

**Ilaria GASPARI**  
**PETIT MANUEL PHILOSOPHIQUE**  
**À L'INTENTION DES GRAND ÉMOTIFS**  
**Traduction Romane Lafore**  
**PUF, Paris, 2022<sup>1</sup>**

Pourquoi ne pas avoir gardé le titre italien (*Vita segreta delle emozioni : la vie secrète des émotions*), plus conforme au contenu ? Un manuel suppose un mode d'emploi. Et pourquoi passer des émotions aux émotifs, en plus supposés « grands » ? Passons ! On sait que les éditeurs n'ont qu'un souci : déclencher l'acte d'achat, et donc de cibler une certaine clientèle. Les émotions sont à la mode, surtout la colère semble-t-il<sup>2</sup>, il doit donc être supposé qu'il y a des émotifs à la recherche de recettes.

Rien d'un manuel donc. Plutôt une suite de méditations philosophico-poétiques appuyées sur des souvenirs d'enfance. Et sur une succession de thèmes plus affectifs qu'émotifs au sens strict. Il ne s'agit pas ici d'évoquer les émotions « de base », « universelles » (peur-joie-colère-tristesse-surprise-dégoût) mais des ressentis plus complexes : regret, remords, angoisse, compassion, antipathie, la colère quand même mais aussi l'envie, la jalousie, et un trio de queue essentiel : émerveillement, bonheur, gratitude. Tous ces sentiments forment ainsi la table des matières qui seront explorées.

A chaque fois, une expérience personnelle introduit le sujet, et le passage par l'enfance est indispensable. N'est-ce pas l'âge où l'on ressent avant de penser, où la sensibilité est plus développée que le vocabulaire, et où la question philosophique fondamentale, celle du sens, se pose en permanence ? Ilaria Gaspari rend compte aussi du travail du temps et des développements qu'il impose à cette expérience toujours vivante puisque toujours retravaillée, avec l'aide de philosophes et de poètes inspirants. Les références à la culture italienne prennent ici en défaut le lecteur étroitement francophone que je suis, rappelant une fois encore à quel point toute « culture » est partielle et qu'elle se développe sur fond d'ignorance.

Cette promenade dans son passé éclaire ses souvenirs, nécessairement différents de ceux du lecteur. Quelque chose revient souvent, qui n'a pas été gratifié d'un chapitre, et qui pourtant fait une apparition dans bien des passages : la honte. Celle éprouvée à propos d'une émotion qui fait que non seulement on tente de la cacher aux autres, mais aussi à soi-même. Toutes les émotions ainsi ne sont pas si expressives que ça, et si, fidèles à leur étymologie, elles nous obligent à bouger, c'est surtout des mécanismes de défense qui sont mobilisés pour les contrôler, les nier, les faire apparaître, ou disparaître ! Et le plus simple est encore de leur substituer une émotion plus présentable. C'est que les analystes transactionnels appellent, d'une manière que je trouve péjorative et moralisatrice, des « sentiments rackets ». Ce n'est d'ailleurs pas tant une substitution que la mise en avant d'une facette de la complexité émotionnelle qui ne peut être réduite à « une » unique émotion. La frustration est toujours accompagnée de colère et de tristesse, de ressentiment et de honte, d'impuissance et de rage, de désir et de perte d'estime... Face à cette complexité, et avec l'aide de l'éducation et de la pression sociale, notre besoin de reconnaissance peut suivre bien des expressions différentes, en fonction en particulier des contextes dans lesquels nous nous développons.

Personnellement, j'ai trouvé au cœur de ses réflexions sur l'envie en particulier, de quoi alimenter un travail personnel, et ouvrir des portes qui me semblaient fermées jusqu'ici malgré bien des auto-hypothétisations peu convaincantes. Rien que pour cela, ma gratitude va à notre philosophe. En retour, je lui offrirais volontiers mes idées sur les trois logiques de l'échange qui pourraient peut-être l'aider à ne pas confondre la gratitude du don reçu pleinement (c'est-à-dire la dette positive que cela engendre) et la dette négative, soupçonneuse, inquiète, comptable du donnant-donnant se faisant passer pour un don. Mais, pas plus que je ne parle italien, Ilaria Gaspari ne lit-elle, peut-être, le français !

---

<sup>1</sup> Que j'ai lu sur la recommandation amicale de Nathalie B. Qu'elle en soit remerciée.

<sup>2</sup> Je voulais dans cette note signaler quelques livres récemment parus sur ce sujet, mais il y en a tant que j'y ai renoncé...