

# Eduquer les émotions ?

PAR PASCAL DAVID

*Pascal David, professeur de philosophie au lycée de Mornant, réfléchit sur la manière dont l'école peut favoriser l'éducation non seulement de l'intelligence et de la capacité à raisonner, mais aussi des émotions. Comment aider l'adolescent, envahi par ses pulsions, ses émotions et son désir, pour lui permettre de vivre une vie avec les autres qui aura du sens ?*

« L'enfant n'est pas seulement un être à qui on a à fourrer dans la tête des notions de différentes choses mais il a un caractère à former et il a un cœur. »  
Paul Claudel

L'enfant, l'adolescent, l'élève que nous avons face à nous, au retour des « grandes vacances », à ce moment où l'année *commence*, est comme ce *tohu bohu* du début de la *Genèse* : « La terre était informe et vide et la ténèbre recouvrait un abysse ». Une terre chaotique, un gouffre d'émotions. Le récit de la *Genèse* raconte comment Dieu, par sa parole, vient mettre de l'ordre dans ce *tohu bohu* initial : séparation de la lumière et des ténèbres et succession ordonnée des jours, séparation du ciel et de la terre et séparation de la mer et de la terre ferme afin d'offrir un lieu habitable où la vie puisse s'épanouir. Créer, dans la Bible, c'est séparer, mettre de l'ordre, ouvrir un passage.

Il m'apparaît que ce récit fonctionne aussi comme une métaphore de l'éducation. Eduquer, en effet, c'est mettre de l'ordre – par la parole, par la voix, par l'esprit qui, comme celui de Dieu qui crée, « se meut au-dessus des eaux » : ces élèves qui chahutent avant que le cours ne commence – et permettre que soit *habitable* une humanité initialement désordonnée, envahie par le désordre pulsionnel qui définit l'adolescence, afin qu'un chemin puisse s'ouvrir devant et pour ces jeunes qui nous sont confiés.

C'est en lui donnant les connaissances nécessaires que l'enfant va pouvoir se repérer dans le monde qu'il est appelé à habiter : accéder à l'abstraction et acquérir le maniement de la langue, structurer son esprit par l'apprentissage de la rigueur du raisonnement, s'inscrire dans une histoire et une société. Toutefois, il demeure une dimension de la vie de l'élève qui me semble souvent laissée en friche : l'émotion, les émotions. Or, l'école n'est pas seulement le lieu où l'élève éduque son intelligence en acquérant des connaissances et en apprenant à se repérer dans les textes, les documents et les informations qui sont à sa disposition, mais l'école devrait être aussi le lieu où s'éduquent les émotions. Cette question de l'éducation des émotions est difficile et je vais simplement essayer de dire pourquoi elle est décisive et comment j'essaie de m'y prendre, dans le cadre du cours de culture religieuse, en classe de Première. Ce que je voudrais faire, dans ces lignes, c'est moins apporter des réponses que poser une question à discuter.

## L'humain et son désir

A partir de l'adolescence, l'éducation des émotions échappe, pour l'essentiel, à la sphère familiale. L'adolescent ne parle pas, ou très peu, par exemple, de ses désirs et de sa sexualité avec ses parents. La communication et la transmission ne se font pas d'une génération à l'autre. L'adolescent découvre la sexualité par ses camarades, et assez souvent par Internet et la pornographie. Aucun cours, dans le cursus scolaire, n'aborde de manière concrète et *pratique*, la question du désir et des émotions. Il y a bien des cours sur la sexualité humaine, en sciences de la vie et de la terre, et des cours sur ce qu'est le désir, en philosophie, mais ces disciplines forment, encore une fois, l'intelligence de l'élève et ne s'adressent pas à ses émotions.

Comment entretenir une relation avec quelqu'un qui soit épanouissante en humanité pour l'un et pour l'autre ? Comment apprendre à faire place, au cœur de mes émotions, aux émotions de l'autre ? Avec quels mots dire la violence du désir, la peur de l'abandon, le besoin de consolation ? Comment faire des événements de ma vie passée une histoire sensée qui ouvre sur un avenir ? Comment développer une capacité à imaginer des récits possibles qui me permettent d'habiter le monde avec les autres ?

La *capacité* que visent ces questions doit faire l'objet d'une *éducation*. Or, il me semble que l'école, du moins le secondaire, ne prend pas assez en charge de telles questions. Certes, l'école apprend aux élèves à raisonner, forme à l'esprit critique, mais laisse le plus souvent les *émotions* des adolescents à l'état sauvage.

Il se trouve que depuis trois ans, j'assure le cours de culture religieuse, pour les élèves des deux classes de Première, au lycée de Mornant. Une heure toutes les deux semaines. La formation que je donne prend appui sur le texte de la Bible. Il s'agit d'abord de donner aux élèves les références nécessaires pour comprendre un texte qui a structuré une part essentielle de la civilisation européenne. Il s'agit, surtout, de donner aux élèves le goût de la Bible, de leurs montrer que la Bible ne parle pas de choses qui se seraient passées il y a très longtemps, mais que c'est d'eux, de nous dont la Bible parle.

Nous ouvrons la Bible à la première page (*Genèse 1-3*) ; et nous rencontrons le récit de la création : « Adam et Eve ». Ce dont parle ce texte, ce n'est pas de l'histoire anecdotique de monsieur Adam et de madame Eve dans un verger au moment où les pommes sont mûres (!), mais ce dont parle ce texte, c'est bien de l'humain (*adam*) et de son désir, de l'interdit qui empêche de mettre la main sur l'autre pour le ramener à soi et s'en nourrir (psychologiquement, affectivement, sexuellement), ce qui conduit à la mort (non pas que Dieu punirait, mais parce que ce qui a lieu alors est *mortifère*), de l'interdit, c'est-à-dire de la limite qui structure le désir et ouvre un espace pour la rencontre, le don, la parole. Car c'est « *vivre* » dont il est question dans toute la Bible, et c'est pourquoi la nourriture et le repas en est le thème principal, depuis le fruit de l'arbre du jardin jusqu'à la Cène. Manger pour absorber et détruire (la nourriture métaphore de l'autre homme) ? ou bien accueillir l'autre pour un repas partagé ? Comment vivre son désir et faire une place à l'autre ? Qu'est-ce qu'un homme ? et qu'est-ce qu'une femme ?

C'est encore de la vie dont il est question dans le récit dit « du passage de la mer rouge » (*Exode 14*). Ces deux parois d'eau qui s'écartent pour laisser passer un peuple – ou un homme, une femme – d'un lieu clos où il est en sécurité mais esclave (l'Égypte de Pharaon) vers un lieu de liberté mais de tous les dangers, le lieu de la rencontre de l'autre (le

désert) : une naissance. Naître : *passer* entre deux parois humides d'un lieu clos vers un lieu où la vie va pouvoir se déployer. Naître : *quitter* le foyer familial pour aller ailleurs, là où la vie appelle. Nous nous déchiffrons et nous comprenons dans le miroir du texte biblique.

Après les premiers chapitres de la *Genèse* et le chapitre 14 du livre de l'*Exode*, nous nous tournons vers le livre des psaumes. Le psaume permet de mettre des mots sur les *émotions* et de les adresser, de les exprimer, de les extérioriser : la peur, la joie, la haine, le désir de vengeance, la gratitude, le désir d'être aimé, l'angoisse, la confiance. Les psaumes sont énoncés à la première personne et chacun peut être ce « je » qui adresse le psaume.

Les élèves reçoivent très bien, il me semble, cet enseignement et réussissent bien l'interrogation écrite qui suit, bien qu'elle ne compte pour rien dans leur « moyenne ». A certains cours, je demande aux élèves de me poser des questions par écrit et de manière anonyme. Beaucoup de questions (outre celles sur la vie dominicaine de leur professeur) portent sur la sexualité et la vie affective. C'est l'occasion de reprendre ce qui a été dit sur les textes bibliques en montrant la pertinence pour discerner ce que nous voulons faire et ne pas faire (et ce que nous faisons sans vouloir le faire).

## La voix des psaumes

Mais tout cela demeure théorique. Encore une fois, de l'information est transmise, peut-être même que des préjugés sur la Bible tombent, qu'une transformation du point de vue – sur la manière de se comporter et sur ce qui fait *vivre* – s'opère. Mais qu'en est-il de l'éducation, en profondeur, des émotions ? M'est venue alors une idée : faire travailler les élèves sur les psaumes. Les psaumes de la Bible comme moyen d'éducation des émotions. Permettre aux élèves de *dire* les psaumes à haute voix et de se les *adresser* les uns aux autres. Pour cela, il fallait une traduction française qui permette un tel travail, une traduction à la fois savoureuse dans la langue employée, qui permette l'identification et faite pour être dite à haute voix : les *Psaumes* (éd. Gallimard) de Paul Claudel.

Ces cours se déroulent en deux temps : d'abord, je travaille avec les élèves (quatre ou cinq heures au second trimestre), puis un comédien (Stéphane Daclon) est invité pour passer une demi-journée avec chaque classe pour, dans un premier temps, pendant une quarantaine de minutes, interpréter un spectacle composé de psaumes de Claudel, qui met en scène un homme qui souffre et qui, par la parole, se relève et trouve un chemin pour vivre ; dans un second temps, travailler avec les élèves sur la diction des textes, sur la manière de faire vivre une parole, de la goûter et de l'adresser à quelqu'un (extraits) :

*Seigneur, ma force n'est plus et je suis en présence de Votre indignation !*

*Mais c'est Votre guérison que j'ai besoin, ma construction est tout entière ébranlée !*

*Retourne-Toi, tends-moi la main ! Je n'attends mon salut que de Ta bonté.*

*Je pleure à chaudes larmes, je suis labouré de remords ! Je sanglote à plat ventre sur mon matelas ! Mon cœur est sens dessus dessous, ma force a fui je ne sais où, et mes yeux ne me servent plus à rien.*

*Mes amis et mes proches, tous ne font qu'un contre moi ! plus près de moi, ils se rapprochent et de plus près ils en sont loin ! J'ai ressenti leur affection comme une violence que l'on veut faire à mon âme. Paroles vaines qui essayent de tirer de moi ce qu'il y a de pire !*

*Viens, ô mon Dieu, que je te parle à l'oreille : il n'y a que Ton oreille, ô mon Dieu, qui soit capable de me regarder.*

*Au-dessous de tout cela en moi, Tu vois bien qu'il y a quelque chose de saint : quelque chose de tout petit, ô mon Dieu, qui Te regarde et qui a foi.*

*Ecoute ! quelque chose vers Toi nuit et jour en moi qui ne cesse de pousser des cris ! quelque chose vers Toi de pas fort qui essaye de se lever !*

*Apprends à mes lèvres le goût plus que toutes vies de ces trois mots : Il m'aime !*

*Que faire de cette invasion de la Grâce ? mon âme est comme une femme qui bat des mains et qui pousse des cris ! J'étais mort, et tout à coup, cette main à moi tendue, c'est le matin !*

*Devant tout ce ciel plein d'étoiles à étreindre, ce vivant équilibre dans la nuit que Tu consolides, j'ai agrandi mes yeux à la dimension de mes bras.*

*Ce chemin du bien jusqu'à Toi, que je le sente fortement sous mes pieds.*

*Courage donc, en avant ! le moment est venu d'être un homme !*

Avec un peu de surprise la première fois, je constate que les élèves sont réceptifs à un tel travail. Bien sûr, cela change des cours « habituels », mais s'exposer devant les autres pour dire des versets de psaume, qui plus est en étant interrompu sans cesse par le professeur qui demande plusieurs fois de recommencer parce que ce n'est « pas assez *nourri* d'émotion, pas assez vécu, pas assez adressé, pas assez goûté, que cela manque d'*expression* du désespoir, de la sensualité ou de l'étonnement », cela ne va pas de soi ! Il faut qu'une certaine confiance s'installe et que la classe soit « tenue » (que le silence soit total) pour demander aux élèves de s'installer où ils veulent dans l'espace de la salle de cours, dans la position qu'ils veulent (debout, assis sur une chaise ou sur le sol, accroupi) et dire des mots ou des versets de psaumes, à tour de rôle, en choisissant ce qui dans le psaume exprime le mieux leurs émotions, en s'écoutant les uns les autres. Nous nous mettons ainsi à l'*écoute* du texte biblique et de ce qu'il peut nous dire de nous-mêmes.

C'est pour moi une conviction : c'est le texte – les grands textes de notre patrimoine littéraire et singulièrement, donc, les psaumes de la Bible – passant par la voix et *s'incarnant*, qui permet l'éducation des émotions. Les mots ainsi donnés à l'élève lui permettant de s'interpréter lui-même, de mettre à distance ses émotions et, peu à peu, de les éduquer. Les *mots* ouvrant le champ des possibles et donnant le monde. Les *mots* pour se dire et s'adresser. Les *mots* pour s'aimer (si tant est que faire l'amour, cela passe d'abord par une parole adressée). Contre la violence des images, le goût des mots. Contre la pornographie, une érotique du texte, de la parole, de la voix.

## **Former l'humain**

Voulons-nous former des « machines efficaces », ou bien « des citoyens complets capables de penser par eux-mêmes, de critiquer la tradition et de comprendre ce que signifient les souffrances et les succès d'autrui » ? demande la philosophe américaine Martha Nussbaum dans un essai très stimulant paru en 2010 et traduit en français sous le titre *Les émotions démocratiques* (éd. Climats). Se plier aux exigences de la rentabilité et du profit, lorsqu'il s'agit d'éducation et d'enseignement, passer par pertes et profits la littérature, l'histoire, l'art, la philosophie (ce qu'on appelait autrefois les humanités), c'est

saper les bases sur lesquelles reposent notre régime démocratique. Ce n'est pas essentiellement sur de grands idéaux (liberté, égalité, ...) que se fonde la démocratie, mais sur des « émotions démocratiques ». Par exemple, l'empathie comme capacité à voir les choses du point de vue de l'autre : « Car la démocratie est construite sur le respect et l'attention, et ces qualités dépendent à leur tour de la capacité de voir les autres comme des êtres humains et non comme de simples objets ».

Martha Nussbaum nomme « imagination narrative » la capacité à imaginer ce que cela peut faire d'être à la place d'un autre et à interpréter l'histoire, les émotions et les désirs d'un autre. Cette *capacité* essentielle s'éduque et se développe. La capacité à faire attention à l'autre suppose, en premier lieu, la reconnaissance de sa propre vulnérabilité. Il faut être capable de reconnaître le monde comme un endroit où l'on n'est pas seul avec ses désirs, où d'autres personnes ont leur vie propre, leurs propres besoins et désirs et mènent une vie qui doit avoir du sens pour elles.

La proposition que je fais – passer par la diction à voix haute et ensemble des *Psaumes* de Claudel – permet de promouvoir une telle *capacité* dans le cadre de l'enseignement secondaire. Il ne s'agit pas d'un cours de « morale » – un enseignement magistral de plus (les psaumes se préoccupant moins de « la morale » que de vivre) et il ne s'agit pas non plus d'une proposition qui ne concernerait que les élèves qui se disent chrétiens : c'est bien de « la Bible » dont je parle, et non des « Saintes Ecritures », et c'est un fait que tous les psaumes de la Bible ont été écrits avant Jésus-Christ et ses apôtres ! Il s'agit d'éduquer les émotions et d'apprendre, peut-être, *à vivre*.

Pascal David, op,  
Professeur de philosophie  
Lycée Saint-Thomas-d'Aquin (Oullins, Rhône)