

## DOSSIER : Laisser parler

L'empathie peut être une force puissante. Ancrée au plus profond de nous, elle nous permet d'entrer en communion avec un autre humain, fût-il ennemi et enrégimenté ; les fraternisations de soldats pendant la Grande Guerre l'illustrent. Selon la plupart des récits, ce sont d'abord des chants de Noël qui font comprendre qu'en face, ce sont aussi des humains qui combattent, et qui, plus est, des humains en détresse, coupés de leur famille et victimes d'un conflit qui les dépasse. Le film Joyeux Noël du réalisateur français Christian Carion, sorti

en 2004, a bien illustré ce phénomène qui est loin d'avoir été marginal comme en témoignent, ne serait-ce que pour les forces françaises, les journaux de marche des régiments de la 70<sup>ème</sup> Division d'infanterie dans le secteur de Carency et Berthonval au nord d'Arras, de la 28<sup>ème</sup> DI secteurs de Dompierre, Foucaucourt et Fay dans la Somme, de la 53<sup>ème</sup> DI à Frise, dans la Somme, de la 52<sup>ème</sup> DI au Linguet près de Reims, de la 5<sup>ème</sup> DI, secteurs de Courcy, la Neuville et Loivre au nord de Reims et de la 24<sup>ème</sup> DI dans le secteur de Reims.

La Voix du Nord rapportait

même en 2008 l'inauguration d'une stèle commémorant le match de football entre Britanniques et Allemands du 25 décembre 1914. « D'un côté se trouvait le Royal Welsh Fusilier et de l'autre le 6<sup>e</sup> Jäger Bataillon. Les Allemands occupaient le village de Frelinghien et la... brasserie. Ils ont donc apporté des fûts de bière aux Anglais qui leur ont offert du plum pudding et des cigarettes. Un match de football a même été organisé entre les deux régiments. Puis les chants de Noël ont été interprétés en commun » Madame Pénélope Fillon, femme du Premier minis-



## er l'empathie

tre François Fillon avait été invitée, en tant que « première galloise de France », à inaugurer ce monument le 11 novembre 2008.

Les combattants se retrouvent parfois après le conflit et posent les bases d'une réconciliation en raison des souffrances endurées en commun. La BBC vient de se faire l'écho de la rencontre entre un soldat britannique, Neil Wilkinson, qui, à 22 ans, avait abattu un avion argentin et du pilote argentin, Mariano Velasco, finalement sain et sauf. Un soulagement pour l'Anglais, qui était persuadé d'avoir tué un homme, et était hanté par ce souvenir depuis. La presse britan-

nique s'était également fait l'écho en 2011 de la réconciliation personnelle entre le sergent Horacio Benitez et le lieutenant-colonel Chris Keeble. Benitez avait été soulagé de cette réconciliation car il avait gardé un souvenir traumatisant de la bataille où il avait lui-même été grièvement blessé, ayant vidé plusieurs chargeurs de mitrailleuses sur les assaillants britanniques. « Je me demandais combien de pères de famille j'avais tués, et surtout pourquoi ? »<sup>1</sup>

Mais l'empathie est aussi ce qui pousse à reconstruire. Dans l'immédiat après-guerre, Irène Laure<sup>2</sup>, ancienne résistante pleine d'une haine qui s'explique facilement quand on connaît son passé de résistante, se trouve confrontée au Centre de Rencontres d'I&C de Caux<sup>3</sup>, avec Clarita von Trott, une Allemande dont le mari a été exécuté pour avoir participé au complot contre Hitler. A partir de cette rencontre, elle ne pourra plus projeter la haine accumulée envers tous les Allemands indistinctement ; bientôt elle accédera à une nouvelle compréhension de sa vie et de son rôle.

L'empathie pousse aussi à l'indignation. C'est au fond sur un sentiment d'empathie envers « le genre humain » (selon les paroles de l'Internationale) que se fonde le socialisme. C'est un mouvement d'empathie qui pousse Zola à décrire, pour ceux qui vivent confortablement, ce qu'est la condition humaine pour ceux qui travaillent dans les mines, les usines ou les grands magasins.

Savoir canaliser cette empathie et en faire un engagement de vie, voilà quelle en serait le meilleur usage. Un bel exemple est celui de John Woolman, un quaker américain du 18<sup>ème</sup> siècle qui a laissé un journal

1. Lire l'article sur ce sujet sur le site d'I&C : <http://www.iofc.org/node/54538>

2. Irène Laure, ancienne députée, choisit dès 1947 la voie de la réconciliation franco-allemande. Plus d'infos : <http://www.iofc.org/node/25313>

3. Centre de rencontres et de conférences internationales d'I&C en Suisse.

détaillé. Il a une vingtaine d'années et travaille chez un commerçant quaker aisé. Un jour, son patron, qui était propriétaire d'une esclave noire, la vend et lui demande d'établir la facture pour l'acheteur qui est là et qui attend. « La chose était soudaine, et bien que je me sentais mal à l'aise d'établir ainsi un instrument d'esclavage à l'encontre d'un frère humain, je me souvins que j'étais employé à l'année et que c'était mon patron qui me donnait l'ordre d'agir ainsi, et que c'était un homme âgé, membre de notre communauté qui était l'acheteur ; c'est ainsi que je faiblis et que je cédaï, et que j'écrivis ce qu'on me demandait. J'en étais tellement affligé que je déclarai devant mon patron et devant l'acheteur que je pensais que l'esclavage était une pratique incompatible avec la religion chrétienne. Cela réduisit quelque peu ma gêne, mais chaque fois que je me remémore cet épisode, je pense que les choses auraient été plus claires si j'avais demandé à être excusé d'accomplir ce geste contraire à ma conscience. » Suite à cet incident, John Woolman va consacrer sa vie à convaincre tous les Quakers, au prix de longs périple à travers l'Amérique, qu'ils doivent, au nom de l'évangile, libérer leurs esclaves et s'assurer qu'ils ont tout le nécessaire pour s'établir, un message qu'on imagine difficile à faire passer tant la perte économique qu'il implique peut être importante. Il a vingt-six ans lorsqu'il commence cette action, et cinquante-deux lorsqu'il meurt de la variole, mais à sa mort, non seulement a-t-il fait libérer tous les esclaves détenus par des Quakers, mais il a donné à cette communauté une claire conscience de sa responsabilité envers la communauté noire. Les Quakers américains seront désormais toujours à la pointe du combat abolitionniste.

Et si notre rôle, en tant qu'êtres humains qui veulent voir le monde se transformer et devenir meilleur, c'était tout simplement de laisser parler l'empathie en nous et de l'encourager chez les autres ?

**Antoine Jaulmes**

## > Une nouvelle conscience pour un monde en crise<sup>1</sup>



Jeremy Rifkin, essayiste américain spécialiste de prospective économique et scientifique, conseiller de Bill Clinton et de Romano Prodi, est l'un des penseurs les plus originaux de notre époque. Ainsi, souvent à contre-courant des modes, il a mis en évidence les risques politiques et sociaux du génie génétique (en 1977), de l'abus de consommation de viande (en 1993), de l'atomisation du travail salarié traditionnel sous l'effet des nouvelles technologies (1995). Il a également annoncé le peak oil (point culminant de la consommation pétrolière mondiale), qui est à présent derrière nous. Aujourd'hui, là où d'autres ne voient que mécanismes de survie, libido, agressivité, égoïsme, Jeremy Rifkin démontre qu'il existe une composante

altruiste au cœur même de l'ADN humain et il explique comment ce « gène » peut sauver une humanité qui se débat dans des problèmes qui paraissent toujours plus inextricables : surpopulation, réchauffement climatique, dégradation voire épuisement de l'environnement, conflits armés multiples, pandémies, etc. Mieux encore, il montre que ce mouvement est déjà largement entamé et il nous invite à en prendre conscience pour mieux y participer.

Jeremy Rifkin démontre les idées qu'il avance en s'appuyant sur une abondante documentation. C'est ainsi qu'il analyse d'abord posément les bases scientifiques de cet altruisme : en psychologie, le phénomène a pour nom empathie et les neurosciences lui ont trouvé un support physique : les

sations de soldats ennemis au premier Noël de la grande guerre : comment expliquer que des soldats aient trouvé le courage de contredire leurs valeurs nationales et militaires, ainsi que la redoutable discipline militaire en temps de guerre, et qu'ils aient pris le risque personnel de s'exposer à ce qui aurait pu être

tent bon ordre, en donnant des ordres voire en bombardant les zones concernées pour mettre fin à ces épisodes ou empêcher leur répétition : cette « étrange défaillance » trouve une explication dans la vague d'empathie qui submergea notamment les Britanniques lorsqu'ils entendirent chanter par les Allemands exactement les mêmes chants de Noël que les leurs. L'empathie est présente dès la prime enfance : ainsi, à peine âgés de quelques heures, des nourrissons réagissent-ils aux pleurs d'un autre enfant et pleurent à leur tour ; c'est « la détresse empathique rudimentaire ». Mais c'est à partir de dix-huit mois à deux ans, avec la prise de conscience de leur individualité, que les enfants connaissent leurs premiers véritables élans empathiques. Le mécanisme empathique, qui permet d'activer

“ L'empathie est présente dès la prime enfance : ainsi, à peine âgés de quelques heures, des nourrissons réagissent-ils aux pleurs d'un autre enfant et pleurent à leur tour. ”

neurones miroirs (voir encadré). Pour démontrer la puissance de l'empathie, Rifkin prend comme exemple les fameuses fraterni-

un piège ? Or sur les deux tiers du front britannique et en plusieurs secteurs du front français, la trêve de Noël sera observée et les soldats ennemis s'échangeront ce qu'ils ont de meilleur (bière, cigarettes, etc.) avant que les états-majors n'y met-

1. D'après le titre du livre : Une nouvelle conscience pour un monde en crise, vers une civilisation de l'empathie, par Jeremy Rifkin, Editions LLL (Les Liens qui Libèrent), 2011.

les centres nerveux de l'action alors même qu'on n'en est que le spectateur est une ressource essentielle de l'apprentissage linguistique et moteur. C'est un moteur du psychisme humain (et également animal) qui vient compléter les mécanismes individualistes.

Rifkin s'emploie ensuite de manière un peu fastidieuse à retracer le progrès des manifestations d'empathie dans l'histoire de l'humanité : après l'apparition de lois qui donnent un statut à l'individu (le code Hammourabi en est la plus ancienne trace), après l'accès d'un nombre croissant d'humains à la lecture et à l'écriture qui permettent de se distancier et de s'auto-analyser, c'est la grande poussée d'empathie du Christianisme primitif puis de l'humanisme du 16<sup>ème</sup>

siècle. La philosophie des Lumières marque un tournant, développant l'idée que l'être humain est avant tout doué de raison, qu'il peut prendre en main son propre destin et conduire l'humanité vers la sécurité et le bonheur grâce au progrès technique et économique, une voie qui créera comme on le sait une certaine confusion entre la richesse et le bonheur, ou entre avoir et être. L'égoïsme inscrit dans le patrimoine génétique humain, mis en évidence par le darwinisme puis par la psychologie et la psychanalyse, est même crédité d'une valeur totalement positive grâce à la malheureuse théorie de la main invisible d'Adam Smith. A y regarder de plus près, on peut y voir la légitimation un peu trop rapide pour être honnête d'un principe utilitariste : il

est bon de maximiser la création de valeur même si certains êtres humains doivent en souffrir gravement, du moment que le niveau moyen s'élève.

Moralement contestable dès l'origine, cette doctrine qui a sous-tendu le libéralisme économique du 19<sup>ème</sup> et du 20<sup>ème</sup> siècle avec son cortège d'abus et de guerres coloniales, devient totalement inadaptée au 21<sup>ème</sup> siècle. Si dans la droite ligne du libéralisme du 19<sup>ème</sup> siècle, chaque nation, chaque entreprise, chaque acteur ne s'attache qu'à la sauvegarde de ses intérêts directs, alors on obtient la conférence de Copenhague de 2009 : un désastre qui en appelle d'autres. Comment dans ces conditions créer une économie à caractère durable ?

## Qu'est-ce que l'empathie ?

L'empathie est une réalité scientifique dont Frédérique de Vignemont, docteur en philosophie et spécialiste du sujet, propose une définition très précise<sup>1</sup> : j'éprouve de l'empathie pour vous à quatre conditions :

- a) j'éprouve de l'émotion (il ne s'agit pas d'une simple compréhension intellectuelle),
- b) cette émotion est similaire à la vôtre, sinon ce ne serait que de la sympathie (par exemple, vous êtes jaloux et j'en suis triste pour vous),
- c) cette émotion est induite par la vôtre (si nous partageons la même admiration devant une œuvre d'art, ce serait une coïncidence et non de l'empathie),
- d) je vous attribue l'émotion initiale que je ressens également (si je me contente de ressentir, c'est de la contagion émotionnelle, assez égoïste, alors que l'empathie est tournée vers l'autre).

Des recherches récentes utilisant l'imagerie IRM ont permis d'associer observation psychologique et observation directe du cerveau, en particulier dans le cas de situations accidentelles douloureuses : on observe que les circuits neuronaux impliqués dans la douleur physique de la victime s'activent également chez un observateur. Ce mécanisme de résonance entre autrui et soi est en place dès la naissance et joue un rôle crucial dans le

développement de l'empathie et du raisonnement moral, en nous permettant de partager la détresse des autres et de déclencher une inhibition des comportements agressifs. Dans le cas de la douleur, il nous permet d'apprendre à éviter les actions associées à cette douleur<sup>2</sup>.

Le psychologue et éthologue Frans de Waal a montré que de nombreux animaux éprouvent de l'empathie<sup>3</sup> et que, si le combat pour la vie est souvent mis en exergue pour expliquer l'éthologie, il apparaît aussi chez les animaux des comportements de solidarité qui semblent mettre en jeu l'empathie. Pour une large part, ces comportements reposeraient sur des « neurones miroirs » qui ont la propriété de s'activer aussi bien lorsqu'un individu exécute une action que lorsqu'il l'observe exécutée par un autre individu (en particulier par un individu de sa propre espèce). Ces neurones miroirs joueraient un rôle essentiel dans l'empathie mais aussi dans l'apprentissage par imitation, y compris chez oiseaux qui apprendraient à chanter ainsi. En raison des comportements altruistes associés à l'empathie, le professeur en neurobiologie Vilayanur S. Ramachandran, appelle les neurones miroirs « neurones empathiques » ou « neurones de Gandhi » !

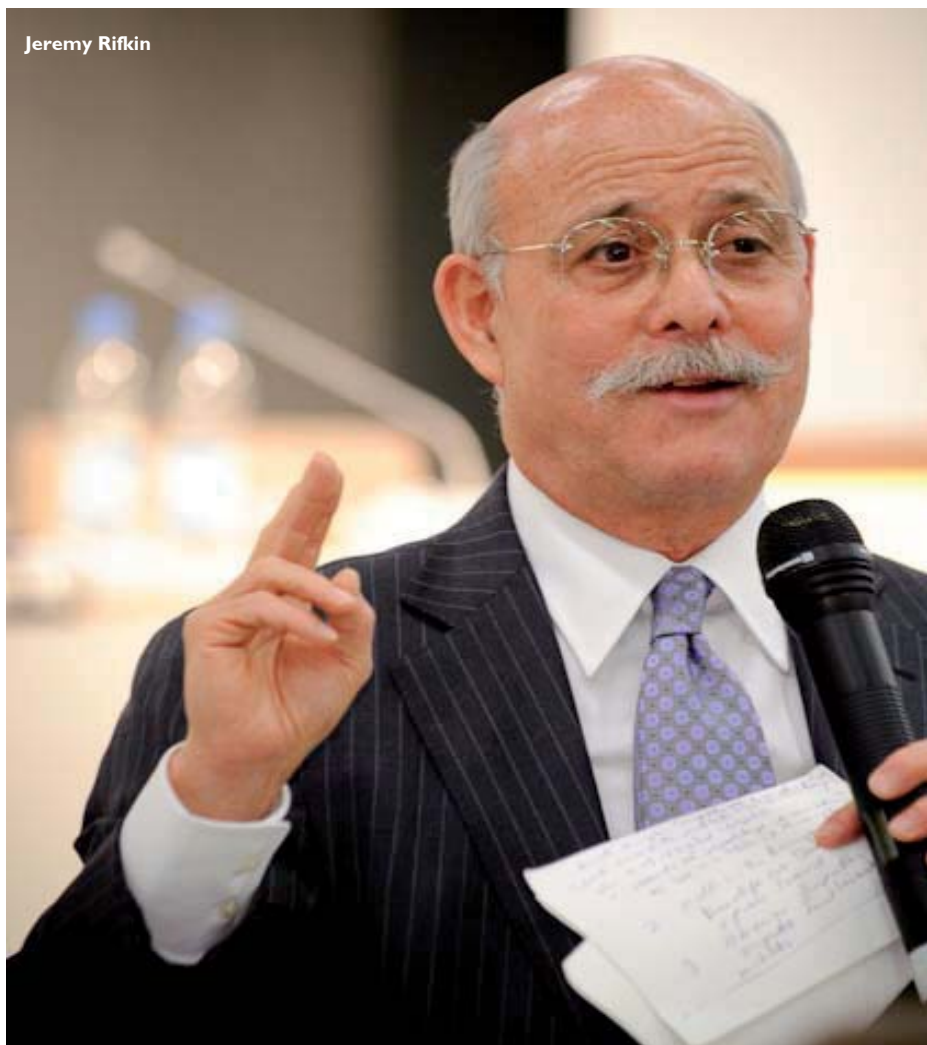
2. Source Wikipedia.

3. Dans un livre intitulé « L'âge de l'empathie, leçons de la nature pour une société solidaire », Editions Les Liens qui libèrent, 2010.

1. Journal des psychologues, avril 2011.

Mais l'empathie a conquis ses lettres de noblesse depuis quelques décennies. Jeremy Rifkin la voit à l'œuvre dans le succès des Groupes des Alcooliques Anonymes, un mouvement qui n'est pas sorti de la réflexion théorique des psychologues mais d'une rencontre, en 1935, entre deux personnes dans le cadre de réunions des Groupes d'Oxford<sup>2</sup> : l'un, Bill Wilson, était un agent de change new-yorkais en convalescence de son alcoolisme, l'autre, Bob Smith, était un chirurgien en pleine dérive alcoolique ; l'un convainquit l'autre qu'il était en proie non à une faiblesse de caractère mais à une maladie dont on pouvait guérir et ils eurent l'idée de créer des groupes de parole sur le modèle de ce que faisaient les Groupes d'Oxford. Pour Rifkin, le ressort central du succès des Alcooliques Anonymes - deux millions de membres en 1955 - est le lien empathique entre alcooliques actifs et alcooliques convalescents. Cela pousse les grands psychologues du moment, Carl Rogers, John Rawlings et William Sargant aux Etats-Unis et Eric Trist en Grande-Bretagne, à se lancer dans ce qui commence à s'appeler les thérapies de groupe. Aujourd'hui les groupes d'entraide sont partout et traitent tous les sujets ; on estime que 7% des adultes américains et près de 5% des adultes allemands font partie de tels groupes ; des dizaines de millions

Jeremy Rifkin



Aujourd'hui l'humanité est en train d'accéder à un niveau d'empathie globale inégalée sur fond de mondialisation technique et économique : 3 200 milliards de dollars s'échangent chaque jour électroniquement sur les marchés de capitaux, chaque jour 49 900 avions transportent des personnes

a été largement mise en évidence par le mode de propagation de la crise financière à travers le monde ou par le retard de livraisons des voitures en Amérique et en Europe suite au tsunami japonais ; des virus comme ceux de la grippe aviaire ou de la grippe porcine font le tour de la terre en quelques semaines ; quant au tourisme, souvent international, il représenterait 10% du PIB mondial et 8,3% de l'emploi. La mondialisation des informations et des émotions accompagne cette mondialisation économique : ainsi les obsèques de la princesse Diana ont été suivies en direct par deux milliards et demi de personnes ; très nombreux ont été ceux qui ont dit s'identifier à Diana et à ses souffrances personnelles ; 40% de l'humanité s'est ainsi trouvé réuni dans le chagrin et l'empathie pour la princesse. Les tsunamis de 2004 qui ont détruit des zones côtières

“ Pour Rifkin, le ressort central du succès des Alcooliques Anonymes - deux millions de membres en 1955 - est le lien empathique entre alcooliques actifs et alcooliques convalescents.

de personnes sont donc passées par un groupe d'entraide dans ces pays.

2. Les Groupes d'Oxford sont un mouvement précurseur d'Initiatives et Changement, qui connut une vaste expansion avant la 2<sup>ème</sup> guerre mondiale.

ou des marchandises à travers le monde, 2 500 satellites tournent autour de la terre et transmettent des informations à quelque quatre milliards d'êtres humains ; la dépendance économique mondiale



te au profit de celles de la qualité de la vie et de l'expression personnelle, ce basculement ayant eu lieu en moins de quarante ans (1971-2005). Ces études, et bien d'autres, indiquent une poussée rapide vers plus de compréhension des autres cultures et d'empathie à l'échelle mondiale. Pouvons-nous mettre cette ressource empathique au service d'une nouvelle éthique qui mette au premier plan les relations humaines qui forment le ciment de la vie sur notre planète ? Saurons-nous apporter le soutien nécessaire au passage d'une géopolitique faite d'égoïsmes nationaux et d'utilitarisme pour aller vers la nécessaire « conscience biosphérique » accompagnée de nouveaux modes de gouvernance ? Ce n'est pas certain car l'élan empathique est souvent censuré par d'autres réflexes lorsque notre sécurité est remise en cause - nécessité fait loi. Ainsi que l'écrit Jeremy Rifkin, « la prédisposition empathique qui est innée dans notre biologie n'est pas un mécanisme à toute épreuve nous permettant de perfectionner notre humanité. C'est plutôt une possibilité de lier toute l'espèce humaine en une seule famille étendue mais il faut l'entretenir en permanence. »

en Asie et en Afrique ont été filmés et partagés sur Internet par des centaines de personnes qui ont recueilli des centaines de milliers de visites en quelques jours, alimentant la vague de solidarité en faveur des victimes. Cette fois la prophétie du sociologue canadien Marshall McLuhan est bien devenue réalité : les réseaux de communication (téléphone, médias électroniques) structurent désormais un « village global » : nous sommes connectés en permanence aux autres ; le tissu électronique mondial « extériorise » notre système nerveux, déploie nos capteurs sensoriels, nos capacités d'écoute tout autour du monde.

Si les pays développés sont de moins en moins religieux, les enquêtes sociologiques montrent simultanément une désaffection de la majorité de l'opinion envers les valeurs du matérialisme rationalis-

ges pour faire comprendre la fragilité de cette biosphère dont nous dépendons, mais aussi des activités à caractère plus psychologique. Une expérience très intéressante déjà réalisée dans ce domaine l'a été par une éducatrice canadienne qui a développé une formation intitulée « les racines de l'empathie », qui a été étendue à tout le Canada et à certains états américains ; durant ce programme, une mère et son bébé, âgé d'environ cinq mois au début de l'année, interviennent à plusieurs reprises dans une classe de primaire ou de collège au cours de l'année scolaire. Les élèves sont interrogés sur ce que peut ressentir le bébé et développent une relation d'empathie pour le bébé et sa maman.

Il serait intéressant de poursuivre cette liste. Education à la paix, dialogue interculturel, souci de l'agriculture, les programmes d'I&C auraient toute leur place dans un programme d'éducation à la biosphère. Sans doute un ou deux autres modules pourraient-ils être ajoutés pour traiter la question de manière complète : apprendre à vivre de manière écologiquement soutenable, s'entraider dans l'engagement social et humain... Avec ces outils, I&C qui est le lointain

“ Les réseaux de communication structurent désormais un « village global » : nous sommes connectés en permanence aux autres ; le tissu électronique mondial « extériorise » notre système nerveux, déploie nos capteurs sensoriels, nos capacités d'écoute tout autour du monde.

Pour cela Jeremy Rifkin formule plusieurs propositions, dont je retiens notamment « l'éducation à la biosphère », un programme conçu pour « aider les jeunes à développer dans leur psychisme personnel un sens encore plus fort de l'interconnectivité et à la responsabilité sociale », cela pouvant impliquer des activités en plein air et des sta-

successeur des Groupes d'Oxford doit pouvoir contribuer puissamment à la construction d'une nouvelle conscience empathique pour ce monde en crise.

**Antoine Jaulmes**