à l'activité, elle la soutient et l'accompagne.

Avec l'avènement de la turbulence, il y a d'une part une pensée qui essaie de se maintenir dans le cadre de la tâche entreprise et qui résiste à l'envahissement, elle s'accompagne d'un refus de laisser la place à ce qui tend à occuper tout l'espace intérieur. Mais en même temps, des pensées surgissent qui s'originent dans le flot émotionnel, des pensées parasites, des commentaires, des récriminations, le tout peu structuré sinon par une ligne revendicative. On a à ce moment trois entités en présence : la pensée qui tente de poursuivre la tâche et que je reconnais comme étant le prolongement du temps précédent, les pensées qui jaillissent sans contrôle ni projet du flot émotionnel, et enfin cette perturbation émotionnelle dans sa qualité propre.

Dans le temps qui suit, très rapidement se rajoute une activité cognitive supplémentaire orientée vers la régulation de cette situation, essentiellement tournée vers la conservation de la pensée tournée vers la tâche, alors qu'elle aurait pu aussi bien se tourner vers cette émotion pour l'accueillir, la reconnaître et la désamorcer dans ce qu'elle avait de biaisée. Cette activité de pensée supplémentaire contient (de contention, tout autant que de contenir) l'ensemble des entités en présence sans pour autant avoir un pouvoir mécanique d'annuler directement la turbulence. Il n'est pas sûr que cette forme d'activité de régulation cognitive soit disponible à tout coup, quelle que soit en particulier l'intensité de l'émotion.

Il y aurait sans doute d'autres rapports possibles entre pensée et émotion, mais il me semble que cela ouvre une perspective de recherche essentielle et je conclurai sur ce point. Un programme de recherche sur le vécu émotionnel ne devrait pas se cantonner à la description de l'émotion, mais plutôt s'orienter vers son interaction avec d'autres aspects et tout particulièrement ceux qui sont relatifs aux actes cognitifs . Il serait dommage de reproduire la scission en sens inverse, après avoir abstrait l'activité cognitive de son fond émotionnel, corporel, d'isoler à son tout l'émotion de son contexte fonctionnel.

Positivement, si une des hypothèses de travail est que l'émotion est reliée à « l'appréciation » de ce qui se passe, à son évaluation non réflexive, non cognitive au sens de la dimension signitive, alors il serait intéressant d'aborder le couple cognition / émotion avec des questions comme : Comment une émotion peut modifier ma pensée ? Comment peut-elle l'amplifier ? l'ouvrir ? la porter avec force et plaisir ? rendre aimable des tâches astreignantes mais qui font sens ? Et la notion de « faire sens » là, ne correspond pas seulement à un remplissement sémantique, mais surtout à la dimension de cohérence, de congruence avec mes croyances, avec mes valeurs, avec le sens de l'adéquation entre ce que je fais, ce que je projette de faire, et qui je suis, qui je me sens devenir. J'insiste d'abord sur la dimension positive, tournée vers la joie, vers le bonheur de faire ce que l'on fait, car il est tellement peu fréquent dans la littérature de recherche de mettre en évidence ce pouvoir de l'émotion qui accompagne l'activité quand elle est congruente avec ses valeurs, il a été tellement plus fréquent de valoriser l'intérêt de diverses attitudes et émotions névrotiques comme l'angoisse, la nausée, la perte du sens, l'absurde. La question générale serait alors à propos de n'importe quelle activité de n'importe quelle situation : comment est-ce que cela me touche ? qu'est-ce que cela change de reconnaître la façon que j'ai d'être touché par rapport au fait d'être absent à cette dimension d'être touché ? puis-je être dans une activité qui ne me touche pas ? ou bien quand je ne me sens pas touché ne suis-je pas tout simplement, absent, voire coupé, clivé de mon état émotionnel ?

Avec toutes ces questions, il est possible d'étudier les émotions en contexte avec les autres dimensions de mon existence : corporéité physique, énergétique, sensuelle, identité, rapport à l'autre, activité cognitive, rapport au travail avec soi et sur soi.

Références

- Albertazzi, L. M., L. Poli, R., Ed. (1996). The School of Franz Brentano. Dordrecht, Kluwer.
- Brentano, F. (1944, 1874). Psychologie d'un point de vue empirique. Paris, Aubier.
- Casey, E.-S. -. (1987). Remembering, Indiana University Press.
- Casey, E. S. (1976). Imagining a Phenomenological Study. Bloomington, Indiana University Press.
- De Bonis, M. (1996). Connaître les émotions humaines. Bruxelles, Pierre Mardaga.
- Desanti, J.-T. (1992). Réflexions sur le temps variations philosophiques 1. Paris, Grasset.
- Fink, E. (1994). Sixième méditation cartésienne. Grenoble, Millon.
- Gilson, L. (1955). La psychologie descriptive de Franz Brentano. Paris, Vrin.
- Henry, M. (1990). Phénoménologie matérielle. Paris, P.U.F.
- Husserl, E. (1950 (1913)). Idées directrices pour une phénoménologie. Paris, Gallimard.
- Husserl, E. (1991,1970). Expérience et jugement. Paris, P.U.F.
- Husserl, E. (1998, 1966). De la synthèse passive. Grenoble, Jérôme Millon.
- Ihde, D. (1976). Listening and voice : a phenomenology of sound. Athens, Ohio University Press.
- Ihde, D. (1986). Consequences of phenomenology. Albany, State University of New York.
- Ihde, D. (1986, 1977). Experimental Phenomenology. Albany, State University of New York Press.
- Ihde, D. and H. Silverman, (eds) (1985). Descriptions. Albany, State University of New York Press.
- LeDoux, J. (1996). The emotional brain : the mysterious underpinnings of emotional life. New York, Touchstone.
- Marion, J.-L. (1997). Etant donné, Presses Universitaires de France.
- Misrahi, R. (1996). La jouissance de l'être le sujet et son désir essai d'anthropologie philosophique. La Versanne, Encre Marine.

- Piaget, J. (1941). "Le mécanisme du développement mental et les lois du groupement des opérations : Esquisse d'une théorie opératoire de l'intelligence." *Archives de Psychologie* XXXVIII(112): 215-285.
- Piaget, J. (1950). *Introduction à l'épistémologie génétique Tome I: La pensée mathématique*. Paris, PUF.
- Piaget, J. (1967). *Logique et connaissance scientifique*, Pléiade.
- Piaget, J. (1974). *La prise de conscience*. Paris, P.U.F.
- Piaget, J. (1974). *Réussir et comprendre*. Paris, P.U.F.
- Richard, J.-F. (1983). *Logique du fonctionnement et logique de l'utilisation*. Le Chesnay, INRIA: 51.
- Ricoeur, P. (1950). *Philosophie de la volonté 1 Le volontaire et l'involontaire*. Paris, Aubier.
- Rogers, C. (1968). *Le développement de la personne*. Paris, Dunod.
- Sartre, J. (1986). *L'imaginaire*. Paris, Gallimard.
- Sartre, J.-P. (1975 (1938)). *Esquisse d'une théorie des émotions*. Paris, Hermann.
- Smith, E. J. (1979). *The experiencing of musical sound. Prelude to a phenomenology of music*. New York, Gordon and Breach.
- Steinbock, A. J. (1995). *Home and Beyond Generative Phenomenology after Husserl*. Evanston, Northwestern University Press.
- Vermersch, P. (1994). *L'entretien d'explicitation*. Paris, ESF.
- Vermersch, P. (1996). "Pour une psycho-phénoménologie : esquisse d'un cadre méthodologique général." *Explicititer* 13(1-11).
- Vermersch, P. (1996). "Problèmes de validation des analyses psycho-phénoménologiques." *Explicititer*(14): 1-12.
- Vermersch, P. (1998). "Introspection as practice." *Journal of Consciousness Studies*.
- Vermersch, P. (1998). "La fin du XIX siècle : introspection expérimentale et phénoménologie." *Explicititer*(26): 21-27.

[1] PierreVermersch@grex.net, site du Groupe de Recherche sur l'Explicitation : www.grex.net,

[2] Notes sur la théorie de l'émotion de Sartre

A suivre son livre au moment où il passe dans l'analyse phénoménologique (page 38), quelle est sa ligne d'argumentation. Car c'est le premier point, il a une théorie et il entend nous y conduire, nous y préparer et nous convaincre de la justesse de son point de vue, ce qui est très différent de la marche des analyses descriptives de Husserl.

Son développement commence par une reprise de la notion de conscience irréfléchie non thétique, etc. qu'il a déjà présenté dans "L'essai sur la transcendance de l'ego" ; curieusement, dans un premier temps il ne parle pas de l'émotion, mais la spécifie longuement à propos de l'agir, avec un exemple développé pour une fois avec un luxe de détail (page 40 l'exemple de ce dont je suis conscient dans l'acte d'écriture). Nous restons bien sur l'action, curieux comme préambule à l'esquisse d'une théorie des émotions ! Mais de fait l'auteur ménage ses effets et cherche à nous orienter vers sa théorie avant qu'elle soit dévoilée.

Nous ayant fort pédagogiquement convaincu de l'existence et des propriétés de la conscience irréfléchie (c'est certainement le texte le plus clair et le plus synthétique sur ce sujet), il opère un passage, entre liberté et chemins contraints, pré tracés, dans un monde difficile ! Ah ! Voilà l'enchaînement : le monde est difficile, seulement difficile, fondamentalement difficile, ... ne souriez pas, pas de joies, pas de succès, pas de plaisir ... c'est difficile. Le monde a un côté sombre et on peut sans difficulté particulière montrer que l'émotion qui au passage s'avère partager avec l'agir la dimension irréfléchie (ne confondait pas le connaître ou le reconnaître son émotion et le vivre une émotion nous rappelle l'auteur) ; au passage c'est une conscience particulière qui modifie mon rapport au monde ? Mais rappelez vous le monde est difficile : donc revenons sur l'agir, qu'est-ce qui explique, rend compte de l'émotion : un agir non effectif, un agir de substitution quand la difficulté est insurmontable dans ce monde méchant. Bref, qu'est-ce qu'un agir de substitution, non effectif (mais s'effectuant du point de vue intrinsèque et non plus comme substitution), c'est un agir magique ! Qu'est-ce qu'un agir magique ? Précisément : c'est l'émotion ! Et la cohérence des exemples va porter non plus sur l'émotion, mais sur l'agir, sur la démonstration répétée qu'il

s'agit d'un agir de comédie, un agir de substitution, bref pour tout expliquer : un agir magique !

Voyons le premier exemple qui va nous rendre le propos intelligible (p 44-45):

"Un exemple simple fera comprendre cette structure émotive : j'étends la main pour prendre une grappe de raisins. Je ne puis l'attraper, elle est hors de ma portée. Je hausse les épaules, je laisse retomber ma main, je murmure "ils sont trop verts" et je m'éloigne. Tous ces gestes, ces paroles, cette conduite ne sont point saisis pour eux-mêmes. Il s'agit d'une petite comédie que je joue sous la grappe pour conférer à travers elle aux raisins cette caractéristique "trop verts" qui peut servir de remplacement à la conduite que je ne puis tenir. Ils se présentaient d'abord comme "devant être cueillis". Mais cette qualité urgente devient bientôt insupportable parce que la potentialité ne peut être réalisée. Cette tension insupportable, à son tour, devient un motif pour saisir sur le raisin une nouvelle qualité "trop vert", qui résoudra le conflit et supprimera la tension. Seulement cette qualité je ne puis la conférer chimiquement aux raisins, je ne puis agir par les voies ordinaires sur la grappe. Alors je saisis cette âcreté du raisin trop vert à travers une conduite de dégoût. Je confère magiquement au raisin la qualité que je désire. Ici cette comédie n'est qu'à demi sincère. Mais que la situation soit plus urgente, que la conduite incantatoire soit accomplie avec sérieux : voilà l'émotion."

C'est à couper le souffle ! La tension dramatique est à son comble ... oui .. mais où est l'émotion dans cet exemple ? Comme dans tous les exemples de conduites qui ne sont pas des exemplaires auto biographique retracés précisément, il nous manque déjà plein d'information contextuelle qui donnerait sens à la situation et permettrait de comprendre l'apparition de telle ou telle émotion. Par exemple, comment s'initie la situation ? Quelle est la motivation qui me pousse ? Est-ce juste l'occasion en passant, ou bien la réponse à une demande de ma mie, ou encore le premier raisin de l'année, ou la possibilité de manger quelque chose pour la première fois depuis trois jours (vous savez comme le monde est terriblement difficile) ; car cette demande de contextualisation ne répond pas à un besoin de concrétude juste pour que je me représente mieux la situation, mais va déterminer le sens de l'échec, et donc l'émotion qui va peut-être se lever en réponse, en réaction à cet échec (puisque le scénario sartrien demande une mise en échec). C'est cette mutation de mon rapport à la situation, sur fond de besoin ou de désir et donc d'émotion déjà attachée à la visée de la grappe qui est l'émotion de la situation : pour rester dans la tonalité de l'auteur, c'est la frustration de ne pas l'atteindre, de ne pas la goûter, ou la vexation de ne pas y arriver, ou le désespoir de ne pas pouvoir me sustenter, mais c'est peut être aussi bien l'intérêt du problème posé : Ha je croyais y arriver facilement, mais non, comment vais-je m'y prendre ? Quel joli problème qui va m'occuper ces prochains jours etc ... La réaction qui suit au niveau comportemental : le fait de hausser les épaules ou de dire des paroles qui dénie l'intérêt que j'avais investi (ce qui prouve bien au passage qu'il y avait un intérêt qui n'était pas si mince que je doive manifester quelque chose à ce sujet) ne sont que des effets secondaires à la réponse émotionnelle. On le voit bien en thérapie, quand le patient dénie l'importance d'un événement dont pourtant il souhaite parler, quand il y a de tels comportements, c'est souvent lié à une difficulté à reconnaître son émotion, à la fois à accepter que je sois ému par cette chose, cette situation et aussi reconnaître au sens d'identifier ce que je ressens véritablement, c'est-à-dire identifier mon émotion : dans ce cas par exemple reconnaître : « ah oui je suis frustré », ou bien « ah oui j'étais très content de ne pas voler cette grappe ». Curieusement tout se passe comme si Sartre aimait parler des émotions, mais pas s'en occuper directement, l'agir accompagnant l'émotion lui paraît plus intéressant ; en fait, il confond systématiquement cet agir avec l'émotion, il est vrai que le comportement est plus facile à attraper que la modification qualitative de l'émotion.

Il me semble que le point clef d'une approche de l'émotion réside dans la temporalité de son apparition, de sa naissance, de son effacement, de sa modification. Il me semble que ce qu'il faudrait explorer c'est son caractère essentiellement réactionnel, l'émotion est toujours intentionnelle mais rétroactivement, elle est toujours réactionnelle à un objet. Dans le travail thérapeutique, systématiquement, dans d'innombrables méthodes très différentes on va retrouver ce dénominateur commun retrouve la racine, le point de départ de cette émotion présente, puis le point de départ d'une émotion plus ancienne mais de même goût, de même structure, puis quelque fois la racine biographique de cette empreinte dans mon histoire.

Il s'agit là aussi d'hypothèses théoriques, soutenues par des exemples de la pratique du travail sur soi, mais en tout état de cause il me semble qu'une phénoménologie de la naissance d'une émotion (de sa constitution je crois dans

vosre vocabulaire) ne serait pas du luxe et est totalement ignorée par Sartre.

Ce qui me ramène à ma diatribe méthodologique : pourquoi aucun exposé de ce séminaire, n'envisage une critique méthodologique ? Est-ce absurde pour les phénoménologues ?

[3] voir mon article sur ce sujet dans Expliciter : Vermersch, 1998.

[4] Cf. par exemple, la troisième section des Idées I (Husserl 1950 (1913)), et plus tard chez les successeurs comme Sartre dans l'introduction de l'imaginaire ou l'esquisse d'une théorie des émotions (Sartre 1975 (1938); Sartre 1986), Desanti (Desanti 1992) par exemple 105-144, Besnier B., (1993) Remarques sur les Leçons sur la conscience intime du temps de Husserl, Alter, 1, 319-356. Michel Henry (Henry 1990), Steinbock A. (Steinbock 1995) etc.

[5] in Henry op. cit. p 61.

[6] Richard (Richard 1983), Vermersch (Vermersch 1994).

[7] Ce point a été bien vu par Husserl dans sa dimension principielle § 65 dans (Husserl 1950 (1913)) aussi bien dans la section II, que dans l'étude phénoménologique de la réflexion § 77, 78 à la fois objet d'étude et instrument, ou pour les modifications attentionnelles § 92 à la fois objet d'étude privilégié et outil par excellence de la visée phénoménologique de ses saisies, de ses maintenir en prise, de ses changements de direction du regard. De fait cette conscience de la rétro référence est présente de manière ponctuelle à chaque pas de ses méditations, cf. l'exemple paradigmatique de l'organisation de l'ouvrage « Expérience et jugement »(Husserl 1991,1970).

[8] Dans un traitement plus complet de cette présentation, il faudrait adjoindre et discuter un niveau "épistémologique" à l'articulation du programme de recherche d'Husserl et de la méthodologie qu'il emploie. Puisque la cohérence de cette dernière repose sur la position épistémologique inventée par Husserl d'une Science Descriptive Eidétique, donc ni formelle puisqu'elle ne peut être exacte même si elle se veut rigoureuse, ni empirique puisqu'elle ne travaille pas avec les faits (ce dernier point est fondamental pour ne pas être confondu avec une psychologie empirique, dont Husserl souhaite à tous prix se démarquer).

[9] Cependant, il faut être attentif à différencier sous le titre général de "La Réduction", la présence d'une structure d'acte commune à toutes les réductions orientées de manière différences et dont l'énumération ci-dessous n'épuise pas la possibilité d'un nombre indéfinis de nouvelles réductions. Classiquement chez Husserl, on distingue au moins : réduction phénoménologique ou conversion réflexive ; réduction eidétique ; réduction transcendantale. Toutes présupposent l'accomplissement de la première, mais pas l'inverse : la conversion réflexive ne s'accompagne pas nécessairement d'une visée des essences, ni de prendre pour thème le transcendantal.

[10] cf. dans le § 87 des Ideen I le discours professoral normatif signalé par les "convenables", "fortifié", "courage de", "conformer fidèlement" etc: "Si l'on réussit à adopter l'attitude convenable et si on l'a fortifiée par l'exercice, si avant tout on a acquis le courage, à force de se dépouiller radicalement de tout préjugé, de se conformer fidèlement aux claires données eidétiques sans se soucier de toutes les théories courantes et factices, on doit sans tarder obtenir des résultats solides et identiques, chez tous ceux qui adoptent la même attitude : il devient sérieusement possible de transmettre à d'autres ce que l'on a vu soi-même, de contrôler leurs descriptions, de faire ressortir l'ingérence inaperçue d'intentions verbales vides, de faire apparaître, en les confrontant avec l'intuition et d'éliminer les erreurs qui peuvent se glisser même ici comme sur tous les plans où une validité est en jeu."

[11] Mais c'est une loi générale que les outils cognitifs qui sont mis en œuvre sont invisibles à celui qui les utilise (Piaget 1950), (Piaget 1941), (Piaget 1967), (Piaget 1974), (Piaget 1974) et il est plus facile d'écrire sur les résultats produits que sur les moyens qui permettent de les produire. Fink (Fink 1994) a bien repéré la difficulté liée au fait que l'opérateur est dans « l'ombresse de la pensée ». C'est tout l'intérêt du niveau d'analyse sur réflexif (Misrahi 1996) ou méta réflexif (Vermersch 1998) que de thématiser clairement la position qu'il faut adopter pour pouvoir enfin analyser la procéduralité elle-même.

[12] voir par exemple, les jolis paragraphes de Ideen I comme les § 87 " En fait, (si je peux me permettre un

jugement tiré de ma propre expérience) " ou § 90 "Le moment décisif consiste avant tout à décrire avec une fidélité absolue ce qui se présente réellement dans sa pureté phénoménologique, en se gardant de toute interprétation qui transgresserait les limites du donné. La recherche de dénominations ...".

[13] C'est tout le privilège qu'Husserl donne à la perception, comparée à l'émotion de la colère comme il le décrit (à mon avis à tort, comme je le montrerai dans la description de l'exemple de vécu émotionnel qui ne s'est pas du tout affadit ou disparu avec le temps et laisse à penser que la diminution d'une émotion lorsqu'elle est saisie par la conversion réflexive est loin d'être une loi d'essence d'un vécu émotionnel !) dans le § 70 op. cit.

[14] op. cit. p 209-430, et tout particulièrement le chapitre premier des § 63 à 75.

[15] Un travail de recensement descriptif, d'analyse et de classification de l'ensemble des exemples utilisés par Husserl dans la troisième section des Idées I est en cours (Vermersch P. et Lagier F. en préparation).

[16] Husserl Ideen I, op. cit. les paragraphes §2 et § 3.

[17] (Brentano 1944, 1874) p 49-50 et le commentaire très intéressant de (Gilson 1955) et de (Albertazzi 1996). J'ai détaillé quelques points dans Vermersch P. (1999), 2 / Husserl et la psychologie de son époque : La formation intellectuelle d'Husserl : Weierstrass, Brentano, Stumpf. *Expliciter*, 27, 20-28.

[18] Husserl op. cit. p 12 : "Sans aucun doute, l'intuition de l'essence a ceci de particulier qu'elle suppose à sa base une part importante d'intuition portant sur l'individu, à savoir qu'un individu apparaisse, qu'on en ait un aperçu; mais cette individu n'est ni saisi, ni aucunement posé comme réalité; en conséquence il est certain qu'il n'est pas d'intuition de l'essence, si le regard n'a pas libre possibilité de se tourner vers un individu "correspondant", et si on ne peut former, pour l'illustrer, une conscience d'exemple, ..."

[19] j'ai développé ce point là dans (Vermersch 1998)

[20] op. cit. § 69, p 222 par exemple : « ... il faut donc qu'on serre de plus près les cas individuels qui servent d'exemples ou qu'on en fournisse de nouveaux qui soient mieux adaptés et où les traits singuliers appréhendés dans la confusion et l'obscurité pourraient prendre du relief et accéder alors au rang des données les plus claires ». On peut trouver dans les textes plus orientés vers la description de nombreux exemples de stratégies de recherches d'Husserl orientée vers l'amélioration d'un contraste comme dans les exemples développés successivement en les modifiant dans le § 33 relatifs aux Lois de propagation de l'affection dans (Husserl 1998, 1966), mais on peut aussi trouver des exemples de manipulation des conditions d'observation comme le démontre très clairement le § 92 des Idées I relatifs aux mutations attentionnelles.

[21] op. cit. le célèbre § 70 relatif à « La position privilégiée de l'imagination libre ».

[22] "Or la présentification, par exemple l'imagination, comme nous venons de le développer, peut avoir une clarté si parfaite qu'elle rende possible une saisie et une compréhension parfaites des essences." § 70 p 224, "D'autre part, à l'exemple encore de la géométrie ... , il importe d'exercer abondamment l'imagination à atteindre la clarification parfaite exigée ici ..." § 70, p 226.

[23] (Vermersch 1994), (Vermersch 1996) et (Vermersch 1996).

[24] Séminaire expérientiel de description phénoménologique des vécus, initié dans le cadre de l'URA CNRS Langages, Cognitions, Pratiques, avec la collaboration avec N. Depraz et F. Varela, et le soutien du Groupe de Recherche sur l'Explicitation GREX qui se conduit à Paris depuis 1996.

[25] Le fait d'avoir à rendre un compte-rendu au groupe, d'échanger verbalement nos descriptions, de confronter des descriptions contradictoires assure cependant une forme de médiation intersubjective, certes beaucoup moins structuré qu'un entretien, mais pas négligeable pour autant.

[26] cf. Idées I op. cit. la comparaison entre perception externe et vécu de colère § 70 p 224 : « ... la perception

externe [] n'a pas seulement un privilège comme acte fondamental de l'expérience appliquée à constater l'existence ; ...Elle dispense sa clarté parfaite à tous les moments de l'objet qui ont réellement accédé en son sein au rang de donnée, sous le mode de l'originare. Mais elle offre en outre, éventuellement avec la collaboration de la réflexion qui fait retour sur elle, de clairs et solides exemples individuels sur lesquels peuvent s'appuyer des analyses ... La colère peut se dissiper du fait de la réflexion, ou se modifier rapidement dans son contenu. Elle n'est même pas toujours prête comme la perception à apparaître à tout moment au gré de dispositifs expérimentaux convenables. ... La perception externe par contre, qui est tellement plus accessible, ne se dissipe pas du fait de la réflexion ... et demeurer dans le cadre du donné originare sans avoir à faire d'efforts particuliers pour en instaurer la clarté. »

[27] J'ai développé longuement ce point dans le précédent article dans Alter : Vermersch, 1997.

[28] cf. Idées I op. Cit. p 226.

[29] cf. tous les matériaux et les exemples détaillés présentés lors du congrès sur le point de vue en première personne et en troisième personne dans l'étude de l'émotion (The Investigation of Conscious Emotion: Combining First Person and Third Person Methodologies ; An On-Line Conference ; University of Arizona and the Journal of Consciousness Studies ; February 22-March 5, 1999.)

[30] Vermersch 1994 op. cit. chap. 6.

[31] cf. l'analyse de ce genre de transition et de la granularité possible de la fragmentation temporelle qualitative dans le § 17 de Husserl, 1991, 1970.

[32] Je fais référence ici, à un point qui est essentiel dans toute la méthodologie phénoménologique et que je n'ai pas développé faute de place qui est le soin que l'on doit mettre à fixer des dénominations avec rigueur sans qu'interfèrent les représentations à vide cf. Idées I op. cit. le paragraphe 66 : "Expression fidèle de données claires, termes univoques". Il est vrai que c'est un thème transversal à toute l'œuvre et qui semble bien refléter sa formation initiale de mathématicien de haut niveau.

[33] cf. les conseils que Brentano donnaient déjà en 1874 à ses jeunes étudiants découragés (Brentano 1944, 1874) chapitre II page 48.

[34] (Marion 1997)

[35] Cf. le travail à paraître sur la structure de l'activité réfléchissante : Depraz N., Varela F., Vermersch P., On becoming aware.

[36] (Casey 1976; Casey 1987) par exemple, ou encore (Ihde 1976; Ihde and Silverman 1985; Ihde 1986; Ihde 1986, 1977), (Smith 1979), mais aussi le premier Sartre L'imaginaire op. cit., ou le premier Ricoeur (Ricoeur 1950).

[37] Bien souvent cette littérature tend à reproduire à l'inverse la scission que manifestaient les recherches en psychologie cognitive : alors que ces dernières excluaient de fait les vécus émotionnels de la définition de leur champ d'étude, certaines approches de l'émotion semblent avoir oubliées que toute émotion est située dans un champ d'activité, et entre autre cognitive.

[38] cf. l'œuvre du célèbre clinicien américain C. Rogers, par exemple : (Rogers 1968)

[39] La pratique psychothérapeutique émotionnelle distingue entre rage et colère, la première est une expression qui n'est pas tournée vers un objet mais qui est une expression paroxystique d'affirmation de soi et qui tourne très facilement vers une expression de type orgastique, alors que la seconde est orientée vers un objet et exprime de la violence verbale et physique. Les manifestations corporelles sont très différentes dans les deux cas.

[40] Je choisis ici de ne pas rapporter dans les détails ce que je me dis à moi-même pour tenter de désamorcer ma réaction ou tout au moins de ne pas l'amplifier.

[41] "startle reflex" référence à faire aux auteurs psychothérapeutes Gerda Boyesen, Reich, Lowen etc.

[42] cf. la présentation des théories de l'appréciation initié par Arnold, J. M. (1960). *Emotion and personality*. New York, Columbia University Press, cf. plus récemment les synthèses de (LeDoux 1996), (De Bonis 1996)