

# **Le self**

---

Normalité et pathologie



LILIANN MANNING

# Le self

---

Normalité et pathologie

**ARMAND COLIN**

## Collection U

Illustration de couverture : © Fotolia

Le pictogramme qui figure ci-contre mérite une explication. Son objet est d'alerter le lecteur sur la menace que représente pour l'avenir de l'écrit, particulièrement dans le domaine de l'édition technique et universitaire, le développement massif du photocopillage.

Le Code de la propriété intellectuelle du 1<sup>er</sup> juillet 1992 interdit en effet expressément la photocopie à usage collectif sans autorisation des ayants droit. Or, cette pratique s'est généralisée dans les établissements

d'enseignement supérieur, provoquant une baisse brutale des achats de livres et de revues, au point que la possibilité même pour

les auteurs de créer des œuvres nouvelles et de les faire éditer correctement est aujourd'hui menacée. Nous rappelons donc que toute reproduction, partielle ou totale, de la présente publication est interdite sans autorisation de l'auteur, de son éditeur ou du

Centre français d'exploitation du droit de copie (CFC, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris).



© Armand Colin, 2016  
Armand Colin est une marque de Dunod Éditeur,  
11 rue Paul Bert 92240 Malakoff  
ISBN : 978-2-200-60167-6  
[www.armand-colin.com](http://www.armand-colin.com)

Le Code de la propriété intellectuelle n'autorisant, aux termes de l'article L. 122-5, 2° et 3° a), d'une part, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, « toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite » (art. L. 122-4).

Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

*A mis cinco alegres torbellinos*



*« Le plus grand des dangers, la perte du self, peut survenir le plus discrètement du monde, comme si de rien n'était. Aucune autre perte ne se produit si discrètement ; la perte d'un bras, d'une jambe, de cinq dollars, d'une épouse, etc., serait certainement remarquée<sup>1</sup>. »*

Kierkegaard, 1941 (p. 32).

---

1. "The greatest hazard of all, losing one's self, can occur very quietly in the world, as if it was nothing at all. No other loss can occur so quietly; any other loss – an arm, a leg, five dollars, a wife etc. – is sure to be noticed."





# Remerciements

Je tiens à exprimer ma profonde gratitude à Pascal Normandin, Patrice de Crémiers et Anne-Emmanuel Castillan pour avoir lu et relu le manuscrit, et pour leurs commentaires toujours justes et enrichissants sur tous les sujets traités dans ce livre.

Je remercie également le professeur Jean-Marie Danion et le docteur Fabrice Berna pour avoir accueilli, tout au long de l'année académique 2013-2014, mes séminaires sur le self, au sein de l'Unité 1114, Clinique psychiatrique, Hôpital civil de Strasbourg.

Mes remerciements aussi au docteur Anne Giersch, directrice de l'Unité 1114, Clinique psychiatrique, Hôpital civil de Strasbourg, qui a rendu possible mes déplacements au Royaume-Uni pour approfondir ma formation dans la méthode qualitative développée dans cet ouvrage.

Je voudrais également mentionner ici les étudiants de la promotion 2014-2015 du master de neuropsychologie cognitive clinique de l'université de Strasbourg. Leur intérêt et leurs questions ont alimenté ma réflexion et m'ont incitée à approfondir différentes facettes du self.

Merci à Stanislas pour les innombrables discussions sur le self, à travers les années et par-delà les océans ! Merci enfin, à Fabien d'avoir éveillé à nouveau mon intérêt pour les voies et les voix philosophiques.



# Avant-propos

L'étude du self (« sens du self » ou « identité de soi ») a deux caractéristiques fondamentales : elle est au cœur de la cognition humaine et elle implique l'approche phénoménologique. En effet, concernant la première particularité, la tentative pour comprendre le self dans la normalité et dans la pathologie implique, entre autres, la recherche sur la mémoire autobiographique, la projection dans le futur ou le sens subjectif du temps, pour ne mentionner que les exemples les plus fréquemment analysés dans la littérature des (neuro)sciences cognitives. Quant au second attribut, les fondements mêmes de la phénoménologie se rapportent à l'étude de l'expérience subjective, comme tentative d'appréhender l'expérience vécue par l'autre (Gallagher et Zahavi, 2012). Les deux caractéristiques sont illustrées dans les modèles théoriques tendant à expliquer les rôles, les relations et les types de self. Ces modèles cognitifs ont suivi la division initiale de William James (1890) entre le « *I-Self* » et le « *Me-Self* ». Le premier est phénoménologique : *quel est mon vécu* ; le deuxième est plus proche du self comme concept sur lequel on peut avoir une opinion : *quel type de personne je suis*. Sur cette base, deux objectifs ont été principalement mis en avant dans la littérature cognitive et phénoménologique sur le self. Tout d'abord, la distinction entre le self « minimal », appelé aussi « corporel », et le self « narratif ». Le premier correspond à la description de Gallagher (2000), qui souligne le fait que, quand bien même le self serait dépourvu de tous ses traits non essentiels, l'intuition de l'existence d'un « quelque chose » basique, immédiat et primitif que nous appelons volontiers « self », subsisterait. Il s'agit du self qui est ancré dans le schéma corporel comme pouvoir d'action : *je suis l'agent de mes actions*. Quant au self narratif, il émerge de la considération de l'être humain comme un être de langage, donc enraciné dans la narration ou « narrative » de soi, un conteur de sa propre histoire et de l'histoire d'autrui.

Le deuxième objectif que l'on trouve souvent dans les textes sur le self est celui de répondre aux questions concernant le sens de la continuité

personnelle et le sens de la continuité temporelle. Le sens de la continuité personnelle fait référence au sentiment d'être soi-même malgré les différentes facettes du self (par exemple, soi-même comme père, comme journaliste, comme quelqu'un d'anxieux...). La continuité dans le temps, quant à elle, est le constat que malgré le passage inéluctable du temps qui est, par excellence, un facteur de changement, le sens du self reste parfaitement unitaire (par exemple, soi-même à 5 ans, mais aussi à 20 ans et soi-même aujourd'hui).

Différentes facettes du self se voient perturbées dans la pathologie, de façon dissemblable selon que l'affection est neurologique ou psychiatrique. Dans les deux cas de figure, la nécessité de « dresser un état des lieux » sur le self devient de plus en plus fréquemment mentionnée dans les travaux cliniques à vocation thérapeutique, qui traitent, en conséquence, la personne plutôt que le symptôme.

Avant d'aborder plus directement les objectifs et le plan de ce livre, un éclaircissement sur la terminologie est nécessaire. Le terme « self » et les expressions « sens du self » et « identité de soi » sont utilisés de manière interchangeable et sans distinction sémantique particulière pour l'un ou l'autre de ces termes au sein de la littérature neuroscientifique (Addis et Tippett, 2004 ; Prebble *et al.*, 2013). L'absence de distinction sémantique entre ces différents termes semble être imputable, au moins en partie, aux racines étymologiques. En effet, l'identité de soi et le sens de soi ou sens du self (self : soi-même) ont la même étymologie latine (*identitas*, qui dérive à son tour de *idem*). La raison pour avoir choisi « self » et « sens du self » dans ce livre, sauf dans les cas où il faut respecter le terme employé par l'un ou l'autre auteur dont l'œuvre est citée en référence, est le constat de l'utilisation exclusive du terme self pour certains aspects importants tels que le « self minimal ». Par ailleurs, les mots « soi » et « identité », les termes « moi », « ego » et « personnalité » sont sous-entendus dans le vocable « self », vocable qui a été admis par l'Académie de la langue française (Bernard, 1994)<sup>1</sup>.

Le présent ouvrage a comme point de départ les grandes lignes mentionnées plus haut, d'où émerge la définition du sens du self comme un ensemble de processus neurocognitifs permettant les sentiments

1. « Même les hommes de science qui parlent français trop souvent introduisent dans leur texte des termes anglais. (...). Parfois avec succès. Ainsi prospective qui a fini par entrer dans la langue française, lobby que l'Académie a admis dans le dictionnaire, self qui, selon Valéry, n'a pas d'équivalent français. »

de cohérence, individualité et unité qui nous définissent comme personnes. Sur ces bases, la contribution spécifique de ce livre est d'aborder les deux questions suivantes :

1) quelles peuvent être les conséquences sur le sens du self d'une lésion cérébrale qui survient chez l'adulte, et quelles sont celles qui sont le résultat d'un neuro-développement anormal, sans lésion cérébrale acquise ;

2) dans les deux cas de figure, quelles sont les facettes du self qui sont compromises, et quelles interventions semblent possibles, sachant que ces conditions cliniques ont un impact cognitif, émotionnel et comportemental.

Concernant les méthodes d'étude du self qui ouvrent la voie aux possibles interventions cliniques, le présent ouvrage est entièrement novateur dans la mesure où il développe une approche phénoménologique non seulement théorique mais surtout appliquée.

Afin de pouvoir aborder avec suffisamment de clarté les commentaires sur le self dans la pathologie, il est nécessaire d'aborder le self dans la normalité. L'étude du self normal est réalisée dans le cadre de travail offert par les (neuro)sciences cognitives. Les résultats des recherches montrent les progrès remarquables réalisés dans la compréhension du fonctionnement cérébral sous-tendant divers aspects de la cognition humaine. Ces résultats supposent un défi qui n'a pas de précédent comparable dans l'histoire des sciences, et qui implique directement la compréhension de qui nous sommes. En 2002, un congrès international organisé par l'Académie des Sciences de New York réunissait, pour la première fois, des neuroscientifiques, des psychologues, des philosophes et des anthropologues pour traiter la question suivante : dans quelle mesure le sens du self peut-il être exprimé et discuté en termes de neurosciences (Editorial Team, 2002). Depuis ce congrès jusqu'à maintenant, on a découvert de manière encore plus claire la complexité de l'étude du self, complexité qui nous met face à la difficulté (voire pour le moment, à l'impossibilité) de comprendre le self uniquement à partir des neurosciences. Ce constat est de plus en plus admis (Gallagher, 2013 ; Klein, 2014 ; Prebble *et al.*, 2013 ; Thompson, 2015), car non seulement il n'existe pas un « questionnaire central » dans le cerveau, mais l'étude des processus qui sous-tendent le sens du self s'avère beaucoup plus compliquée et plus délicate que ce que l'on imaginait. De plus, le problème semble aller au-delà de

la localisation des structures cérébrales associées au sens du self. En effet, même si ces structures ou plus exactement, ces multiples réseaux neuronaux sont détectés prochainement, que pourrons-nous tirer comme conclusions sur le sens du self à partir de la localisation des soubassements neuronaux ? (Klein, 2014). Si les neurosciences s'avèrent limitées dans leurs possibilités d'explication du sens du self, alors quelles questions devons-nous poser pour avancer, sans pour autant nous éloigner de la voie des neurosciences ? Probablement, les questions pertinentes se trouvent dans l'interaction des neurosciences cognitives avec l'approche phénoménologique (e.g. Damasio, 2003 ; Gallagher, 2000 ; 2013 ; Gallagher et Varela, 2013 ; Leary & Tangney, 2012 ; Legrand, 2007 ; Prebble *et al.*, 2013 ; Sass et Parnas, 2003 ; Singer, 1995 ; Varela, 1996 ; 1999).

S'agissant à présent de la perspective clinique du livre, son point de départ est plus concret. Le clinicien doit essayer d'inclure dans ses considérations et ses conclusions sur la mémoire autobiographique déficitaire, la compréhension (ou tentative de compréhension) des conséquences que ce déficit mnésique a sur le sens du self. À partir de ce simple constat, une profusion d'articles et quelques nouveaux modèles théoriques ont vu le jour. Le point central de toutes ces recherches et modèles est de savoir si la condition neurologique qui provoque la perte ou l'altération des souvenirs personnels, qui sont le socle de l'identité de soi dans le temps, provoque la « disparition » du self. Par ailleurs, dans le contexte de troubles psychiatriques, la question posée est « en miroir », à savoir déterminer dans quelle mesure le sens du self, qui a pu se voir perturbé au cours de son développement, détermine ou influence la formation déficitaire des souvenirs autobiographiques. Ces considérations qui semblent abstraites de prime abord, deviennent des questions concrètes dès que l'on tente d'apporter des réponses sur les possibles raisons des résultats aux tests, du comportement, de l'émotion et des entretiens des patients. En effet, à partir des bases théoriques décrites, il est nécessaire de se pencher sur les aspects pratiques, au moyen de certaines méthodes d'évaluation du sens du self, afin de pouvoir proposer des interventions tendant à maintenir et, dans certains cas, essayer même d'améliorer le sens du self chez les patients souffrant de troubles neurologiques et psychiatriques.

Compte tenu des objectifs énoncés, la composition du livre est la suivante : le premier chapitre synthétise les fondements philosophiques du sens du self, fondements sélectionnés sur la base de leur applicabilité à la clinique. Plus précisément, il s'agit de la philosophie phénoménologique

à travers plusieurs ouvrages récents. Dans ce même chapitre, figure un résumé des fondements psychologiques du self, dans la perspective du retentissement de l'œuvre de William James (1890) sur les concepts actuels du sens du self.

Le chapitre 2 développe les interactions entre la phénoménologie et les (neuro)sciences cognitives à travers l'aperçu de la « neurophénoménologie » proposée par Varela (1996 ; 1999) et, notamment, à travers le concept de self minimal ou self corporel. À partir de la conception de l'être humain comme un « être d'action », le self corporel est abordé en suivant Gallagher (2013), qui redéfinit l'image du corps et le schéma corporel et propose l'étude du sens de l'agentivité et du sens de l'ownership. La description des troubles de chacun de ces concepts est illustrée par une perspective clinique chez certains patients neurologiques. Mais, le sens de l'ownership chez le sujet sain est également décrit, grâce au modèle de Tsakiris (2010), basé sur le paradigme de « la main en caoutchouc ». Suivent des considérations concernant l'action volontaire et le rôle du mouvement dans la formation de la sphère mentale, dès la naissance. Enfin, étroitement lié au concept de self corporel, est abordé celui de la temporalité phénoménologique.

Si le chapitre 2 traite du self corporel, le chapitre 3 se centre sur l'être humain comme conteur de son histoire et de l'histoire des autres. Ce chapitre développe le self narratif d'un point de vue général, en s'appuyant sur les analyses thématique (e.g. McAdams et McClean, 2013) et structurelle (Baeger et McAdam, 1999), et à partir de la perspective phénoménologique (Gallagher, 2003 b). Ces différents points de vue sont complétés par les lignes générales de la théorie dialogique à partir de ses origines, mais aussi dans son versant clinique développé, par exemple, par Lysaker et Lysaker (2009).

Les relations entre le sens du self et la mémoire autobiographique sont abordées au chapitre 4. Les commentaires sur le thème marquant dans l'étude de la mémoire humaine dans les années 1970, grâce à l'œuvre de Tulving (1972) et sur son modèle (e.g. Tulving, 1983 ; 2001 ; 2005), sont suivis d'une discussion sur la théorie proposée par Conway (Conway et Pleydell-Pearce, 2000 ; Conway, 2005), complémentaire de celle de Tulving. Nous voyons ensuite comment ces deux grands modèles de la mémoire autobiographique impliquant le self ont été synthétisés par Prebble *et al.* (2013) dans une efficace tentative pour offrir un cadre de travail scientifique à la recherche sur le sens du self. À partir du self considéré comme un phénomène dynamique, le chapitre 4 inclut aussi

des commentaires sur les liens entre le self conceptuel et la projection mentale dans le futur. Enfin, les deux dernières sections de ce chapitre se centrent sur la recherche du self dans les cas d'amnésie, au moyen d'une série de cas neurologiques, qui montrent que le self ne « disparaît » pas au rythme de l'effacement de souvenirs. Dans cette perspective, on développe la contribution de Klein et ses collaborateurs (e.g. Klein et Loftus, 1993 ; Klein et Lax, 2010), qui ont été les premiers à proposer l'existence d'un sous-système sémantique concernant nos propres traits de personnalité.

La perspective clinique ne s'interrompt plus jusqu'à la fin du livre. Ainsi, dans le chapitre 5, nous introduisons l'analyse phénoménologique interprétative de Smith *et al.* (2009) et nous voyons les bases de ce type d'analyse, avec son utilité pour étudier le self en clinique neurologique. Certaines recherches appliquant cette méthode qualitative à la maladie d'Alzheimer et à la sclérose en plaques sont amplement commentées.

Dans le dernier chapitre, après des données quantitatives sur la schizophrénie, on résume certains travaux sur le self chez le patient schizophrène, du point de vue de la phénoménologie. Les contributions des auteurs très impliqués dans la recherche qualitative sur cette maladie psychiatrique comme Gallagher (e.g. 2000 ; 2013), Sass et Parnas (e.g. 2003) et Lysaker et Lysaker (e.g. 2009) sont développées.

Enfin, compte tenu du fait que l'étude du sens du self est essentielle pour la compréhension de la cognition humaine normale et pathologique, les conclusions générales soulignent les avantages de l'introduction de l'approche phénoménologique pour mieux cerner cette étude, ainsi que leur signification.



## Chapitre 1

# Antécédents philosophiques et fondements psychologiques de l'étude du self

*« L'une des valeurs de la philosophie est, tout au long de son histoire, d'avoir préfiguré la science. En retour, je le crois, la science gagne à reconnaître cet effort. »*

Damasio, 2003, p. 22.

## Introduction

La personne qui reçoit la consigne de se décrire elle-même, ne nécessite pas plus que quelques secondes pour commencer à répondre avec clarté, assurance et conviction. En revanche, si elle doit nous informer de ce sur quoi se basent ses réponses ou d'où vient ce sentiment d'unicité quand elle pense à elle-même et communique sur qui elle est, ses réponses deviennent très hésitantes. Il n'est facile ni de décrire le self, ni d'en trouver une définition consensuelle. À titre d'exemple, concernant la deuxième difficulté, Klein (2012 ; 2014) signale qu'entre les années 1970 et 2000, plus de 5 000 définitions du self ont été répertoriées, sans qu'à ce jour, selon Klein, aucun consensus n'ait été trouvé.

Ce contraste entre l'aisance pour décrire qui nous sommes, toujours accompagnée d'un sentiment de confiance indiscutable, et la difficulté de définir le self, a été à l'origine de plusieurs tentatives de renoncement à chercher une définition consensuelle, en invoquant qu'il n'est pas

nécessaire de définir quelque chose que nous connaissons et partageons tous, sans besoin d'explication. Cependant, il convient, sans aucune prétention d'accord général, de proposer une définition pour poser les bases de ce qui est étudié à partir de ce premier chapitre et tout au long de ce livre. Dans ce contexte, le choix de la définition est guidé par son utilisation au sein des modèles neuropsychologiques qui analysent ensemble le self et la mémoire de soi, ou plus précisément, les interactions entre le self et la mémoire de soi. Le sens du self est conceptualisé comme un ensemble de processus mentaux qui sous-tendent nos sentiments de singularité, cohérence, individualité et unité, et qui nous définissent comme des êtres humains uniques. Ces processus mentaux dépendent de l'activité des sous-bassements neuronaux qui peuvent être relativement localisés, et dont un aspect essentiel est leur formation grâce à *l'interaction* avec le monde et autrui (Damasio, 1999 ; 2003 ; Harré, 1998 ; Prebble *et al.*, 2013).

Comment étudier le self ? La réponse à cette question ou au moins, une tentative de réponse, se trouve dans l'ensemble du livre. Mais commençons par le commencement : le présent chapitre a pour objectif de tracer les grandes lignes des fondements qui sont à l'origine de l'étude du self. Un éclaircissement sur ces fondements est ici nécessaire : ces bases théoriques ont été sélectionnées en raison de la pertinence qu'elles présentent vis-à-vis, soit de l'introduction de la phénoménologie dans la clinique neurologique et psychiatrique, soit de leur appartenance à l'approche neuropsychologique. À partir de ces deux cadres d'étude, nous verrons dans ce chapitre, tout d'abord, quels sont les auteurs appartenant au courant de la philosophie phénoménologique qui ont, par leurs points de vue sur la cognition humaine (même si à leur époque le terme « cognition » n'existait pas), contribué à étudier le self. Dans cette première section, après un mot sur Spinoza et sur Locke, nous résumons les points principaux de la contribution du fondateur de la phénoménologie, Husserl, et de celles des trois phénoménologues qui sont considérés comme les plus importants, Heidegger, Merleau-Ponty et Sartre. Tous ces philosophes nous ont légué des œuvres d'une ampleur et d'une profondeur incontestées. Cependant, seule une fraction de leur travail est mentionnée dans les pages qui suivent en raison du but général du livre. Plus concrètement, en nous référant à leur travail, nous nous proposons uniquement de répondre à la question concernant la manière dont ils ont contribué à l'émergence de l'étude du self dans la perspective psychologique. Le paragraphe suivant aborde l'aboutissement de ces contributions, à savoir la psychologie phénoménologique, avec des

philosophes actuels (notamment, Gallagher et Zahavi, 2012), à qui nous devons des concepts fondamentaux pour l'étude du self dans l'approche clinique. Dans la section qui suit, nous rentrons dans le domaine de la psychologie « pure », ce qui nous oblige à retourner au XIX<sup>e</sup> siècle, avec *Les Principes de psychologie* de James (1890). Commenter l'œuvre de James, ne nous fait pas seulement interrompre le fil chronologique établi dans la perspective philosophique, mais ses écrits nous situent de plain-pied, et à double titre, dans l'avenir de l'étude du self. En effet, nous verrons qu'il est à l'origine des deux concepts qui représentent les deux lignes fondatrices de l'étude de la cognition humaine, le sens du self et la capacité d'anticipation, qui constituent dans son œuvre la notion de « selfs potentiels », devenant celle de « selfs possibles » chez Markus et Nurius (1986) et plus tard, celle du « *Working Self* » de Conway et Pleydell-Pearce (2000) et de Conway (2005). Il est intéressant de constater que la contribution de James n'est pas seulement l'origine de l'étude de la dimension du futur comme inéluctablement liée au self, mais qu'elle contient aussi, très probablement, les bases du décodage futur pour mieux comprendre qui nous sommes, et ce, aussi bien dans la normalité que dans la pathologie (Gallagher, 2013 ; Gallagher et Varela, 2013 ; Thompson, 2015).

## 1. Antécédents philosophiques de l'étude du self

Spinoza et Locke, tous deux nés en 1632, soit trois siècles avant la publication fondatrice de la phénoménologie par Husserl, sont mentionnés dans cette section qui aborde les antécédents de la psychologie phénoménologique. Les raisons se trouvent dans les liens que certaines parties essentielles de leur œuvre ont avec l'étude du self. Ainsi, Spinoza a ouvert des voies de réflexion sur le centre même du psychisme humain et Locke a énoncé sans ambiguïté que l'identité de soi *est* la mémoire autobiographique.

### 1.1. Un mot sur Spinoza en guise d'introduction à la réflexion philosophique

L'enthousiasme que suscite l'œuvre de Baruch Spinoza (1632-1677) et tout particulièrement, *L'Éthique* tant chez le philosophe que chez le non-spécialiste, est bien connu. Il semble que chacun y trouve des échos

de modernité grâce à l'impression, très probablement fautive aux yeux du professionnel de la philosophie, de découvrir des liens avec tel ou tel autre texte actuel. Les paragraphes qui suivent illustrent cette impression. Exception faite des citations de Damasio, ces paragraphes ont été écrits, en toute lucidité, en cédant à une interprétation subjective et en « tombant » dans l'erreur de décontextualisation des écrits de Spinoza, justement dénoncée par Misrahi (2005).

Les liens surprenants entre la philosophie de Spinoza et la psychologie ou la neurobiologie modernes ont fait l'objet du livre de Damasio *Spinoza avait raison* (2003). Nous reviendrons sur cette œuvre, mais il est tout d'abord utile de faire référence à certains passages de *L'Éthique* de Spinoza<sup>1</sup>, et en particulier, au concept de persévérance, concept qui semble nous conduire à « l'essentiel de son être ».

L'idée spinoziste selon laquelle « *chaque chose, autant qu'il est en elle, s'efforce de persévérer dans son être* » (III, 6<sup>2</sup>) n'est pas considérée par son auteur comme un état, mais comme un acte et c'est cet acte qu'il dénomme *conatus*. Le terme *conatus* (du latin *conor*) est traduit, le plus souvent, par effort, volonté, appétit, et par l'action de combattre. Ainsi, le *conatus* n'est rien d'autre que l'essence de la chose et donc l'effort de persévérer (ou de se battre pour persévérer) en ce qui est l'essentiel de son être. C'est cette idée que Spinoza situe au centre de l'existence. Le *conatus* en tant que dynamisme existentiel repose sur le Désir<sup>3</sup> ou dit d'une autre manière, c'est le Désir qui exprime en chacun de nous l'essence actuelle de l'effort de persévérer dans notre être. Le Désir est vu comme puissance d'exister en cherchant sa joie (III, 11). L'accomplissement de l'effort de vivre est réalisé en tant que poursuite dynamique de la joie, et la satisfaction intellectuelle viendra, justement, de persévérer dans la joie. Le lecteur aura reconnu dans ces dernières phrases étonnantes, la source d'inspiration du livre, étonnant lui aussi, de Damasio mentionné plus haut : « *Obscurément, Spinoza, à travers la lentille de ses formules dépouillées et dépourvues de sensiblerie, semble être tombé sur une architecture de la régulation de la vie qui va dans des directions que William James, Claude Bernard et Sigmund Freud ont poursuivies deux*

1. Toutes les références de *L'Éthique* sont tirées de la version traduite, notée et commentée par R. Misrahi, 2005.

2. Le chiffre romain correspond à la section et le chiffre arabe à la proposition de *L'Éthique*, sachant que dans une même proposition il peut figurer différentes sections, soit une démonstration, soit un corollaire, soit une scolie, non spécifiés dans le texte.

3. Ce terme est écrit avec une majuscule par l'auteur. La définition de ce concept est la suivante : « le Désir est l'appétit avec la conscience de lui-même » (III, 9).