

# L'empathie ou comprendre l'Autre en restant Soi.

mars 2017

Pr Roger GIL

Directeur de l'Espace de Réflexion Ethique Régional

Qui ne proclame aujourd'hui la nécessité de l'empathie comme fondement de la relation Soi-Autruï, et de manière plus générale des relations interhumaines ? Ce terme a trouvé un écho bien au-delà du monde de la santé. Devient-elle alors une recette permettant de repérer et de tempérer une position dominante à l'égard d'autrui ? Trop utiliser ce terme ne conduit-il pas à son affadissement, à la proposition de recettes comportementales dont le sens profond échappe au profit d'une posture de surface ? Être empathique, est-ce seulement être gentil ? Est-ce être juste ? L'empathie est-elle une vertu ? Est-elle innée ou acquise ? Peut-on apprendre à être empathique ?

Dans empathie, il y a d'abord le terme grec *pathos* qui renvoie à la passion, au sens de ce que l'on éprouve, que l'on subit, que l'on supporte et qui en quelque sorte s'impose à nous, déséquilibre notre état antérieur<sup>1</sup>, occupe notre champ de conscience et notre chair au sens de « corps vivant », de « corps vécu »<sup>2</sup>. L'empathie est donc étymologiquement un ressenti qui est précédé du préfixe *en*, qui veut dire *dedans*. S'agit-il du dedans de nous, de ce que l'on éprouve au-dedans de nous ? Il y aurait là une redondance. Le dedans vise en fait Autrui ; le ressenti est un ressenti qui permet de faire incursion dans le ressenti d'Autrui. Ce mouvement suppose donc dans le domaine de ce qui est éprouvé une identification avec ce que ressent Autrui mais aussi une distinction Soi-Autruï, c'est-à-dire la capacité d'attribuer à Autrui le ressenti que nous ressentons<sup>3</sup>. Voir Autrui souffrir nous fait souffrir de sa souffrance<sup>4</sup> qui n'existe en nous que parce qu'elle existe en lui, ce qui implique cette distanciation nécessaire à l'action et pose alors la question de savoir : que puis-je faire face à cette souffrance ? C'est là sans doute que l'on peut percevoir ce qui distingue l'empathie de la sympathie : la sympathie est bien elle aussi un ressenti, mais un ressenti dont on qualifie seulement la synchronie avec le ressenti d'Autrui. Ressentir « avec » renvoie à la simultanéité, au parallélisme, sans que ne soit appelé ce mouvement d'immersion dans Autrui destiné à établir la congruence, la cohérence du ressenti en sus de sa simultanéité. La sympathie se suffirait de pouvoir sourire à quelqu'un qui sourit, l'empathie appelle à sourire pour vivre le sens qu'a ce sourire d'Autrui à mon égard.

Le premier mouvement de l'empathie, le plus ancien dans la phylogénèse, c'est-à-dire dans l'histoire du vivant tiendrait aux neurones miroirs qui nous permettent de pouvoir reproduire l'action qu'Autrui présente à notre vue : c'est ainsi que le bébé sourit au sourire de sa mère qui se penche vers lui. Il s'agit bien d'une action que le sourire, faite de mouvements de la bouche et du visage mais d'une action qui renvoie à un *pathos*, au sens d'une émotion éprouvée. Les neurones miroirs n'ouvrent pas à une gesticulation passive mais à des actions témoignant d'émotions ressenties et qui vont ensuite se conscientiser. C'est en quelque sorte en découvrant Autrui que l'être humain se découvre lui-même. Mais l'empathie ne trouve son accomplissement que si,

---

<sup>1</sup> Cicéron dans *Les Tusculanes*, proposa de qualifier les passions de *perturbatio(nes)* : CICÉRON, *Tusculanes* Tome II, trad. J. HUMBERT, Collection des universités de France n° 65, Paris, France, Les Belles Lettres, 1931. III, IV, 7, p. 6.

<sup>2</sup> Mon moi est cet homme, cette femme de chair qui « agit et pâtit dans le monde extérieur » : Edmund Husserl, *Méditations cartésiennes: introduction à la phénoménologie*, trad. par Emmanuel Levinas et Gabrielle Peiffer (Paris: J. Vrin, 1947). Cinquième méditation, p. 81.

<sup>3</sup> Cristina Gonzalez-Lienres, Simone G. Shamay-Tsoory, et Martin Brüne, « Towards a neuroscience of empathy: Ontogeny, phylogeny, brain mechanisms, context and psychopathology », *Neuroscience & Biobehavioral Reviews* 37, n° 8 (septembre 2013): 1537- 48, <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2013.05.001>.

<sup>4</sup> Cette assertion ne procède pas que de « bonnes intentions » éthiques : il a pu être montré par des techniques d'imagerie fonctionnelle cérébrale que percevoir chez Autrui des douleurs active des régions du cerveau impliquées dans la perception de ses propres expériences douloureuses. Voir par exemple : Philip L. Jackson, Andrew N. Meltzoff, et Jean Decety, « How Do We Perceive the Pain of Others? A Window into the Neural Processes Involved in Empathy », *NeuroImage* 24, n° 3 (1 février 2005): 771- 79, <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2004.09.006>.

dépassant cette manière de connaître Autrui, elle aboutit à pouvoir se mettre à la place d'Autrui, à sortir de soi pour voir le monde dans la perspective de l'Autre. S'extraire de soi tout en restant soi<sup>5</sup> mais en prenant fictivement la place d'Autrui est ainsi la clé de la compréhension d'Autrui. Tel est le corrélat éthique de l'empathie. Et c'est alors que tous les éléments sont réunis pour dépasser le ressenti et déployer à l'égard d'Autrui les actions correspondant à ses besoins et à ses attentes. Non pas ce que je veux pour lui mais ce qu'il veut pour lui dans la mesure où je peux le lui apporter. Et c'est ainsi que l'empathie éprouve aussi les limites de mes actions à l'égard d'Autrui. On comprend dès lors, dans le monde de la santé, le rôle de l'empathie dans l'accompagnement. Etre l'Autre pour le comprendre tout en restant Soi. Et peut alors surgir en écho le dialogue de Tarrou et du Dr Rieux luttant ensemble pour accompagner les victimes de l'épidémie de Peste qui décima selon Albert Camus les habitants d'Oran :

*Un reflet du ciel éclairait leurs visages. Rieux eut soudain un rire d'amitié : -Allons, Tarrou, dit-il, qu'est-ce qui vous pousse à vous occuper de cela ? - Je ne sais pas. Ma morale peut-être. - Et laquelle ? - La compréhension<sup>6</sup>.*

Mais ce qui vaut dans les relations de soins et d'accompagnement doit aussi prévaloir dans les relations sociétales tout particulièrement au cours de ces quelques mois de débats publics préluant à une révision de la législation sur la bioéthique. Ce temps de débats ne devrait pas être celui de l'affrontement de certitudes, de pétitions voire même de propositions précipitées de lois qui devraient attendre le temps politique qui se déploiera à partir de l'été prochain. Les débats publics dans ce temps de respiration éthique doivent privilégier l'écoute mutuelle de citoyens mus par une empathie compréhensive. Arrivera-t-on sur tel ou tel sujet à un consensus apaisé ? Le chemin est encore loin sans doute. Mais à tout le moins une démocratie pluraliste devrait d'abord passer par le constat serein de ses dissensus, animée par la détermination à préserver le bien le plus précieux : le vivre ensemble, dans une société qui se pense et invite à penser.

---

<sup>5</sup> Jean Decety, « Naturaliser l'empathie », *L'Encéphale* 28 (2002): 9-20.

<sup>6</sup> Albert Camus, *La Peste*, in *Théâtre, Récits, Nouvelles*, Paris, Gallimard, 1962, Bibliothèque de la Pléiade, p. 1323.