

# Éloge de la nostalgie

Mémoire de maîtrise  
en philosophie  
avec spécialisation  
en philosophie contemporaine

Présenté en août 2022  
sous la direction des professeurs  
Julien Deonna et Fabrice Teroni

À celles et ceux  
dont je sais  
que je serai  
nostalgique  
un jour

## Table des matières

|   |    |
|---|----|
| Table des matières .....                              | 3  |
| 0. Introduction .....                                 | 7  |
| 1. Cadre théorique : émotions, normes et récits ..... | 8  |
| 1.1. Émotions .....                                   | 9  |
| 1.1.1. Épisodes et dispositions .....                 | 9  |
| 1.1.2. Phénoménologie .....                           | 10 |
| 1.1.3. Intentionnalité et mode d'évaluation .....     | 13 |
| 1.1.4. Valeurs .....                                  | 15 |
| 1.1.5. Rapport au comportement .....                  | 16 |
| 1.1.6. Valence .....                                  | 17 |
| 1.2. Normes et émotions .....                         | 18 |
| 1.2.1. Normes représentationnelles .....              | 19 |
| 1.2.2. Normes morales .....                           | 23 |
| 1.2.3. Normes prudentielles .....                     | 25 |
| 1.2.4. Correction et justification .....              | 26 |
| 1.2.5. Tensions et évaluation globale .....           | 28 |
| 1.3. Émotions, passé et perspectives .....            | 29 |
| 1.3.1. Émotions et passé autobiographique .....       | 30 |
| 1.3.2. Une question de perspectives .....             | 33 |
| 1.4. Conclusion .....                                 | 37 |
| 2. La nature de la nostalgie .....                    | 38 |
| 2.1. Aperçu .....                                     | 38 |
| 2.1.1. Objets et causes .....                         | 40 |
| 2.1.2. Base .....                                     | 43 |
| 2.1.3. Phénoménologie et plaisir .....                | 44 |
| 2.2. Représentation et comparaison .....              | 45 |
| 2.2.1. Naïveté .....                                  | 46 |
| 2.2.2. Pauvreté du présent et projet de fuite .....   | 47 |
| 2.2.3. Comparaison et perspectives .....              | 49 |
| 2.2.4. Oscillation et mélange .....                   | 53 |
| 2.2.5. Être nostalgique trop longtemps .....          | 55 |

|        |  |    |
|--------|--|----|
| 2.3.   | Précisions.....                            | 56 |
| 2.3.1. | Une émotion mixte ? .....                  | 56 |
| 2.3.2. | Une émotion complexe ?.....                | 58 |
| 2.3.3. | Une émotion subjective ? .....             | 59 |
| 2.3.4. | La nostalgie dans le paysage affectif..... | 60 |
| 2.4.   | Conclusion .....                           | 62 |
| 3.     | La valeur de la nostalgie.....             | 63 |
| 3.1.   | Représentation correcte .....              | 64 |
| 3.1.1. | Cas ordinaires .....                       | 64 |
| 3.1.2. | Passé romancé, narration et fiction .....  | 66 |
| 3.2.   | Rôles prudentiels .....                    | 68 |
| 3.2.1. | Plaisir.....                               | 69 |
| 3.2.2. | Gestion des émotions négatives .....       | 69 |
| 3.2.3. | Connaître ce qu'on valorise.....           | 70 |
| 3.2.4. | Planifier le futur .....                   | 71 |
| 3.2.5. | Identité diachronique.....                 | 72 |
| 3.3.   | Critiques et réponses.....                 | 75 |
| 3.3.1. | Désir impossible.....                      | 75 |
| 3.3.2. | Enfermement dans le passé .....            | 76 |
| 3.3.3. | Manque de motivation.....                  | 76 |
| 3.3.4. | Nostalgie anticipatoire.....               | 77 |
| 3.3.5. | Surplus de demandes .....                  | 78 |
| 3.3.6. | Moralité .....                             | 79 |
| 3.4.   | Pesée d'intérêts .....                     | 79 |
| 4.     | Conclusion.....                            | 81 |
| 5.     | Bibliographie.....                         | 83 |

*« Vous avez réveillé en moi l'obsession de ma prime jeunesse : j'imaginai la vie devant moi comme un arbre. Je l'appelais alors l'arbre des possibilités. Ce n'est que pendant un court moment qu'on voit la vie ainsi. Ensuite, elle apparaît comme une route imposée une fois pour toutes, comme un tunnel d'où on ne peut sortir. Pourtant, l'ancienne apparition de l'arbre reste en nous sous la forme d'une indélébile nostalgie. Vous m'avez rappelé cet arbre et je veux, en retour, vous transmettre son image, vous faire entendre son murmure envoûtant. »*

Milan Kundera (2011), *L'Identité*, Gallimard, p. 37



## 0. Introduction

Le « mal du retour » : le nom même de la nostalgie porte les traces de la mauvaise réputation de cette émotion. Quand elle est devenue un sujet d'étude, au XVII<sup>e</sup> siècle (voir Hofer 1688), la nostalgie était considérée comme une maladie, celle que vivaient les mercenaires suisses qui avaient le mal du pays lorsqu'ils se battaient loin de leurs Alpes. Aujourd'hui, cette dimension médicale a disparu, et nous recherchons ce sentiment à coups de vieilles bandes dessinées et de soirées consacrées à la musique de notre jeunesse. Pourtant, la réputation de la nostalgie n'est pas encore totalement réparée, entre autres parce que c'est une émotion tournée vers le passé et que, selon ses critiques, elle déformerait souvent celui-ci. Elle deviendrait alors un simple refuge pour échapper au présent. Cette fuite serait déraisonnable : lorsque le présent est désagréable, il vaudrait mieux agir pour le changer plutôt que de ressasser un passé inaccessible.

Les émotions, jadis critiquées à cause de leur prétendue opposition à la raison, sont de plus en plus réhabilitées, notamment parce qu'elles constituent souvent des évaluations correctes du monde qui nous entoure, jouent des rôles importants pour notre bien-être et nous préparent à réagir à toutes sortes de situations. Or, à part nous fournir un plaisir presque coupable, la nostalgie ne jouerait aucun rôle clair. Romancer ce qu'on a vécu ne fournit pas une représentation correcte du monde, se complaire dans le passé porte préjudice au bien-être et ne pousse pas à agir de façon appropriée. Dans ce mémoire, je soutiens que cette image ne rend pas justice à la nostalgie. Pour défendre cette dernière, je m'efforce de montrer la valeur considérable qu'elle apporte dans nos vies. En particulier, elle fournit en fait souvent une représentation adéquate de ses objets, nous aide à gérer nos émotions négatives, éclaire ce que nous valorisons, nous permet de savoir quoi rechercher dans le futur et renforce notre sens de notre propre identité. Des études empiriques psychologiques prouvent statistiquement nombre de ses effets positifs, mais la recherche philosophique néglige presque entièrement la nostalgie et ne contribue donc pas à éclairer comment ces bienfaits sont connectés à la nature de cette émotion et à la façon dont elle représente le monde. C'est la tâche que je me suis donnée dans ce travail.

Ce mémoire se divise en trois chapitres principaux. Dans le premier, avant de m'intéresser à la nostalgie, je me consacre à des questions préliminaires. Je commence par étudier quelques propriétés des émotions en général. Ensuite, je décris la diversité des plans sur lesquels on peut évaluer une émotion et affirmer que l'on doit ou non la ressentir. Enfin, je m'intéresse plus spécifiquement aux émotions tournées vers le passé autobiographique, auxquelles appartient la

nostalgie. Je défends que ces émotions sont de nouvelles évaluations du passé, plutôt que des souvenirs d'anciennes émotions, et qu'elles jouent un rôle important dans notre représentation de notre vie.

Dans le chapitre 2, j'utilise ces outils pour développer une analyse aussi exhaustive que possible de la nature de la nostalgie. Je soutiens, en particulier, que c'est une émotion tournée vers des situations ou événements importants du passé de celui qui la ressent et qui les évalue comme positifs, significatifs, mais perdus. Cette évaluation constitue une comparaison entre présent et passé à l'avantage de ce dernier. J'explique pourquoi cette conception est attirante et explique bien le fait que la nostalgie est à la fois plaisante et déplaisante, même si la balance penche du côté du plaisir. Je finis par quelques précisions supplémentaires sur ce qui rend la nostalgie complexe, pourquoi elle dépend fortement de l'individu qui la ressent et comment elle se distingue d'autres états mentaux similaires.

Dans le chapitre 3, enfin, je me penche sur la valeur de la nostalgie. L'analyse fournie au chapitre précédent permet de rejeter les accusations que j'ai présentées plus haut. Je commence par montrer que la nostalgie constitue souvent une représentation correcte, même lorsque les souvenirs sur lesquels elle se base ne sont pas entièrement précis. J'explique également comment elle peut jouer les différents rôles exposés plus haut. Enfin, je reviens sur quelques critiques de la nostalgie et certains cas où cette émotion est en effet problématique. Comme ceux-là sont limités et que les bienfaits de la nostalgie sont nombreux, je conclus qu'il est inadéquat de rejeter cette émotion en bloc. Au contraire, elle apporte une valeur inestimable à nos vies.

## **1. Cadre théorique : émotions, normes et récits**

Ce chapitre a pour but de présenter des notions théoriques générales que je pourrai appliquer par la suite à la nostalgie. Ce phénomène affectif étant complexe et peu abordé par la littérature philosophique analytique, il sera en effet utile de commencer par des considérations plus larges sur les émotions (§1.1) et les normes auxquelles ces dernières doivent obéir (§1.2). Je me tourne ensuite vers nos émotions autobiographiques tournées vers le passé (§1.3). Ces sujets ont reçu une attention plus riche de la part des philosophes contemporains, et ce qu'on peut dire au sujet des émotions en général permettra à la fois d'étudier la nostalgie sur une fondation théorique solide et de révéler en quoi elle se distingue dans le paysage affectif.

## 1.1. Émotions

Au sein de la foule de nos états mentaux, la nostalgie se range dans la famille des émotions, une classe d'états mentaux avec lesquels elle partage de nombreuses propriétés, dans son fonctionnement, sa phénoménologie et sa manière de représenter le monde. Beaucoup de caractéristiques rapprochent ainsi la nostalgie de la peur, de l'amusement, de la honte, de l'espoir et ainsi de suite. Les émotions sont le sujet d'une littérature abondante, non seulement en psychologie, mais également en philosophie (voir, entre autres, De Sousa 1987, Goldie 2000, Roberts 2003, Deonna & Teroni 2012, Price 2015 et Tappolet 2016), qu'il est utile d'exploiter si l'on veut rendre compte de phénomènes affectifs plus spécifiques.

Il ne s'agit pas ici de fournir et défendre une théorie exhaustive des émotions, ni de prendre position de façon trop tranchée dans les débats autour de leur nature. La discussion qui suit s'appuie largement sur Deonna & Teroni (2012). Dans les sous-sections qui suivent, je montre en quoi les émotions sont des états épisodiques (§1.1.1), ont une phénoménologie riche (§1.1.2), sont intentionnelles, c'est-à-dire ont des objets (§1.1.3), ont un lien avec des valeurs ou propriétés axiologiques (§1.1.4), jouent un rôle important pour notre comportement (§1.1.5) et sont positives ou négatives (§1.1.6).

### 1.1.1. *Épisodes et dispositions*

Il est courant de distinguer, parmi les états mentaux, les épisodes, qui arrivent ponctuellement à l'esprit des personnes qui les éprouvent, et les dispositions, qui restent à l'arrière-plan. La distinction entre dispositions et épisodes ou occurrences s'applique couramment hors du domaine du mental. Un exemple classique de disposition est la fragilité. Je sais bien que mon miroir est fragile, même s'il n'est jamais rien arrivé qui me prouve qu'il a bien cette propriété. Cependant, si j'envoyais rapidement un objet lourd dans sa direction, il se casserait. Sa fragilité est une disposition, une propriété qu'il peut conserver pendant longtemps sans que rien ne se passe et qui implique seulement que dans les circonstances appropriées, le miroir se briserait. Le moment où je casse mon miroir est une occurrence ou un épisode de cette disposition.

Les épisodes et les dispositions forment deux grandes catégories d'états mentaux. Les croyances sont des dispositions : je crois qu'Élisabeth II était reine en 1983, mais cette croyance n'apparaît pour ainsi dire jamais dans le flux de ma conscience. Je suis cependant disposé, dans les circonstances propices, à me rappeler cette information et à me comporter comme si elle était vraie. Par exemple, si on me demande qui régnait sur l'Angleterre en 1983, cela provoque

un jugement, un épisode mental au cours duquel je considère que c'est Élisabeth II, puis je réponds en citant son nom.

Cette distinction s'applique en particulier au domaine affectif. Les émotions, y compris la nostalgie, sont des épisodes plutôt que des dispositions. Les épisodes émotionnels ont une durée, assez courte, avec un début quand quelque chose provoque notre réaction, puis une fin un peu plus tard. Cela permet de distinguer les émotions des dispositions affectives et des traits de caractère. Prenons Jules, un jeune homme colérique. Son caractère colérique signifie que Jules a une disposition à se mettre facilement en colère. Toutefois, il peut s'écouler de longues périodes où Jules, bien qu'il reste colérique, n'a aucun épisode de colère. Plus tard, quand un automobiliste ouvre sa portière devant lui sur la piste cyclable, cela active la disposition colérique de Jules, qui se met en colère et commence à crier. Même « être en colère » a un sens dispositionnel, similaire à celui de « croyance » (Deonna & Teroni 2012, 8). Supposons qu'un ami m'a trahi il y a quelques semaines mais que je ne lui ai pas encore pardonné. Au moment d'écrire le paragraphe précédent, je n'y pensais pas, et je ne ressentais pas la moindre colère épisodique contre lui ; pourtant, il aurait été correct de dire que j'étais « en colère » contre lui, et dès que j'y consacre de l'attention, cette disposition se manifeste par des épisodes de colère.

Cette distinction permet de mieux circonscrire l'objet de mon travail. Dans ce mémoire, je m'intéresse à la nostalgie en tant qu'émotion, à nos épisodes nostalgiques. Je ne cherche donc pas à analyser le trait de caractère d'une personne qui serait facilement nostalgique, ni les dispositions temporaires à être nostalgique, comme lorsqu'on est nostalgique au sens dispositionnel pendant quelques semaines après une rupture amoureuse et que retrouver une photo ou un objet appartenant à l'ancien partenaire provoque régulièrement des épisodes de cette émotion. Évidemment, cependant, donner une analyse de la nostalgie épisodique et de sa valeur fournit des informations importantes pour formuler une théorie de ce trait de caractère ou de ces dispositions. En outre, si la nostalgie joue un rôle dans notre bien-être, comme je le prétends, cela apporte aussi de la valeur à de telles dispositions. Lors d'une rupture amoureuse, par exemple, être disposé à la nostalgie permet de récolter les bienfaits qu'apportent les épisodes de cette émotion pour gérer ses sentiments négatifs.

### *1.1.2. Phénoménologie*

Les émotions se distinguent parmi les états mentaux par une phénoménologie riche et variée. Par la « phénoménologie » d'une émotion, j'entends l'effet que cela fait, à la première personne, de la ressentir. Les différents types d'émotions varient par leur phénoménologie. Être amusé,

en colère, fier, triste ou honteux ne fait pas le même effet. Nous avons, de plus, en tête une idée précise de l'effet que cela fait d'être amusé, en colère et ainsi de suite indépendamment de ce qui nous amuse ou nous met en colère (Deonna & Teroni 2012, 2). Cette richesse phénoménologique distingue les émotions de nombreux autres états mentaux, dont les jugements. Avoir peur d'un malfaiteur s'accompagne souvent d'un jugement selon lequel celui-ci est dangereux (je reviendrai plus tard sur les liens entre les émotions et les jugements de valeur). Cependant, il y a une différence phénoménologique entre le jugement et l'émotion. Si l'on se contente de juger que le malfaiteur est dangereux sans prendre peur, on a un ressenti plutôt indifférent. Lorsque la peur s'ajoute à ce jugement, au contraire, celui qui la ressent est comme pris à la gorge par la situation, l'effet que cela lui fait est bien plus fort. Dans cette sous-section, j'aborde ce qui crée la force phénoménologique des émotions.

D'abord, les émotions ont souvent un pouvoir hédonique : certaines des émotions citées plus haut procurent généralement du plaisir (l'amusement, la fierté) et d'autres plutôt du déplaisir (la tristesse, la honte). Il n'est pas clair que toutes les instances de chaque type d'émotion fournissent le même type de sensation hédonique. Il est plausible, ainsi, qu'il soit parfois plaisant d'avoir peur, alors que c'est d'habitude une émotion plutôt désagréable. Toutefois, le caractère plaisant ou déplaisant des épisodes émotionnels joue un rôle important dans l'effet que cela fait d'y être sujet. C'est aussi un point sur lequel les émotions se distinguent des jugements (il n'est la plupart du temps ni plaisant ni déplaisant de juger que deux et deux égalent quatre) et de nombreux autres états mentaux (cela fait un effet assez riche de percevoir du rouge, mais cela ne procure généralement pas directement de plaisir ou de déplaisir).

Pourtant, toutes les émotions ne sont pas soit désagréables, soit agréables. Nous avons parfois des sensations mixtes : ressentir à la fois beaucoup de plaisir et un peu de déplaisir ne fait pas ressentir, toutes choses considérées, un plaisir modéré (Massin 2018). En particulier, le statut de la nostalgie par rapport à la question du plaisir est ambivalent. Il y a une dimension très agréable au souvenir d'un beau passé, mais ce rappel est teinté de peine. Quand je ressens de la nostalgie à propos de moments passés avec quelqu'un que j'ai perdu, il m'est agréable de retrouver ces souvenirs, mais désagréable de savoir que rien ne peut me ramener ces moments de façon tangible. La nostalgie se distingue ainsi par une ambivalence hédonique qu'il s'agira d'expliquer dans ce travail.

Ensuite, la phénoménologie des émotions passe par les sensations corporelles plus globalement (Deonna & Teroni 2012, 1-2). Lorsque des situations provoquent des émotions en

nous, nous avons des réactions physiques variées. Notre rythme cardiaque accélère ou ralentit, notre souffle se coupe ou s'affole, nos muscles se tendent ou se détendent, nous tremblons, des larmes montent au coin de nos yeux, notre visage rougit, de l'adrénaline ou d'autres hormones sont libérées dans notre sang... Typiquement, lorsque nous vivons consciemment une émotion, nous ressentons des changements corporels de ce type, et ce sont ces sensations qui nous font un effet. Il est plausible que les configurations de sensations corporelles permettent de distinguer certains types d'émotions : les réactions physiques que nous ressentons lors de nos épisodes de colère – rythme cardiaque augmenté, respiration accélérée, pression artérielle augmentée, adrénaline (Deonna & Teroni 2012, 2) – sont différentes de celles qui accompagnent la tristesse, qui fait couler des larmes et ne libère pas d'adrénaline.

En plus de ces sensations individuelles, les émotions ont une phénoménologie globale. Généralement, on ne prête pas attention aux changements corporels pris individuellement. La configuration de sensations associée à chaque émotion se mélange pour former une sorte de tout intégré, la phénoménologie globale de l'émotion. Nous reconnaissons l'attitude corporelle générale que nous prenons lorsque nous sommes tristes, même sans prêter attention à chaque élément de la liste de changements corporels que nous subissons. C'est le résultat de ce mélange qui forme réellement l'effet que cela fait d'être triste.

Une autre caractéristique importante de la phénoménologie des émotions est qu'elle a une intensité variable. On peut avoir plus ou moins peur, et cela se traduit par des réactions physiques plus ou moins violentes. Une peur très faible accélère à peine le rythme cardiaque, alors qu'une grosse frayeur fait trembler frénétiquement celui qui la ressent. Lorsque les réactions physiques sont moins fortes, les sensations et la phénoménologie globale qui les accompagnent sont plus faibles. Quand on décrit la phénoménologie d'une émotion, on la décrit souvent à son niveau le plus fort, en laissant de côté les cas légers, qui ont une phénoménologie similaire mais atténuée (voir la description de l'effet que cela fait d'être ému que propose Deonna 2018, 64).

Enfin, il sera utile de noter un lien entre phénoménologie et attention. Il est normalement impossible de s'empêcher de ressentir les changements corporels concernés. Avoir peur attire fortement notre attention, de sorte qu'on ne peut ignorer l'objet de notre peur. La phénoménologie forte des émotions joue donc un rôle important dans la mobilisation de notre attention, ce qui nous pousse à réagir à la situation à laquelle nous sommes confrontés ; les émotions attirent efficacement les ressources de notre attention sur ce qui la mérite (Teroni ms.,

13 ; Frijda 1986, 2007 ; Scarantino 2014). Ce lien à l'attention nourrit une critique potentielle de la nostalgie : il n'est pas certain qu'il soit bon de consacrer beaucoup d'attention à réagir au passé. C'est pourquoi il sera important d'expliquer dans la suite de ce travail en quoi cette émotion attire notre attention sur des sujets qui la méritent.

### 1.1.3. *Intentionnalité et mode d'évaluation*

Les émotions sont intentionnelles (Deonna & Teroni 2012, 3-6), ce qui signifie qu'elles sont dirigées vers des objets (et non, comme dans le langage courant, qu'elles répondent à la volonté du sujet). En d'autres termes, elles sont à propos de quelque chose, à propos d'un contenu. Olivier est fier de *son fils*, Florian est nostalgique de *son voyage à Rome*, Guillaume craint *que son réveille-matin ne sonne pas*. Le fait que les émotions ont toujours un objet permet de les distinguer des humeurs, qui n'ont pas d'objet ou sont dirigées vers le monde entier (on peut être grognon sans être grognon à propos de quelque chose de particulier ; Deonna & Teroni 2012, 4). Dans le cas de l'émotion de nostalgie, on est ainsi toujours nostalgique de quelque chose, ce qui la distingue d'une simple humeur rêveuse et un peu triste.

Les objets des émotions sont fournis par leurs bases cognitives (Deonna & Teroni 2012, 5). Les bases cognitives des émotions sont d'autres états mentaux qui leur fournissent un contenu. Il s'agit, dans de nombreux cas, d'une perception. Lucien voit un chien et il en prend peur. Sa perception lui permet d'acquérir un contenu mental – il y a un chien devant moi ! –, puis l'émotion apparaît en récupérant le même contenu et en y réagissant. La perception fournit le contenu de nombreuses émotions à propos de l'environnement du sujet, mais d'autres états mentaux entrent en jeu pour d'autres émotions. La fierté d'Olivier repose sur les croyances qu'il entretient à propos de son fils, et la peur de Guillaume se base sur son imagination d'une situation potentielle dans laquelle son réveille-matin ne sonne pas demain. Pour les émotions à propos du passé, le contenu est souvent fourni par la mémoire ; c'est notamment le cas pour la nostalgie.

L'intentionnalité des émotions les met donc en rapport avec le monde et les objets qui entourent le sujet. Cela ne suffit pas à caractériser la différence entre l'intentionnalité des émotions et celle des bases cognitives qui leur fournissent leur contenu. En plus de représenter un objet, les émotions l'évaluent d'une certaine manière ou sous une certaine lumière (Deonna & Teroni 2012, 5-6). Lorsque Lucien craint le chien, son émotion évalue le chien *comme dangereux*. Par le biais de sa peur, il évalue l'objet qu'il craint. C'est là un point commun entre toutes les instances de peur. Quand mes sentiments pour autrui, les guêpes et l'élection d'un

président fasciste m’effraient, je me représente tous les objets de mes peurs comme – plus ou moins – dangereux. Mes sentiments, les guêpes et le président pourraient causer du tort à mes proches et à moi-même, et c’est une mauvaise chose. La peur évalue donc tous ses objets comme ayant la même propriété : le danger. Cela ne signifie pas que cette propriété fait partie du contenu représenté par l’émotion. La peur est plutôt caractérisée par une attitude prise à propos de son objet : elle focalise nos attentions sur certaines propriétés de son objet (les dents acérées du chien) et conditionne nos réactions à cet objet (fuir, attaquer). Craindre le chien, c’est le traiter comme dangereux ou l’évaluer comme dangereux. La croyance fournit un parallèle plus simple. Croire une proposition, c’est adopter une attitude la traitant comme vraie (agir comme si elle l’était, réagir émotionnellement comme si elle l’était, et ainsi de suite). Cela ne signifie pas que la vérité fait partie du contenu de la croyance (Deonna & Teroni 2022 ; D’Arms à paraître). La représentation est définie à la fois par le contenu et par l’attitude prise par rapport à ce contenu.

Un phénomène similaire se retrouve dans chaque type d’émotion. L’amusement est lié au drôle, la honte au honteux, la colère à l’offensant et ainsi de suite. Les propriétés associées aux évaluations que les émotions font de leurs objets permettent de distinguer les types d’émotions. De nombreuses émotions peuvent avoir le même objet mais différer quant à l’attitude prise par rapport à lui. Lucien a peur du chien, tandis que Maria est émue par lui et que Ramon l’admire. Toutes leurs émotions sont à propos du même objet, mais nous les appelons différemment parce qu’elles constituent des attitudes distinctes vis-à-vis de lui. Distinguer l’attitude prise par une émotion par rapport à ses objets est donc capital pour montrer en quoi elle se distingue des autres et pour expliquer le reste de ses caractéristiques, et c’est un des points principaux auxquels sera dédié le chapitre 2 à propos de la nature de la nostalgie.

On peut associer à ces différentes attitudes des propriétés axiologiques ou valeurs. Pour la peur, c’est le danger : la peur du chien évalue ce dernier comme dangereux. Il existe toute une famille de telles propriétés correspondant aux différentes émotions. Ces propriétés sont axiologiques parce que les attribuer à un objet constitue une évaluation de cet objet. Si je dis que le chien est dangereux, cela constitue à la fois une évaluation négative et une description assez spécifique. Être dangereux, c’est être négatif d’une certaine manière (peut-être être négatif parce que capable de blesser le sujet) différente de celle dont les choses dégoûtantes ou offensantes sont négatives (Deonna & Teroni 2012, 6 ; D’Arms & Jacobson 2000, 66). Ces propriétés axiologiques sont aussi appelées « valeurs », et la sous-section suivante a pour objectif de les présenter.

Avant d'en dire plus à propos des valeurs, quelques précisions s'imposent à propos des évaluations que font les émotions. D'abord, ces évaluations ne sont pas nécessairement explicites. Pour évaluer un chien qui court vers lui comme dangereux, Marcel n'a pas besoin de penser que le chien est dangereux, ni même de maîtriser le concept du danger. Enfant, Marcel craignait déjà les chiens, alors qu'il n'avait pas encore formé de concept du danger. En revanche, son émotion les traitait comme dangereux, et Marcel se comportait comme s'ils l'étaient.

Ensuite, les émotions ne sont pas les seuls états mentaux qui associent des valeurs à des objets. En particulier, c'est également le cas de certains jugements, les jugements de valeur. Ceux-ci accompagnent souvent les émotions. Quand je suis en colère contre quelqu'un, je juge en même temps que son comportement est offensant. Cependant, il faut résister à la tentation d'identifier les émotions et les jugements de valeur qui y sont associés. Il est possible de juger qu'une situation est offensante sans se mettre en colère (on n'a alors pas le cœur qui accélère et les muscles qui se crispent), et il est possible d'être en colère tout en jugeant qu'en réalité, on réagit de façon inappropriée et que la situation est totalement bénigne et non offensante.

Par ailleurs, cette mention du jugement selon lequel une émotion est inappropriée à la situation appelle une remarque. Puisque les émotions évaluent un objet, elles font une description du monde. Cela signifie qu'elles ont une direction d'ajustement monde-esprit : les émotions sont censées être conformes à la réalité. Cela les distingue des états qui ont une direction d'ajustement esprit-monde. Un désir, par exemple, évalue le monde comme devant être modifié pour correspondre à son contenu. On pourra ainsi distinguer la nostalgie d'un désir de retrouver le passé, qui l'accompagne peut-être parfois mais n'est pas l'émotion elle-même.

#### *1.1.4. Valeurs*

Les valeurs, avec lesquelles les émotions sont intimement liées, sont le sujet de riches débats, de même que leur rapport exact aux émotions. En particulier, la nature des valeurs est controversée. Sont-elles subjectives et dépendantes de projections de nos esprits, sont-elles liées à des réactions mentales objectivement appropriées, ou bien sont-elles des propriétés réellement présentes dans les objets extérieurs ? Bien qu'une approche réaliste me paraisse préférable (voir Deonna & Teroni 2012, 40-51 pour une défense de cette position contre les alternatives), il serait vain de tenter de mettre fin à ce débat dans ce mémoire. Ce n'est en outre pas nécessaire pour fournir une analyse satisfaisante de la nostalgie. Un point reste cependant important : parler de représentations correctes ou incorrectes faites par les émotions dépend de la possibilité

que certaines évaluations soient correctes et les autres incorrectes. Cette idée est compatible avec une pluralité de théories sur la nature des valeurs – si on est subjectiviste, les attributions de valeur sont correctes ou incorrectes selon la personne qui les évalue ; si on est objectiviste, le problème ne se pose pas. En revanche, si une théorie stipule que toute attribution de valeur est incorrecte, cela remettrait en cause le rôle représentationnel des émotions. Une telle théorie paraît heureusement peu plausible, tant nous sommes d'accord sur un grand nombre de valeurs, comme le caractère ignoble d'un meurtre gratuit.

Ensuite, il faut noter que certaines valeurs sont positives et d'autres négatives. Le bon, l'admirable, le drôle et le courageux sont positifs, tandis que le mauvais, le honteux, l'injuste et le pervers sont négatifs. (Cela distingue le sens technique philosophique de « valeur » du sens courant de ce mot, qui ne désigne normalement que des propriétés positives.) Dans de nombreux cas, les valeurs positives sous lesquelles des émotions évaluent leurs objets expliquent pourquoi ces émotions sont plutôt agréables (et similairement pour les valeurs négatives et les émotions désagréables). La nostalgie, quant à elle, est généralement perçue comme douce-amère, avec un côté positif qui l'emporte typiquement sur le côté négatif ; il sera intéressant de constater que ses objets ont des propriétés à la fois positives et négatives.

Enfin, les valeurs ont parfois des degrés. Une personne peut être totalement ou modérément courageuse, un chien peut être un peu ou très dangereux, et ainsi de suite. C'est aussi le cas des émotions, qui peuvent être plus ou moins fortes, et devraient correspondre à des objets ayant une valeur plus ou moins forte. Ainsi, j'ai très peur si je tombe nez à nez avec un ours, et seulement un peu si une guêpe autour de moi, et cela s'explique bien par le fait que l'ours est très dangereux et la guêpe relativement peu.

#### *1.1.5. Rapport au comportement*

Les émotions jouent un rôle fondamental pour motiver nos actions et nous préparer à réagir de façon adéquate à leurs objets. Ce rôle est évident dans certaines émotions basiques comme la peur. Les réactions physiques et la phénoménologie associées à cette émotion ont une fonction dans le comportement du sujet. Une réaction naturelle lorsqu'on est confronté à un danger est de fuir. Or, la peur nous prépare à cela en augmentant notre rythme cardiaque, en libérant de l'endorphine, en préparant les muscles à une réaction rapide. Comme nous ressentons ces changements physiques, nous sentons, de façon globale, que tout notre corps est prêt à réagir à un danger (Deonna & Teroni 2012, 86). De plus, la peur est d'habitude désagréable, ce qui nous donne une bonne raison supplémentaire d'éviter ou de mettre hors d'état de nuire l'objet qui

provoque cette réaction. Ces considérations fournissent une bonne explication de la fonction de la peur, ou, si l'on veut, une bonne raison pour que l'évolution ait sélectionné un système qui nous permette de réagir de cette façon lorsque l'on perçoit un danger.

Pour un grand nombre d'émotions, leur rapport à notre comportement et la fonction qui leur est donnée par ce rapport sont clairs. La colère nous place dans une attitude hostile contre son objet et le dégoût nous pousse à éviter tout contact avec le sien (Deonna & Teroni 2012, 86). Ces rôles sont plus flous pour d'autres, notamment certaines émotions moins liées à l'environnement direct du sujet et à la survie de ce dernier. C'est le cas de la nostalgie, qui a pour objets des situations passées qui ne sont plus accessibles et qui ne méritent pas de réactions corporelles aussi évidentes que celle que nous avons devant un danger. Une telle déconnexion avec le comportement du sujet et une fonction moins claire pour la nostalgie que pour d'autres émotions poussent certains à remettre en cause la valeur de cette réaction. Dans la suite de ce travail, je défends la nostalgie en montrant qu'elle est bien liée à des tendances à l'action, moins directes que dans le cas de la peur, et que celles-ci lui donnent une fonction également. Ce problème ne se limite pas à la nostalgie, et des défenses similaires ont été proposées pour la honte (Deonna et al. 2011) ou pour « être ému » (Deonna 2018, 64-65). Ces conceptions s'appuient sur des rôles sociaux de ces émotions, leurs influences à plus long terme sur le comportement et une prise de conscience qu'elles amènent sur les valeurs qui importent au sujet.

#### *1.1.6. Valence*

Nous classons certaines émotions comme positives et d'autres comme négatives. La joie, l'espoir, l'amusement, la fierté sont positifs, tandis que la honte, le regret, la peur sont négatifs. (Cela ne signifie pas qu'il ne faille pas ressentir d'émotions négatives ou que celles-ci manquent de valeur pour notre bien-être.) Cependant, il est difficile de rendre compte de façon systématique de ce qui rend certaines émotions positives et d'autres négatives, ou en d'autres termes de ce qui leur donne leur valence (Deonna & Teroni 2012, 14-16). Un critère classique repose sur la phénoménologie des émotions, en particulier sur le plaisir et le déplaisir que les émotions nous procurent. Les émotions plaisantes seraient alors positives et les émotions déplaisantes négatives. Les cas déjà évoqués d'émotions hédoniquement mixtes peuvent être traités en étendant cette approche : certaines émotions seraient alors à la fois positives et négatives (d'autres, comme certaines formes de surprise, pourraient même n'être ni positives ni négatives). En revanche, certaines émotions ont une valence intuitivement claire mais ne sont

essentiellement ni plaisantes, ni déplaisantes (Deonna & Teroni 2012, 15). Intéressons-nous ainsi à la colère. Nous la rangeons parmi les émotions négatives, mais elle n'est pas nécessairement déplaisante, contrairement peut-être à la tristesse. On peut ainsi imaginer un héros grec animé par une sainte colère et qui prend du plaisir à exprimer cette colère sur le champ de bataille.

Ce problème a poussé certains à proposer d'autres caractérisations de la valence des émotions. Certaines sont liées au rôle que celles-ci jouent dans notre comportement. Deonna et Teroni citent plusieurs pistes (2012, 15). Les émotions positives impliquent une attraction, et les émotions négatives une aversion envers leur objet ; le sujet veut garder son état mental lorsqu'il ressent des émotions positives et en changer lorsqu'il ressent des émotions négatives ; les émotions positives attirent l'attention du sujet sur le fait que le monde est conforme à ses désirs et objectifs, et les émotions négatives montrent que ces désirs et objectifs ne sont pas réalisés. On peut encore ajouter d'autres critères : les émotions positives évaluent positivement le monde, ou bien sont provoquées par des situations positives (Deonna 2020, 192-193).

Ces différentes approches fournissent des résultats divergents selon les émotions, et il n'est pas évident qu'un critère doive l'emporter sur les autres (Deonna & Teroni 2012, 88). Il est donc difficile de donner une réponse définitive quant à la valence de certaines émotions. Une approche alternative est de soutenir que ces classifications sont complémentaires, et de donner une réponse nuancée quant à la valence d'une émotion (voir Deonna 2020, 192-194, qui montre qu'« être ému » est une émotion positive selon certains aspects, mais une émotion mixte selon d'autres critères). Pour fournir un traitement nuancé de la nostalgie, il faudra donc l'évaluer selon les différents critères présentés ici.

## **1.2. Normes et émotions**

Les émotions sont des réactions et restent plutôt passives : on ne choisit pas d'avoir peur, d'être amusé ou dégoûté. On peut, au mieux, tenter d'influencer à long terme ses réactions émotionnelles ou de cacher du mieux qu'on peut une émotion. Pourtant, ce manque de contrôle direct ne nous empêche pas d'évaluer nos émotions sous de multiples aspects et de dire que nous devrions ressentir une émotion que nous ne ressentons pas ou, inversement, qu'une émotion que nous éprouvons est inadaptée. Ces jugements portent habituellement sur des épisodes émotionnels précis plutôt que sur des types d'émotions entiers. Dans cette section, consacrée aux normes qui régissent les émotions, j'expose donc plusieurs manières d'évaluer des épisodes émotionnels. Cette approche reste pertinente pour rendre compte de la valeur d'un

type d'émotion, dans mon cas la nostalgie en général. En effet, l'évaluation d'un épisode de nostalgie repose sur des caractéristiques qu'il partage avec tous les autres épisodes de nostalgie, notamment la représentation qu'il fait de son objet. On pourrait critiquer la nostalgie parce que tous ses épisodes représentent incorrectement leur objet, parce qu'ils sont souvent immoraux ou parce qu'ils sont facilement contre-productifs. Explorer les conditions auxquelles des épisodes particuliers sont appropriés ou non permettra de montrer que, dans de nombreux cas, la nostalgie est une bonne réaction.

Dans les sous-sections qui suivent, je commence par présenter trois types de normes à l'aune desquelles on peut évaluer les émotions : les normes représentationnelles (§1.2.1), morales (§1.2.2) et prudentielles (§1.2.3). Sur ces trois plans, les émotions peuvent être correctes ou incorrectes, mais aussi justifiées ou non (§1.2.4). Ces trois plans sont typiquement indépendants et livrent des verdicts différents. Ainsi, une peur peut évaluer correctement son objet comme dangereux mais être désavantageuse en pratique, en attirant l'attention d'un prédateur. Je continue donc en soutenant qu'on peut ajouter une quatrième façon d'évaluer un épisode émotionnel : une évaluation globale, qui résulte d'une mise en balance des trois facteurs déjà cités (§1.2.5).

### *1.2.1. Normes représentationnelles*

D'abord, les émotions nous mettent en rapport avec le monde en représentant leurs objets sous une certaine lumière évaluative. Cette représentation peut être, comme je l'ai déjà évoqué, correcte ou incorrecte. Il ne suffit pas, pour être offensant, de mettre quelqu'un en colère ou de mettre régulièrement beaucoup de personnes en colère. Ce n'est pas non plus nécessaire. Parfois, personne ne remarque un comportement offensant. Même en l'absence de colère, le comportement reste offensant, parce qu'il *mérite* la colère. Certains comportements sont offensants, indépendamment d'une réaction particulière, et il est alors correct d'y répondre par de la colère (voir D'Arms & Jacobson 2000, 69-70).

Sur cette base, on peut alors soutenir qu'un épisode émotionnel est approprié à son objet si et seulement si son objet mérite cette réaction émotionnelle. Cette condition n'est pas très informative. Si l'on dit que le honteux n'est rien d'autre que ce qui mérite la honte, on en apprend bien peu sur la représentation que la honte fait de ses objets. Cependant, cela permet de formuler une condition de correction de la honte, qu'on peut ensuite rendre plus précise en analysant la valeur de honteux et en spécifiant les conditions auxquelles un objet est honteux.

Quelle que soit l'analyse qu'on donne de cette valeur, la condition de correction garde la même structure.

Lorsqu'une émotion est une attitude appropriée à son objet, donc qu'elle le représente correctement, je dis parfois que cette émotion est « correcte » en termes de représentation. Soutenir qu'une émotion est correcte ou incorrecte peut sembler étrange. Dans un sens, pourtant, dire d'une émotion qu'elle est correcte est similaire à affirmer qu'une croyance est correcte. Comme les émotions, les croyances représentent le monde, et cette représentation peut être conforme ou non à la réalité. Ma croyance que tous les corbeaux sont noirs, ainsi, représente correctement le monde si et seulement s'il est vrai que tous les corbeaux sont noirs ; s'il existe un corbeau qui ne l'est pas, elle représente incorrectement le monde. La correction dépend du contenu représenté ainsi que de l'attitude prise par rapport à ce contenu. Ce qui compte, pour la croyance, est la vérité de son contenu ; pour les émotions, ce sont les valeurs de leurs contenus.

Dans le cas des émotions, la représentation a plusieurs dimensions et peut être incorrecte pour plusieurs raisons. D'Arms et Jacobson en distinguent deux, la forme et la taille (2000, 73-75). La forme de la représentation dépend de la valeur associée à l'émotion. Ainsi, ma jalousie et ma colère à propos d'une même situation ont des formes différentes. L'une évalue la situation comme enviable, l'autre comme offensante. Au contraire, différents épisodes de la même émotion ont la même forme, même s'ils prennent un objet différent. Ma colère contre l'enfant qui pleure dans l'avion et contre l'État qui veut expulser mon amie du territoire présentent deux situations extrêmement différentes sous la même lumière, les évaluent comme ayant la même valeur (elles sont offensantes). Une émotion peut donc être jugée inappropriée parce qu'elle a la mauvaise forme, parce que son objet ne mérite pas cette sorte de réaction, en d'autres termes parce qu'il n'a pas la valeur que cette réaction lui attribue. C'est le cas de ma colère contre l'enfant qui pleure dans l'avion : il n'y a rien d'offensant dans son comportement.

Toutefois, avoir la bonne forme ne suffit pas à rendre une émotion appropriée, parce que ce n'est pas la seule dimension de la représentation qu'elle fait de son objet. Celle-ci a également une taille. Comme je l'ai expliqué, des objets peuvent avoir la même valeur à des degrés différents, et les émotions peuvent être plus ou moins intenses. Il y a une correspondance entre ces deux échelles : une émotion forte évalue son objet comme ayant une valeur à un haut degré, tandis qu'une émotion modérée évalue son objet comme ayant la même valeur, mais moins fortement. Ma peur des guêpes est assez légère et les présente donc comme dangereuses,

mais peu dangereuses. En revanche, ma peur du feu est bien plus forte – on pourrait parler de terreur – et évalue le feu comme extrêmement dangereux. Sur ce plan aussi, la représentation faite par les émotions peut se révéler incorrecte, si elles sont trop fortes ou trop faibles par rapport à ce que mérite leur objet. C'est manifestement le cas de ma peur du feu : le feu est certes un peu dangereux, mais certainement pas au point de mériter la terreur. Cette erreur de représentation n'est bien qu'une affaire de taille et non de forme. Ma peur représente le feu comme dangereux, et il a bien cette valeur, mais pas au niveau d'intensité qui correspond à l'intensité de ma peur.

Il est possible d'ajouter aux deux dimensions postulées par D'Arms et Jacobson une troisième, proposée par Oded Na'aman (2019) : la durée. Ce n'est pas seulement qu'éprouver certaines émotions pendant trop longtemps est parfois mauvais pour celui qui les ressent. Cela constitue, en plus, une mauvaise représentation. On peut réagir émotionnellement plus ou moins longtemps à un objet, et même avoir plusieurs épisodes de la même émotion au même sujet à travers le temps. C'est notamment le cas du deuil, tel que le décrit Na'aman. Après la mort d'un être cher, on ressent souvent des épisodes de deuil pendant des mois, voire des années après le décès. Le deuil évalue son objet au moins comme aimé et perdu. Normalement, cette situation ne varie pas à travers le temps. Dix ans après la mort de son père, Jeanne a toujours la même affection pour lui et sa mort représente encore une perte. Pourtant, Jeanne ne ressent plus de deuil depuis cinq ans. Na'aman soutient que cela permet à sa réaction d'être appropriée. Elle a réagi suffisamment longtemps pour avoir donné au décès l'attention qu'il méritait, et ce serait trop si elle continuait. Continuer de pleurer son père ne serait pas seulement mauvais en pratique, mais aussi une mauvaise représentation de l'objet du deuil. On peut faire un traitement similaire d'autres émotions, comme la colère : on peut se mettre en colère même en découvrant une offense des années après qu'elle a été commise, mais on ne peut pas rester en colère indéfiniment. Cela montre bien que l'offense reste offensante, mais que la colère perd son adéquation représentationnelle avec le temps parce que continuer de la ressentir constituerait une surréaction. Comme la nostalgie est à propos d'événements passés, souvent à propos d'événements qui sont arrivés à celui qui la ressent des dizaines d'années auparavant, il sera intéressant de considérer si des facteurs de cette sorte rentrent en jeu : peut-on rester nostalgique pour toujours ?

Les paragraphes précédents devraient avoir démontré pourquoi des normes permettent d'évaluer les émotions selon la représentation qu'elles font du monde. Lorsque nous avons une émotion, elle est appropriée si elle représente bien son objet, tant en termes de forme et de taille

que de durée, et inappropriée sinon. Il est intéressant de se demander quelle est la nature précise de ces normes : lorsqu'il est approprié d'avoir peur, cette norme exige-t-elle d'avoir peur ou bien le permet-elle seulement ? Intuitivement, il ne semble pas que l'on soit obligé d'avoir peur dans toutes les situations où on a peur, anxieux à propos de tout ce qui est anxiogène ou nostalgique de tout ce à propos de quoi il serait approprié d'être nostalgique, parce qu'il serait humainement impossible de satisfaire toutes ces obligations à la fois. Pourtant, James Fritz (2021, 8561-8564) défend avec subtilité la thèse selon laquelle les normes de correction représentationnelle des émotions ne font pas que permettre de ressentir des émotions appropriées, mais l'exigent.

Il est clair que les conditions de correction des émotions créent des exigences négatives : il ne faut pas ressentir d'émotions inappropriées à leur objet. Certains philosophes ont donc affirmé que les normes autour de la représentation forment des demandes négatives, mais jamais de demandes positives : elles n'exigeraient pas de ressentir chaque émotion appropriée (Nelson 2010 ; Whiting 2021). Cela permet d'accepter que les conditions de correction restreignent ce qu'il faut ressentir sans former des demandes trop fortes. Cependant, Fritz montre que cette position intermédiaire est insatisfaisante, à cause de la dimension « taille » des émotions. Dans son article, Fritz s'intéresse à l'anxiété. Il y a des cas où l'on ressent de l'anxiété, mais pas assez. Être un tout petit peu anxieux face au désastre écologique qui nous attend est incorrect pour des raisons de taille. Cependant, si les normes autour de la représentation ne formulent que des demandes négatives, elles demandent que je ne ressente pas de l'anxiété trop faible, mais cela ne les viole pas si je ne ressens aucune anxiété du tout (Fritz 2021, 8653-8654). Cette conclusion est absurde, et Fritz en conclut que les conditions de correction des émotions formulent aussi des demandes positives. Quand il serait approprié en termes de représentation d'avoir une émotion, il *faut*, au moins *pro tanto*, ressentir cette émotion. Or, cela ouvre la porte à des critiques contre certaines émotions qu'il est trop souvent approprié, en termes de représentation, de ressentir. Fritz pointe un problème de l'anxiété en montrant qu'il est impossible ou au moins extrêmement contre-productif d'être anxieux aussi souvent qu'il serait correct d'être anxieux. Les normes représentationnelles rentrent alors en conflit avec un autre type de normes introduit plus bas : les normes prudentielles. Il faudra répondre à une attaque similaire contre la nostalgie. Il serait correct d'être nostalgique d'énormément de situations passées. Or, si l'on cède à toutes ces demandes, on risquerait de se retrouver, en quelque sorte, enfermé dans le passé. Passer son temps à être nostalgique de toutes les bonnes choses restées dans le passé empêcherait de vivre de beaux moments dans le présent.

D'Arms et Jacobson appellent ces normes de représentation des « normes épistémiques » (2000). L'idée derrière ce lien à la connaissance est que non seulement les émotions évaluent leurs objets comme ayant des valeurs, mais elles nous révèlent ces valeurs de façon privilégiée. Elles nous permettent donc d'acquérir des connaissances sur un domaine particulier de la réalité. Notre colère, par exemple, nous révèle de façon plutôt fiable ce qui est offensant. Bien sûr, il existe d'autres moyens de savoir que des objets possèdent certaines valeurs, comme le témoignage d'autrui. Mais les émotions semblent nous mettre dans un rapport plus direct avec les valeurs, de même que la perception visuelle nous met en contact direct avec les formes et les couleurs des objets.

Ce lien à la connaissance est une raison pour laquelle il est important de parler des conditions de correction des émotions dans un travail consacré à la valeur de la nostalgie. En nous mettant en rapport avec les valeurs du monde, en nous fournissant une image du monde qui inclut des valeurs et des objets à rechercher ou à éviter, les émotions jouent un rôle important dans notre vision de notre environnement, et c'est de là qu'elles tirent une partie de leur valeur. Si la représentation que fait une émotion de son objet est inappropriée, cette émotion perd un peu de sa valeur ; si un type d'émotion offre régulièrement une représentation incorrecte du monde, c'est une bonne raison d'en avoir une mauvaise opinion. Dans ma présentation de la nostalgie, je montrerai que, contrairement à certaines idées reçues, la nostalgie ne déforme pas systématiquement la réalité, ce qui ouvrirait la voie à une attaque contre sa valeur.

Cette remarque appelle toutefois une précision. Une bonne représentation du monde n'est pas la seule manière dont les émotions peuvent contribuer à la connaissance. Des émotions incorrectes peuvent aussi être instructives. Lorsqu'on s'aperçoit que l'on est en colère à tort, on apprend beaucoup sur soi-même, ses traits de caractère et ce qui importe pour soi. Une émotion peut donc jouer un rôle épistémique indépendamment de son caractère approprié. Je montrerai que c'est notamment le cas de la nostalgie, qui peut révéler, parfois même en déformant la réalité, ce qu'on a valorisé par le passé, ce qu'on a en commun avec son soi passé et comment on a changé depuis.

### *1.2.2. Normes morales*

Nous jugeons parfois la moralité des personnes en partie d'après les émotions qu'elles ressentent. Certains types d'émotions sont vus comme généralement bons moralement. Éprouver de la pitié est peut-être la marque d'un caractère bon ou vertueux. Nous admirons facilement quelqu'un qui est disposé à prendre pitié d'autrui, tandis que nous jugeons

défavorablement quelqu'un qui serait insensible à la misère d'autrui. D'autres types d'émotions ont moins bonne réputation. Ainsi, la *Schadenfreude*, l'émotion de se réjouir du malheur d'autrui, est peut-être systématiquement cruelle et moralement mauvaise.

Il est surtout possible d'analyser moralement chaque épisode émotionnel individuellement. En général, le verdict diffère selon les instances d'un même type d'émotion. Dans une éthique un peu caricaturale, il est peut-être moralement bon d'être amusé par une chanson comparant les bourgeois à des cochons, permis d'être amusé à des blagues sur les mathématiques et mauvais de s'esclaffer devant des imitations de membres de peuples défavorisés. L'intensité de l'émotion compte aussi, comme pour les normes représentationnelles. Il est peut-être acceptable de rire un peu, mais pas beaucoup, de la chute d'un ami. Ce qui rend une émotion bonne ou mauvaise dépend, bien sûr, de la théorie éthique normative préférée du lecteur ; en adopter une particulière dans le cadre de ce travail serait inutile, et il existe un consensus sur la majorité des situations où nous évaluons moralement des émotions.

Il faut noter que dans le cas des normes morales qui entourent les émotions, il est possible qu'il ne soit ni bon, ni mauvais moralement de ressentir une émotion. Avoir peur d'un requin ou être surpris par la chute d'une poêle semblent purement neutres moralement. Cela distingue les normes morales des normes représentationnelles : une émotion représente toujours soit correctement, soit incorrectement le monde, de même qu'une proposition est toujours soit vraie, soit fausse.

En outre, il faut noter qu'une émotion peut être évaluée comme immorale pour d'autres raisons que la représentation qu'elle fait de son objet. Dans le cas de la blague à laquelle il est immoral de rire, l'immoralité vient du fait qu'on représente injustement l'objet de la blague. Cependant, il y a d'autres façons pour une émotion d'être problématique, et il serait souvent bon moralement d'éviter une émotion qui représente le monde tout à fait correctement. Des critiques peuvent venir du rapport des émotions à l'action. Une émotion qui pousse à agir mal est peut-être moralement mauvaise, et une émotion qui pousse à se replier sur soi-même peut aussi plausiblement causer du tort à la personne qui la ressent et à ses proches. C'est un reproche qu'on pourrait imaginer faire à la nostalgie. Si la nostalgie nous pousse à trop nous concentrer sur le passé et nous fait ignorer les gens qui nous entourent et leurs besoins, peut-être est-il immoral de se laisser aller à la nostalgie. Pour répondre à cette accusation, il faudra souligner que de telles situations quasi pathologiques ne concernent que très peu de cas de nostalgie.

Enfin, les normes morales jouent un rôle lorsque nous déterminons la valeur d'une émotion. Si ressentir une émotion fait de nous de meilleures personnes, c'est une bonne raison de valoriser et rechercher cette émotion ; inversement, nous avons de bonnes raisons d'éviter autant que possible les émotions que nous évaluons comme immorales, puisqu'elles font de nous de moins bonnes personnes et causent du mal autour de nous.

### *1.2.3. Normes prudentielles*

Enfin, il y a un troisième type de raisons comptant en faveur ou en défaveur de certaines émotions : les raisons prudentielles. Par « raisons prudentielles », j'entends des raisons qui ont rapport au bien-être de celui qui ressent l'émotion. Se demander si une émotion est prudemment bonne, c'est se demander si elle est bonne *pour* le sujet. Il faut noter que bien qu'on utilise le terme « bon » comme dans le cas de la moralité, on ne parle pas de la même propriété. Manger des lentilles est bon pour moi, mais ce n'est pas spécialement bon tout court ou bon moralement (et si ça l'est, c'est une information différente de celle selon laquelle c'est bon pour moi). En outre, le sens de « bon pour » utilisé ici est plutôt objectif. Manger des lentilles est bon pour moi objectivement, parce que c'est bon pour ma santé, et cela n'est pas remis en question par le fait que je n'ai aucune envie d'en manger. L'évaluation prudentielle se situe donc sur un plan plus pratique que les autres. Être bonne prudemment confère à une émotion une valeur importante : cela lui permet de contribuer au bonheur de celui qui la ressent.

Ce rôle prudentiel peut se jouer à plus ou moins long terme. Certaines émotions ont une fonction importante pour notre survie, comme la peur. Face à un danger, avoir peur pousse à fuir, ce qui fournit souvent un bénéfice pratique immédiat en permettant au sujet d'éviter d'être blessé. Le dégoût nous empêche de consommer des denrées alimentaires mauvaises pour notre santé. Ces bénéfices prudents découlent directement du lien de ces émotions à l'action présenté auparavant. Les réactions physiques liées à la peur et au dégoût sont directement utiles au bien-être. À l'inverse, la peur se révèle parfois défavorable prudemment. Dans une situation où il est impossible de fuir, prendre peur trop fortement peut empêcher de réagir efficacement au danger, ou même attirer l'attention d'un prédateur. Il serait plus favorable, par prudence, de ne pas ressentir de peur dans cette situation. Comme pour les normes représentationnelles et morales, l'intensité de l'émotion est aussi importante. Avoir un peu peur a souvent peu de conséquences prudentielles négatives, mais être terrifié peut empêcher complètement une personne de fonctionner pendant quelques instants. Enfin, un autre point sur

lequel les émotions améliorent ou détériorent immédiatement le bien-être est celui du plaisir : il est bon pour le sujet d'éprouver du plaisir et mauvais pour lui d'éprouver du déplaisir.

Les conséquences prudentielles ne sont pas toujours si directes ou si terre à terre. Comme Léa espère devenir philosophe, elle est plus motivée à entreprendre les actions nécessaires pour que cet espoir se concrétise : s'inscrire à l'université dans cette matière, bien travailler, prendre le temps d'écrire son mémoire correctement et ainsi de suite. Son espoir en fait une meilleure personne. Si, par la suite, Léa devient en effet philosophe, son espoir aura joué un rôle considérable dans cette réalisation et aura contribué, des années plus tard, à son bien-être. Ces bénéfices peuvent se réaliser même si l'espoir est une mauvaise représentation du monde : peut-être devenir philosophe est-il trop peu probable ou pas assez positif pour être digne d'espoir (sur la valeur de l'espoir, lire Bovens 1999). De nombreuses émotions fonctionnent de manière similaire, en nous montrant quelles valeurs rechercher et lesquelles éviter. C'est une piste intéressante de rôle prudentiel de la nostalgie. En nous révélant ce qui a compté pour nous dans le passé, cette émotion donne des raisons de rechercher des valeurs similaires dans le futur. Elle nous permettrait ainsi à la fois de mieux nous connaître et de calibrer nos désirs.

J'ai énuméré dans les passages qui précèdent différentes considérations prudentielles qui comptent en faveur ou en défaveur d'une émotion. Parfois, cependant, certaines donnent des raisons de ressentir une émotion et d'autres d'éviter la même. Le déplaisir que procure à Lucien la peur du chien dangereux va contre son bien-être, mais le fait que sa peur le pousse à fuir et échapper au chien est bon pour lui. Dans de tels cas, il est possible de mettre en balance ces différentes considérations pour obtenir un jugement *pro toto* sur la qualité prudentielle d'une émotion. La peur de Lucien est mauvaise *pro tanto* en raison du déplaisir et bonne *pro tanto* parce qu'elle aide à fuir ; la deuxième considération est plus importante et affecte plus fortement le bien-être que la première, donc la peur de Lucien est bonne prudentiellement *pro toto*. Il ne suffit donc pas de trouver un plan sur lequel une émotion est bonne prudentiellement pour défendre sa valeur. Soutenir que la nostalgie est agréable ne suffit pas à justifier de soutenir qu'elle est bonne prudentiellement. Il faudra plutôt montrer que la somme de ses avantages est plus grande que celle de ses désavantages.

#### 1.2.4. *Correction et justification*

Quand on s'intéresse à la croyance, on distingue des normes de correction et des normes de justification. L'important pour que je sois justifié à croire une proposition est, grossièrement, que j'aie acquis cette croyance fiablement, d'une manière qui favorise sa correction, en prenant

en compte les bonnes raisons. Certaines croyances sont correctes sans être justifiées. De nombreux Suisses ont cru, en 2020, qu'Alain Berset était leur président, parce qu'il occupait beaucoup plus de place dans le débat public que ses collègues conseillers fédéraux. Cette croyance est fautive et injustifiée, car Simonetta Sommaruga était présidente, et voir un ministre à la télévision n'en fait pas un président. Pourtant, sur cette base, il est possible d'inférer des croyances correctes mais non justifiées. Comme Alexis sait qu'Alain Berset est socialiste, il en avait déduit que la présidence était occupée par le Parti socialiste en 2020. C'était correct, mais Alexis le croyait pour de mauvaises raisons, donc sa croyance était injustifiée. À l'inverse, certaines croyances sont justifiées sans être correctes. Si ma mère, qui est quelqu'un d'honnête et fiable, affirme qu'elle rentrera à Genève à la fin du mois, j'ai de bonnes raisons de la croire. Pourtant, ma croyance peut se révéler fautive. Si ma mère tombe malade, elle devra rentrer plus tôt. Dans ce cas, ma croyance sera fautive, même si elle est justifiée.

Dans les trois sous-sections précédentes, j'ai décrit des normes de correction représentationnelle, morale et prudentielle. Des normes de justification semblables à celles pour la croyance peuvent être appliquées aux émotions sur ces trois plans également. Imaginons Claude, qui se met en colère lorsqu'une femme l'insulte, pas parce que l'insulte est offensante, mais parce qu'une femme ose lui parler. Clairement, il n'est pas en colère pour la bonne raison, et son émotion n'est donc pas justifiée en termes de représentation. Pourtant, elle est correcte, car le comportement de cette femme est offensant. Claude doit bien être en colère dans cette situation, il l'est seulement pour les mauvaises raisons. À l'inverse, une émotion incorrecte peut être justifiée si le sujet a de bonnes raisons d'évaluer le monde de cette façon. Si un ami habituellement fiable m'annonce une mauvaise nouvelle mais qu'il s'est trompé, ma tristesse est incorrecte mais elle est justifiée. On pourrait donner des exemples similaires pour les plans moral et prudentiel.

Évaluer une émotion comme justifiée en termes de représentation, de moralité ou de prudence est aussi une manière de l'évaluer positivement. C'est cependant, comme je l'ai montré, une évaluation distincte de celles concernant la correction des émotions. Quand on s'intéresse à la valeur qu'a une émotion dans nos vies, la correction est plus importante : les émotions nous servent parce qu'elles représentent correctement le monde, sont morales et favorisent notre bien-être. Des émotions incorrectes mais justifiées sur ces plans sont peut-être excusables, mais elles n'ont pas la même valeur pour nous. Il était important de faire la distinction entre correction et justification, mais je laisse donc la seconde de côté dans le reste de ce mémoire.

### 1.2.5. Tensions et évaluation globale

J'ai présenté trois plans différents sur lesquels évaluer la correction des émotions. Quand on souhaite décider s'il est bon ou non de ressentir une émotion particulière, cela peut poser un problème : les trois plans livrent souvent des verdicts opposés. Il y a des émotions appropriées mais immorales. Il est peut-être immoral d'être esthétiquement émerveillé par *Triumph des Willens* de Leni Riefenstahl, mais c'est un film objectivement beau (voir à ce sujet Walton 1994). À l'inverse, certaines émotions représentent mal le monde mais montrent la bonté morale de celui qui les ressent. Il est peut-être bon moralement d'être amusé par une blague sur les milliardaires véreux même si la blague n'est pas réellement drôle. Certaines émotions appropriées sont prudemment mauvaises, comme l'épisode de peur contre-productif discuté plus haut, tandis que des émotions inappropriées peuvent être prudemment bonnes. Ressentir de la joie plutôt que de la tristesse après la mort de quelqu'un est peut-être bon pour le bien-être de la personne qui ressent cette émotion, mais c'est une émotion qui évalue mal la mort. Cet exemple fournit aussi un cas où une émotion prudemment bonne est immorale ; au contraire, des émotions bonnes moralement, comme la compassion, peuvent être prudemment mauvaises en poussant celui qui les ressent à agir de façon désintéressée de son bonheur.

D'Arms et Jacobson montrent de manière convaincante que les trois formes d'évaluation sont typiquement indépendantes. La moralité d'une blague n'a pas d'influence sur le fait qu'elle soit drôle ou non (et utiliser un argument moral pour dire qu'une blague n'est pas drôle ou qu'une œuvre n'est pas belle constituerait une forme de sophisme moraliste), et le fait qu'une émotion ne soit pas pratique ne remet pas non plus en cause le fait qu'elle représente correctement le monde (D'Arms & Jacobson 2000 ; voir aussi Gatignon 2020, 13-18, où je défends plus longuement cette position).

Pour certaines émotions, les normes représentationnelles sont même en tension directe avec le versant prudentiel. C'est la position que défend Fritz (2021) sur l'anxiété. Il est très souvent approprié d'être anxieux, parce qu'il existe énormément de situations possibles et menaçantes. C'est justement cette ubiquité des raisons d'être anxieux qui rend peut-être l'anxiété prudemment problématique, comme évoqué plus haut : il est impossible d'être anxieux à chaque fois que les normes représentationnelles le demandent sans être une personne totalement dysfonctionnelle.

Une possibilité pour résoudre le conflit entre les différents types d'évaluation des émotions est de les combiner pour formuler une évaluation globale, toutes choses considérées. Une telle évaluation répond à la question suivante : « En prenant en compte la représentation, la moralité et l'aspect prudentiel de cette émotion, est-il bon ou non de la ressentir ? » La difficulté, bien entendu, est de savoir combien chaque dimension compte par rapport aux autres. Combien d'immoralité faut-il, par exemple, pour décider qu'il est mauvais toutes choses considérées de ressentir une émotion appropriée ? Des projets de cette sorte, certes controversés, ont été avancés pour régler les disputes entre raisons épistémiques et raisons pratiques de croire une proposition. C'est le cas de Howard (2019), qui soutient que les raisons épistémiques l'emportent les raisons pratiques à moins que les raisons pratiques dépassent un niveau extrêmement élevé, ou de Maguire et Woods (2020), qui pensent que les raisons pratiques s'imposent. Dans la suite de ce travail, je suppose qu'il est possible de défendre un modèle similaire pour les émotions, et que dans la plupart des cas, nous avons des intuitions plutôt claires sur le poids des différentes considérations en jeu.

Il semble aussi que les considérations autour de la représentation l'emportent moins facilement que dans le cas de la croyance. Nous avons bien du mal à admettre de croire quelque chose pour des raisons pratiques quand nous avons des raisons épistémiques de croire sa négation, mais nous sommes souvent prêts à essayer d'éviter une émotion qui représente correctement le monde parce qu'elle est prudemment mauvaise (le cas de l'anxiété, tel que décrit par Fritz (2021), fournit un exemple parlant). Sans définir des règles précises, nous sommes d'accord pour dire que les raisons épistémiques d'être endeuillé l'emportent sur les raisons prudentielles de ne pas l'être. C'est très désagréable, mais nous jugeons important de réagir à un décès en lui accordant l'attention et l'évaluation qu'il mérite. Dans ma discussion de la nostalgie, la balance devrait également, de manière générale, être claire, mais on peut accepter qu'il reste, comme pour toutes les autres émotions, des zones grises dans lesquelles il n'y a pas de réponse claire et où la sensibilité de chacun diffère quant à ce qu'il faut ressentir et ne pas ressentir.

### **1.3. Émotions, passé et perspectives**

Les thèses que j'ai présentées dans les deux premières sections de ce chapitre s'appliquent à toutes les émotions. Dans cette troisième section, je me rapproche de la nostalgie en m'intéressant aux émotions autobiographiques, en particulier celles qui sont tournées vers le passé du sujet. La nostalgie compte au nombre de ces émotions-là. Je commence par défendre

l'idée selon laquelle ces émotions constituent de nouvelles évaluations du passé plutôt qu'un simple souvenir d'une émotion déjà vécue (§1.3.1). Ensuite, je développe une réflexion sur les multiples perspectives qui sont en jeu lorsque l'on se rappelle un moment de son passé. L'interaction entre perspectives est nécessaire pour expliquer les nouvelles évaluations opérées par nos émotions présentes. Je soutiens sur cette base que ces représentations autobiographiques ressemblent à des épisodes narratifs et s'inscrivent donc bien dans une représentation de sa propre vie sous forme de récit mental (§1.3.2).

### 1.3.1. *Émotions et passé autobiographique*

Un bon nombre des émotions que j'ai présentées dans le début de ce travail forment des réactions à l'environnement présent du sujet. On a peur d'une situation devant soi, on est dégoûté par la nourriture actuellement dans l'assiette, on est joyeux de nager dans le fleuve et ainsi de suite. Cependant, beaucoup d'émotions sont dirigées vers des objets qui ne sont pas présents. Certaines ont des objets possibles mais pas forcément actuels, comme l'espoir et l'anxiété ; certaines ont des objets futurs, comme l'émotion de se réjouir d'un événement dont on sait qu'il arrive bientôt ; et d'autres enfin ont des objets passés, comme le regret, certaines instances de honte ou de joie, et l'émotion qui m'intéresse, la nostalgie. De plus, parmi les émotions consacrées au passé, certaines ont la caractéristique supplémentaire d'être autobiographiques. On regrette normalement d'avoir *soi-même* agi de façon maladroite et on est nostalgique d'épisodes de son *propre* passé, tandis qu'on peut être heureux que Napoléon ait perdu sans avoir vécu Waterloo. Dans cette sous-section, je m'intéresse aux émotions autobiographiques tournées vers le passé.

Une question m'intéresse en particulier : lorsque nous avons des émotions tournées vers notre passé autobiographique, s'agit-il parfois de souvenirs d'émotions passées que nous vivrions à nouveau, ou bien sont-ce des émotions nouvelles qui réévaluent une situation passée que nous avons vécue ? La première option est notamment défendue par LeDoux (1992, 270 ; cité dans Debus 2007, 760). Dorothea Debus (2007), au contraire, soutient que toutes ces émotions sont de nouvelles évaluations du passé. Dans ce qui suit, j'explique pourquoi je suis la position de Debus, ce qui entraîne des conséquences importantes pour ma conception de la nostalgie.

Debus commence par montrer que, clairement, toutes les émotions autobiographiques dirigées vers le passé ne sont pas des souvenirs d'émotions passées. Prenons Frank, qui est honteux d'avoir été ivre quelques jours auparavant. La honte est une réaction présente de Frank

sobre ; il ne la ressentait pas du tout sur le moment, sans quoi il aurait mis fin à son comportement gênant. La honte ne peut donc pas être un souvenir d'une émotion passée (Debus 2007, 762-763).

Debus se penche alors sur une thèse moins forte, selon laquelle chaque émotion autobiographique tournée vers le passé *qui est similaire à une émotion passée* est un souvenir de cette émotion. Cependant, la similitude ne suffit pas à faire d'une émotion un souvenir. L'empathie peut nous faire ressentir des émotions extrêmement similaires à celles d'autrui, sans qu'elles deviennent des souvenirs (Debus 2007, 763). Préciser que la nouvelle émotion doit « dépendre causalement d'informations encodées pendant la première expérience et qui ont été préservées » (Debus 2007, 764) ne convient pas non plus. Debus présente un cas où nos intuitions ne sont pas claires à ce sujet : un homme a été kidnappé par trois hommes dans un van vert durant son enfance. Il affirme désormais qu'il voit souvent trois hommes dans un van vert, et ces hallucinations dépendent causalement de l'expérience traumatisante qu'il a vécue. Pourtant, il ne semble pas que l'on soit prêt à appeler son expérience visuelle un souvenir (Debus 2007, 765). De plus, nous ne sommes pas prêts à utiliser le fait que nous avons des émotions dirigées vers le passé comme justification épistémique pour des croyances à propos de nos émotions passées. Il serait étrange de juger que j'étais heureux pour mon amie lorsqu'elle a reçu un prix sur la base du fait que je suis désormais heureux qu'elle ait gagné ce prix. Pourtant, il est totalement normal de juger que j'étais heureux à ce moment sur la base de souvenirs. Je me rappelle que j'avais un grand sourire à ce moment, et cela fournit une bonne justification de ce jugement (Debus 2007, 767-768). Les souvenirs et les émotions dirigées vers le passé ne fonctionnent donc pas de la même manière dans tous les cas.

Debus considère une dernière option. Il y a bien des cas où nous utilisons nos émotions actuelles pour émettre des jugements sur nos émotions passées. Selon la thèse imaginée par Debus (2007, 769), les émotions autobiographiques tournées vers le passé sont des souvenirs précisément dans ces cas-là. Mais même cette position limitée, comme le montre Debus, est intenable, parce que quand on utilise de façon raisonnable une émotion présente pour juger qu'on a eu une émotion similaire par le passé, on raisonne toujours par inférence. En revanche, quand nous utilisons des souvenirs pour former des connaissances sur le passé, nous n'avons pas besoin de procéder par inférence. En l'absence de preuves dans la direction opposée, nous prenons nos souvenirs à la lettre. Le faire dans le cas des émotions serait étrange et déraisonnable : on n'imagine pas répondre à quelqu'un qui nous demande comment on sait

qu'on était heureux à la remise du prix il y a cinq ans qu'on le sait parce qu'on est heureux maintenant, sans donner plus de détails (Debus 2007, 772).

Puisqu'on a rejeté tous les cas où il semblait plausible que nos émotions actuellement tournées vers notre passé soient des souvenirs, il devient naturel d'adopter le point de vue de Debus : « toutes les émotions autobiographiques dirigées vers le passé sont des réponses *présentes, nouvelles* aux événements (ou situations) passés vers lesquelles ces émotions sont dirigées » (Debus 2007, 772). Comme la nostalgie est une émotion de ce type, il faudra expliquer par la suite en quoi elle procède à une nouvelle évaluation d'une situation passée.

En outre, Debus formule une remarque importante sur la valeur des émotions autobiographiques dirigées vers le passé. Puisqu'elles ne sont pas des souvenirs, elles ne peuvent pas jouer de la même façon le rôle épistémique de nous fournir des connaissances sur nos émotions passées (Debus 2007, 773). Debus distingue deux types parmi ces émotions : certaines seraient empathiques et d'autres non. Lorsque je me souviens d'avoir été triste tout seul à la récréation à l'école primaire, je peux avoir une réaction émotionnelle empathique où je me mets à la place d'un enfant perdu ne sachant pas quel comportement adopter, auquel cas je suis triste, sans prendre en compte le fait que c'était ma faute si j'étais seul, puisque je refusais de parler aux autres enfants. Je peux également avoir une réaction émotionnelle non empathique. De mon point de vue présent, ma maladresse d'alors paraît un peu ridicule, et ce souvenir est amusant.

Les émotions autobiographiques tournées vers le passé empathiques mettent de côté le point de vue actuel du sujet, prennent celui de leur personne passée et réagissent ainsi, ce qui lui permet de mieux comprendre son passé et peut l'aider à se souvenir de faits à son propos (Debus 2007, 773). Elles peuvent ainsi aussi jouer un rôle épistémique pour se rappeler d'anciennes émotions, même si elles ne constituent pas elles-mêmes un souvenir. Celles qui ne sont pas empathiques sont des réactions totalement du point de vue du sujet présent. Je forme une évaluation de mon passé dans les termes du présent. Ces deux types de cas participent à renforcer le « sens du soi » du sujet. Les premiers permettent de mieux se comprendre, les seconds de juger ce qu'on a fait par le passé et de comprendre comment on a évolué depuis. Les émotions autobiographiques tournées vers le passé ont donc beaucoup à nous apprendre sur nous-mêmes, et c'est là une partie importante de leur valeur.

Enfin, ces émotions restent fortement liées aux souvenirs et aux émotions passées. D'abord, les souvenirs en sont souvent la base : avant de réévaluer une situation passée, il faut

s'en souvenir. De plus, nos souvenirs des situations passées incluent des informations sur les émotions que nous avons alors ressenties. On peut imaginer quelqu'un qui se souvient d'avoir ri à une blague problématique et en a désormais honte. Il a bien un souvenir de son amusement. En outre, sa honte actuelle est à propos de son amusement passé, donc elle en dépend fortement. La conclusion à laquelle je suis arrivé sur la base des arguments de Debus ne met pas en péril cette évidence. Dans la sous-section suivante, je m'intéresse à ces liens entre nos perspectives passées et présentes.

### *1.3.2. Une question de perspectives*

Les émotions autobiographiques tournées vers le passé passent par des souvenirs qui mettent en jeu plusieurs perspectives : la perspective actuelle de celui qui se souvient, la perspective passée du personnage de son souvenir, et la perspective du « narrateur » du souvenir, qui est souvent distincte des deux autres. Dans les paragraphes qui suivent, je développe une conception de ces perspectives et de leurs interactions, en me basant sur un article de Margherita Arcangelli et Jérôme Dokic (2018). Ensuite, je montre que cette façon de se représenter le passé à l'aide de multiples perspectives a quelque chose de narratif, et s'inscrit bien dans des récits mentaux tels que les décrit Peter Goldie (2012). Ces considérations permettront par la suite de montrer les différentes perspectives en jeu dans la nostalgie et d'expliquer en quoi cette émotion s'intègre bien dans les récits que nous nous faisons sur notre propre vie, ce qui lui permet notamment de renforcer notre sens de notre identité à travers le temps.

Chacun des trois niveaux de perspective en jeu dans nos souvenirs implique une représentation de la situation dont on se souvient sur plusieurs plans. On peut expliquer ces plans à l'aide d'un exemple plus simple qu'un souvenir : la différence de perspectives entre deux amis qui débattent de politique. La différence de perspectives peut notamment porter sur le plan épistémique ou sur le plan de l'évaluation (Arcangelli & Dokic 2018, 140). Il y a une différence épistémique entre les deux perspectives lorsque l'un des deux amis en sait plus que l'autre, ou a accès à des raisons de croire quelque chose auxquelles l'autre n'a pas accès. Un des deux amis a peut-être étudié la climatologie, ce qui lui permet de bien mieux connaître les enjeux écologiques des choix politiques. Même si les deux amis ont accès aux mêmes connaissances sur la situation dont ils discutent, leurs perspectives peuvent encore différer parce qu'ils l'évaluent différemment. L'un d'eux peut juger offensant le port du voile, tandis que l'autre estime que ce n'est pas à lui de décider comment les autres s'habillent. Ces différences de perspective passent souvent par les évaluations que font les émotions : en voyant une

personne voilée marcher dans la rue, le premier ami est indigné, tandis que l'autre n'a pas de réaction émotionnelle.

Dans le cas des souvenirs autobiographiques, la situation est plus compliquée, car toutes les perspectives appartiennent, dans un sens, à la même personne. Je vais maintenant m'efforcer de distinguer ces perspectives et de montrer en quoi elles peuvent s'influencer. Lorsque, à 50 ans, Pam a un souvenir autobiographique, ce souvenir représente toujours une version antérieure de Pam avec sa propre perspective. À 20 ans, Pam ne sait pas encore qu'elle va devenir artiste, et elle évalue cette perspective comme réjouissante mais impossible, ce qui lui fait ressentir de la frustration. Le protagoniste du souvenir a donc une perspective, recréée plus ou moins précisément par la mémoire de celui qui se souvient. Ensuite, la personne actuelle qui se souvient a aussi une perspective : elle sait qu'elle est bel et bien devenue artiste, et évalue cette perspective comme quelque chose qui l'a rendue heureuse. La divergence entre les deux perspectives est claire. À la suite d'Arcangelli et Dokic, j'appelle parfois ces perspectives celles du « personnage » et de l'« auteur » (2018, 143). Ces termes sont repris du vocabulaire de la narration, mais il ne faut pas les prendre trop littéralement. L'auteur, dans le cas d'un souvenir, est simplement la personne actuelle qui se souvient et réagit à son souvenir.

En plus de ces deux perspectives, Arcangelli et Dokic ajoutent la perspective du « narrateur » (2018, 142), qu'il est plus difficile de distinguer. Pour introduire cette notion, ils exposent un cas de souvenir « d'observateur ». Parfois, lorsqu'on se souvient d'un événement déjà vécu, on s'imagine visuellement de l'extérieur, souvent de dessus. Ce point de vue correspond à la perspective d'une sorte d'observateur virtuel, que personne n'a occupée dans la réalité. Contrairement à l'auteur, le narrateur est « à l'intérieur » du souvenir, mais il est distinct du personnage. Comme sa perspective est liée à une image de la situation, ce narrateur virtuel a au moins un accès épistémique à la situation différent de celui du personnage, par le biais de sa perception. Il peut voir ce que le personnage ne voit pas. Il est donc possible qu'un souvenir contienne cette perspective supplémentaire. Cela le distingue d'autres états mentaux, où la perspective du narrateur est simplement celle de l'auteur. Dans la perception visuelle, il n'y a pas de narrateur séparé. À l'inverse, dans le souvenir, la perspective du narrateur n'est pas toujours distincte de celle d'un personnage. Dans certains souvenirs, nous nous rappelons une situation en reprenant le point de vue du personnage, auquel cas ce dernier a la même perspective que le narrateur.

Le narrateur peut avoir une perspective épistémique différente des deux autres, mais aussi une perspective évaluative distincte. Ce n'est pas évident de prime abord. Si un souvenir est triste, la tristesse serait alors soit celle du personnage, soit celle de celui qui se souvient (Arcangelli & Dokic 2018, 143). De plus, comme personne n'a réellement occupé la place du narrateur, personne n'a réellement ressenti son émotion. Ce dernier point n'est pas réellement problématique. De même qu'on peut simuler une perspective visuelle, on peut imaginer une perspective émotionnelle qui n'a pas eu lieu. De plus, les émotions ne sont pas la seule forme d'évaluation possible, et on peut aussi imaginer que le narrateur voit ou juge les valeurs qui l'entourent. En outre, Arcangelli et Dokic présentent des cas où le narrateur a bien une perspective évaluative différente. Un exemple est celui de Maria, une conductrice qui s'est endormie au volant quelques secondes et a failli sortir de la route, mais s'est rattrapée au dernier moment (Arcangelli & Dokic 2018, 147-148). Quand Maria s'en souvient actuellement, elle éprouve du soulagement, tandis que le personnage de son souvenir n'a aucune émotion, puisque Maria s'était endormie. Cependant, le souvenir est présenté d'un point de vue extérieur. Maria se voit endormie dans la voiture, et cette perspective évalue la situation comme terrifiante. Pourtant, Maria n'était pas terrifiée sur le moment, et elle n'est plus actuellement, puisqu'elle est simplement soulagée. Elle ne l'a même jamais été. En même temps, la perspective évaluative du narrateur est importante : elle explique pourquoi Maria est désormais soulagée. Maria ne voit pas la situation comme dangereuse, puisqu'elle sait que rien ne lui est arrivé, mais le point de vue du narrateur terrifié qui ne sait pas que cela finira bien lui donne une raison d'être soulagée alors qu'elle ne le serait pas si rien d'effrayant ne s'était passé. Arcangelli et Dokic utilisent aussi des épisodes d'imagination sans personnage pour montrer la possibilité d'une perspective émotionnelle du narrateur (2018, 148). Si j'imagine un monde sans aucune trace de vie après un accident nucléaire, je me représente cette situation comme horrible et déprimante. Pourtant, ce n'est la perspective de personne dans le monde que j'imagine, puisque personne ne l'habite. Ce n'est pas non plus la mienne : je juge cette situation si improbable qu'elle ne me fait ni chaud ni froid. L'évaluation doit alors être faite par le narrateur de mon imagination.

Les perspectives du personnage, du narrateur et de l'auteur sont distinctes, mais elles ne sont pas indépendantes. Les barrières entre les différentes perspectives sont floues et ces dernières peuvent s'influencer de diverses manières (Arcangelli & Dokic 2018, 144-146 et 147-150 ; Goldie 2012, chapitre 2). D'abord, les perspectives fusionnent parfois : le narrateur est souvent identique à un personnage, comme quand on a un souvenir à la première personne. Si

un épisode imaginaire ou de mémoire est suffisamment fort, le narrateur, l'auteur et le personnage peuvent même être tous identiques. C'est le cas dans certains souvenirs où l'on a l'impression de réellement revivre la situation en délaissant totalement le présent. Arcangelli et Dokic appellent ces phénomènes « immersion faible » et « forte » respectivement (2018, 144). Il y a « contagion émotionnelle » lorsque l'émotion ou l'évaluation du narrateur se propage à l'auteur. Ce serait le cas si la conductrice Maria était terrifiée en se souvenant de l'accident qu'elle a failli avoir, alors qu'elle sait que rien de mal n'est arrivé (Arcangelli & Dokic 2018, 144-145). Il existe aussi des cas de « résistance imaginative » (Arcangelli & Dokic 2018, 145-146) lorsque, au contraire, les évaluations de l'auteur contaminent celles du narrateur. Nous sommes incapables d'imaginer un monde où il est acceptable de torturer des chatons pour s'amuser, donc nous sommes incapables de concevoir un récit dont le narrateur approuverait ce comportement.

Dans les quatre exemples ci-dessus, plusieurs perspectives sont alignées ou identiques. Cependant, ce n'est pas la seule manière dont des perspectives peuvent être liées. En particulier, une perspective peut dépendre d'une ou plusieurs d'autres et y réagir de façon adaptée (Arcangelli & Dokic 2018, 147-150). C'est notamment le cas du souvenir de Maria. Son soulagement est une réaction correcte à la peur du narrateur. En prenant du recul, sur le plan psychologique, on décrit un fonctionnement plausible du soulagement. Le souvenir présente à Maria quelque chose de dangereux. Maria ne peut pas y répondre raisonnablement par la peur, puisque le danger n'est plus là. Cependant, elle ne peut pas évaluer la situation de façon neutre non plus, car ses intérêts étaient en jeu et elle ne doit pas reproduire ce type de situation. Le soulagement est alors une réponse particulièrement logique, qui la rendra attentive à prendre plus de précautions. Dans l'autre sens, le soulagement a besoin de la perspective du narrateur : on ne peut pas être soulagé de quelque chose sans avoir été menacé, et Maria ne se sent jamais menacée, ni au moment où elle conduit, ni quand elle se souvient. Le rôle du narrateur virtuel est donc essentiel pour réévaluer le passé. Je montrerai au chapitre suivant que la nostalgie implique un cas similaire : il faut que le narrateur représente l'objet de la nostalgie comme positif pour que le sujet actuel soit nostalgique.

Les interactions entre perspectives qui importent dans nos émotions autobiographiques à propos du passé sont semblables à celles qui ont lieu entre les perspectives dans un récit, fictionnel ou non. Les récits mettent en jeu plusieurs perspectives : celles des personnages, du narrateur, de l'auteur et du public. Un souvenir et les réactions émotionnelles associées ressemblent à un épisode narratif d'un récit autobiographique, dans lequel le protagoniste, le

narrateur et l'« auteur » sont des perspectives différentes appartenant à la même personne. Peter Goldie a développé une théorie autour de récits mentaux autobiographiques pouvant mettre en jeu de tels souvenirs ainsi que de l'imagination par rapport au futur, qui implique également de tels jeux de perspectives (Goldie 2012). Selon Goldie, nous nous représentons notre vie de façon narrative, sans que cela implique un projet conscient ou bien un acte de raconter sa vie sous forme narrative à autrui. Cette représentation narrative implique, d'une part, ce genre de représentation jouant sur différentes perspectives. D'autre part, Goldie insiste sur la cohérence globale qui caractérise les récits. Les événements du début d'un récit sont normalement significatifs pour la suite. De même, dans un récit mental à propos de notre vie, les épisodes narratifs à propos de notre passé sont importants pour notre représentation de qui nous sommes actuellement et qui nous allons devenir. Prenons le cas de quelqu'un qui se sent coupable d'avoir trompé son partenaire. Il se représente le moment où cela est arrivé par le biais d'un souvenir auquel il réagit émotionnellement avec honte et culpabilité. Cela se passe comme dans les exemples proposés dans le début de cette section. Cet épisode de son passé influence la vision qu'il a de qui il est actuellement : il se voit comme une mauvaise personne à qui on ne peut pas faire confiance. Cela influence aussi la façon dont il voit son futur, et donc son comportement. Comme il veut se racheter, il réagit émotionnellement favorablement quand il s' imagine fournir des efforts et s'améliorer, et défavorablement lorsqu'il imagine retomber dans ses travers. Cela le pousse à faire en sorte que la suite du « récit » de sa vie soit plutôt du premier type, en agissant de la manière adaptée. De cette manière, une émotion tournée vers le passé qui raconte de façon narrative un épisode de la vie du sujet peut devenir significative pour l'image qu'il a de soi et pour son futur. Je tâcherai de montrer, dans la suite de ce mémoire, que c'est le cas de la nostalgie et que cela lui confère une partie de sa valeur.

#### **1.4. Conclusion**

Dans ce chapitre, j'ai exposé toute une série de thèses à propos des émotions et de la narrativité en général. En particulier, j'ai montré que les émotions sont des états mentaux épisodiques, qu'elles ont une phénoménologie riche. Elles ont également une intentionnalité qui les connecte aux valeurs : elles ont des objets et les évaluent comme ayant certaines propriétés positives ou négatives. Enfin, les émotions influencent fortement notre comportement et sont souvent décrites comme positives ou négatives. Après ce tour d'horizon, je me suis concentré sur diverses manières d'évaluer les émotions, en explorant les normes représentationnelles, morales et prudentielles et en suggérant qu'il est souvent utile de combiner ces différents plans pour évaluer une émotion « toutes choses considérées ». Enfin, j'ai exposé des outils pour traiter des

émotions autobiographiques tournées vers le passé, en défendant qu'elles procèdent à une nouvelle évaluation d'événements passés, et j'ai souligné l'importance de la multitude de perspectives en jeu dans ces émotions. La somme de ces théories devrait fournir un socle solide pour étudier la nostalgie dans les chapitres suivants.

## **2. La nature de la nostalgie**

Dans le chapitre précédent, j'ai seulement évoqué en passant l'émotion au cœur de ce mémoire, la nostalgie. Dans ce chapitre, je m'y intéresse enfin plus en détail, en m'efforçant d'offrir une conception précise de la nature de la nostalgie, qui sera nécessaire pour estimer la valeur de cette émotion dans le chapitre suivant. Pour décrire au mieux la nostalgie, je commence par quelques considérations générales lui appliquant les points abordés dans le chapitre précédent (§2.1). Ensuite, je me penche sur un élément qui me semble crucial, la représentation que la nostalgie fait de son objet. Après avoir rejeté quelques théories classiques, je soutiens que l'intentionnalité de la nostalgie repose sur une comparaison entre une chose passée valorisée dans le passé et son absence dans le présent (§2.2). Enfin, je conclus le chapitre par quelques précisions. J'explique en particulier que ce qui est digne de nostalgie dépend du sujet, et je distingue la nostalgie de plusieurs phénomènes affectifs similaires, comme la tristesse, le regret ou la mélancolie (§2.3).

### **2.1. Aperçu**

J'ai déjà dit quelques mots de la nostalgie dans le chapitre précédent. En particulier, j'ai décrit la nostalgie comme une émotion, plus précisément comme une émotion tournée vers le passé autobiographique. D'abord, cela signifie que la nostalgie est, comme les autres émotions, épisodique, a des objets fournis par des bases cognitives, évalue ses objets d'une certaine manière et a une phénoménologie riche et une valence. Je traite la plupart de ces points dans cette section, en laissant toutefois le gros morceau que constitue l'intentionnalité de la nostalgie pour la section suivante. Ensuite, j'ai dit que la nostalgie est tournée vers le passé autobiographique : on est nostalgique de situations qui sont passées et qu'on a soi-même vécues. Cela permet de lui appliquer les réflexions que j'ai développées dans le chapitre précédent à ce sujet. La nostalgie constitue une nouvelle évaluation de ces événements déjà vécus, et il est possible d'en rendre compte à l'aide de ma réflexion sur les interactions entre perspectives. Toutefois, cette affirmation appelle une objection à laquelle je dois répondre avant d'aborder les points que j'ai mentionnés.

En effet, dire que la nostalgie est une émotion tournée vers le passé autobiographique exclut certains phénomènes que nous appelons parfois « nostalgie » mais qui ne répondent pas à cette description. D'abord, certaines personnes affirment être nostalgiques d'événements qu'elles n'ont pas vécus, en particulier de périodes historiques éloignées. Imaginons Anatole, un jeune étudiant de la génération Z à la sensibilité de gauche qui se dit nostalgique de la Commune de Paris. Comme Anatole vit cent cinquante ans après la Commune, celle-ci n'appartient évidemment pas à son passé autobiographique. On peut traiter ce cas de deux manières. Selon la première, Anatole est victime d'une délusion totale et s' imagine avoir participé à la Commune. Il existe certainement de tels cas pathologiques, mais il semble qu'Anatole puisse vouloir dire autre chose. Son affirmation ne paraît pas si absurde. Cette réponse n'est donc pas satisfaisante.

Une réponse est qu'il s'agit là d'un usage dérivé du terme « nostalgie ». Les cas centraux de nostalgie sont bien des cas où le sujet s'attache à une période, un objet ou une situation de son passé qu'il valorise. On peut défendre l'idée que ces cas sont centraux de plusieurs façons. D'abord, c'est à propos de tels cas qu'on a commencé à parler de « nostalgie », quand Jean Hofer a étudié le mal du pays des mercenaires suisses (Hofer 1688), et ils correspondent à l'étymologie du mot (la nostalgie est le « mal du retour »). Ensuite, ils constituent la majorité des sentiments que nous appelons « nostalgie ». Enfin, la nostalgie autobiographique est un phénomène affectif fréquent qui a des propriétés dont j'espère montrer l'intérêt ci-dessous, tandis que la nostalgie d'événements historiques est plus limitée. De plus, il est facile d'expliquer en quoi la nostalgie d'Anatole dérive de la nostalgie au sens étroit. Cette dernière valorise un événement passé, comme celle au sens large, mais celle au sens large peut en concerner davantage. Des ancêtres d'Anatole ont bien pu être littéralement nostalgiques de la Commune, tandis que c'est pour lui une façon de parler pour montrer son affection pour les idéaux révolutionnaires.

Il me semble donc acceptable de se concentrer ici sur le phénomène central que représente la nostalgie autobiographique, que je vais continuer d'appeler simplement « nostalgie » dans la suite de ce travail. La même remarque s'applique à d'autres formes dérivées de nostalgie, comme la nostalgie qu'on attribue parfois à tout un peuple (les Anglais seraient, ainsi, nostalgiques de leur empire colonial). Tous ces cas ne relèvent pas littéralement de la nostalgie telle que je la décris ici.

### 2.1.1. *Objets et causes*

Une bonne façon d’avoir un premier aperçu d’une émotion est de considérer à propos de quels objets et dans quelles circonstances elle se manifeste. Je commence par les objets de la nostalgie, avant de dire quelques mots sur ses causes ou ce qui la déclenche.

Les exemples de choses dont on peut être nostalgique sont nombreux. On peut être nostalgique de son enfance, du premier anniversaire d’un ami auquel on a été invité, du moment où sa mère faisait la lecture avant le coucher, du jour où on a rencontré son premier amour, de l’instant où l’arbitre a sifflé la fin d’un match... On peut extraire d’une telle liste d’exemples plusieurs éléments qui caractérisent les objets de la nostalgie.

D’abord, encore une fois, la nostalgie concerne des situations, des événements plus ou moins ponctuels qui appartiennent au passé. On ne peut pas être raisonnablement nostalgique de ce qui n’est pas encore arrivé ou de ce qu’on a encore. Il serait absurde que je sois nostalgique de la naissance de mon enfant alors que je ne suis pas père. Un argument quelque peu douteux est censé permettre de rejeter l’idée que la nostalgie est essentiellement dirigée vers le passé : il est métaphysiquement possible de voyager dans le temps. Si un voyageur dans le temps revenait suffisamment en arrière dans le passé, avant même sa naissance, il pourrait continuer d’être nostalgique de son enfance tout à fait raisonnablement, quand bien même sa naissance est en fait future (Sweeney 2020). Il faudrait alors dire que la nostalgie dépend du changement.

Il ne me semble pas nécessaire de prendre en considération cette objection très sérieusement. D’abord, j’essaie de rendre compte d’un phénomène de sens commun que nous éprouvons au quotidien. Il est évident que parmi la totalité des cas de nostalgie jamais ressentis, aucun n’a été dirigé vers le futur parce qu’un voyageur dans le temps était nostalgique de son enfance. Ensuite, même si cette situation venait à se produire, il existe un sens du terme dans lequel l’enfance du voyageur dans le temps est son « passé », quand bien même elle est postérieure physiquement au moment auquel il est nostalgique. Enfin, un lecteur particulièrement sensible aux émotions des voyageurs dans le temps pourrait remplacer le terme « passé » dans le reste de ce mémoire sans incidence sur les thèses que je défends.

Ensuite, j’ai aussi déjà évoqué le caractère autobiographique ou « personnellement pertinent » (Van Tilburg et al. 2018) de la nostalgie. Tous les événements cités dans les exemples ci-dessus sont des événements appartenant à la vie du sujet nostalgique lui-même. De plus, comme le montrent des études psychologiques à propos de la nostalgie (Wildschut et al. 2006), cette émotion s’intéresse souvent à des événements significatifs dans la vie des sujets,

soit parce qu'ils sont des étapes affectivement importantes (une cérémonie de remise de diplômes, un anniversaire, un mariage), soit parce qu'ils impliquent des personnes importantes pour lui (sa mère, un partenaire amoureux, un ami cher). On n'est généralement pas nostalgique de moments futiles, à moins qu'ils soient un symbole de quelque chose de plus significatif.

En outre, ces situations sont heureuses ou positives. On est nostalgique à propos de bons souvenirs. On n'est pas nostalgique de mauvais moments, comme la perte d'un emploi, à moins que le caractère négatif d'un tel événement soit compensé par des suites positives (perdre un emploi peut pousser à se reprendre en main et se réorienter vers un domaine professionnel plus stimulant ; dans ce cas, il est plausible qu'on soit nostalgique de l'époque à laquelle c'est arrivé).

Enfin, les objets de la nostalgie ont divers niveaux de spécificité. On peut être nostalgique de toute une époque – son enfance, ses années universitaires –, d'événements généraux – les moments où sa mère faisait la lecture avant que l'on s'endorme – ou bien d'événements spécifiques – sa remise de diplôme ou son premier baiser. Toutefois, même quand ils sont généraux, les objets de la nostalgie ne sont pas vagues. La nostalgie se distingue ainsi d'une humeur plaintive qui ne concernerait rien en particulier.

Se pencher sur ce qui déclenche un épisode de nostalgie est aussi intéressant pour deux raisons. D'abord, il est important de séparer ce à propos de quoi on est nostalgique de ce qui déclenche la nostalgie. Un exemple fameux de nostalgie est celui que ressent le narrateur de *La Recherche du temps perdu* de Proust en goûtant à nouveau une madeleine trempée dans du thé, comme celles qu'il mangeait enfant chez sa tante Léonie. Comme la madeleine déclenche l'épisode nostalgique, il serait tentant de conclure que le narrateur est nostalgique de la madeleine, ou plutôt des moments où il mangeait des madeleines dans son enfance. Cependant, cette nostalgie est difficilement compréhensible sur la base des madeleines uniquement. Ces dernières ne sont pas si importantes que cela, au point que le narrateur n'en avait aucun souvenir avant de goûter celle qui lui est offerte. La situation est plus compréhensible si l'on considère que le narrateur est nostalgique de tout ce qui entourait les madeleines de chez Léonie. Il est en fait nostalgique d'une période de son enfance passée dans un lieu particulier – et il le dit lui-même : « Toutes les fleurs de notre jardin et celles du parc de M. Swann, et les nymphéas de la Vivonne, et les bonnes gens du village et leurs petits logis et l'église et tout Combray et ses environs, tout cela qui prend forme et solidité, est sorti, ville et jardins, de ma tasse de thé » (Proust 1987, 145). La madeleine ne fait que réveiller le souvenir d'une période, ce qui arrive

facilement lorsque l'on retrouve un goût ou une odeur de son enfance. Distinguer objet et élément déclencheur permet donc d'éviter des confusions et objections, notamment dans des cas où le caractère positif de l'élément déclencheur n'est pas clair. La nostalgie s'inscrit souvent dans un processus plus large. Quelque chose amène à l'esprit un souvenir, et la nostalgie évalue l'objet de ce souvenir.

On pourrait objecter que ce que j'ai dit à propos des madeleines s'applique de façon similaire à tous les événements spécifiques à propos desquels j'ai dit que l'on pouvait être nostalgique. On pourrait douter, ainsi, de la possibilité d'être nostalgique de son premier baiser, et soutenir qu'on est seulement nostalgique du cadre général dans lequel il s'inscrit, par exemple un camp en été où l'on était heureux et insouciant. Bien sûr, les événements ponctuels heureux s'inscrivent souvent dans des périodes positives plus larges. Cependant, ce n'est pas nécessaire. Parfois, des instants positifs s'inscrivent dans des périodes terribles et retirent justement leur valeur de ce contraste. Imaginons que pendant que Baptiste vivait une période de dépression, il ait été forcé d'accompagner ses parents au musée. Là, pendant un bref instant, il ressent un immense plaisir esthétique en découvrant une peinture de Monet, mais il doit vite partir et retourne immédiatement à son état dépressif habituel. Sa vision du tableau n'est qu'un événement ponctuel et ne s'inscrit pas dans une période plus large positive. Pourtant, il ne paraît pas absurde que, quelques jours plus tard, Baptiste s'en souvienne avec nostalgie, parce qu'il aimerait revivre de tels instants positifs et n'y parvient pas. Il y a une différence importante avec le cas des madeleines. Lors de l'événement ponctuel en question, Baptiste ressentait des émotions positives liées à cet événement, alors que les madeleines ne faisaient pas spécialement plaisir à Marcel. Cela explique que les madeleines ne suffisent pas à expliquer la nostalgie de Marcel, tandis que celle de Baptiste est intelligible.

Enfin, une autre manière de s'intéresser à ce qui déclenche la nostalgie est de prendre en compte l'état psychologique du sujet avant d'être nostalgique. Il est notable que, bien qu'on puisse être nostalgique pour ainsi dire en tout temps, des études empiriques montrent que cette émotion est souvent déclenchée en réaction à une humeur négative ou à la solitude du sujet (Wildschut et al. 2006). Ce contexte négatif explique un des rôles de la nostalgie que j'explore dans le chapitre suivant : la nostalgie est une bonne façon de gérer certaines émotions négatives et des états difficiles comme la solitude (Routledge et al. 2013 ; Reid et al. 2021). Cette émotion s'inscrit donc dans des processus qui ont pour commencement ce type d'états affectifs négatifs.

### 2.1.2. Base

Une fois distingués les objets de la nostalgie, il est plus simple de décrire les bases cognitives qui peuvent nous y donner accès. Comme la nostalgie est tournée vers des événements passés de la vie du sujet, le candidat naturel est la mémoire. C'est parce qu'il se rappelle ces événements que le sujet est capable d'y réagir de façon nostalgique. Dans les quelques paragraphes qui suivent, je procède à quelques distinctions utiles entre diverses formes de mémoire autobiographique, pour circonscrire celles qui sont pertinentes à la nostalgie. Cette discussion suit celle de Peter Goldie (2012, 43-48), dans laquelle il décrit les souvenirs qui peuvent figurer dans un récit mental.

On distingue généralement souvenirs propositionnels ou sémantiques et souvenirs expérientiels. Le contenu des souvenirs sémantiques serait de simples propositions entretenues par la mémoire, comme quand je me rappelle qu'Élisabeth II a été couronnée en 1953. Je n'étais pas présent, et je n'ai accès à aucune image de la scène. À l'inverse, nous aurions de la mémoire expérientielle quand le souvenir implique des images mentales et ressemble plus ou moins à une expérience déjà vécue, par exemple si je peux presque revoir la scène où je rencontre mon ami à la soirée. Certains considèrent cependant cette distinction comme artificielle : en perdant de plus en plus de détails, un souvenir expérientiel pourrait devenir propositionnel (Goldie 2012, 44). La différence serait plutôt une affaire de degré. Que cette thèse soit plausible ou non, il faut au moins retenir que nos souvenirs expérientiels ne sont de loin pas tous aussi riches que la perception qu'on a d'un événement sur le moment.

De plus, considérer que la mémoire expérientielle correspond à revivre une expérience déjà vécue est trompeur. En effet, quand notre mémoire implique des images mentales, nous prenons souvent un point de vue différent de celui que nous occupions dans la scène originelle. Nous nous voyons alors de l'extérieur en train d'y participer, la plupart du temps depuis un point de vue un peu en hauteur (Nigro & Neisser 1983). Ce sont alors des *observer memories* ou « souvenirs d'observateur », à contraster avec les cas où on occupe la même place que dans l'expérience originelle, qui sont des *field memories* ou « souvenirs de terrain ». Les souvenirs d'observation sont tout aussi riches que les souvenirs de terrain. De plus, même si on y occupe une perspective qui n'était pas la sienne dans l'expérience originelle, ils ne sont pas problématiques. Les souvenirs d'observateur peuvent être tout aussi fiables et nous donner le même accès au passé que les autres. L'important est plutôt que notre imagination reconstruise de façon satisfaisante et riche une scène passée. Le souvenir de Maria qui s'endort au volant

était de ce type. Énormément de souvenirs lointains prennent cette forme (Goldie 2012, 50-51), de même que les souvenirs d'événements où nous nous semblons différents de maintenant (Libby & Eibach 2002). Ces résultats montrent qu'une perspective différente permet donc d'obtenir facilement un effet de réévaluation et de dépendance entre perspectives. Il est plus facile de s'évaluer comme différent depuis un point de vue extérieur. Ces deux types de souvenirs peuvent fournir une base à la nostalgie.

La variété des souvenirs autobiographiques vient aussi des différents niveaux de généralité qu'ils peuvent prendre, y compris les souvenirs expérientiels (Goldie 2012, 44-46). On peut se souvenir d'épisodes précis (sa première poignée de main avec son employeur), mais aussi de périodes entières de sa vie (son adolescence) ou d'événements généraux (les moments où sa mère faisait la lecture avant l'heure du coucher). Nous avons parfois des images mentales de tels événements généraux, qui ne correspondent littéralement à aucune instance de ces événements mais représentent bien l'événement général. Je me souviens des lectures de ma mère par le biais d'une image mentale où ma mère est assise au bord de mon lit et tourne les pages d'un livre. Ce souvenir n'est spécifique à un instant particulier où ma mère m'a fait la lecture. Elle représente plutôt une collection d'instant similaires mis en cohérence. Cette possibilité est importante parce que cela arrive fréquemment dans le cas de la nostalgie. Nous sommes souvent nostalgiques d'événements généraux comme celui-ci, avec pour base ce qu'on pourrait appeler des souvenirs généraux.

La nostalgie a pour base des souvenirs expérientiels de divers niveaux de généralité, qui correspondent aux différents niveaux de généralité de ses objets. Par exemple, lorsque je suis nostalgique des moments où ma mère me faisait la lecture, mon émotion a pour base un souvenir général, alors que ma nostalgie de ma remise de diplôme a pour base un souvenir spécifique.

### *2.1.3. Phénoménologie et plaisir*

Avant de se pencher sur l'intentionnalité de la nostalgie, il est encore pertinent d'étudier sa phénoménologie, et en particulier la question de la valence hédonique de la nostalgie. En effet, cela permettra d'exprimer des éléments que ma théorie de l'intentionnalité de la nostalgie devra ensuite expliquer. Je commence par quelques éléments sur la phénoménologie corporelle et globale de la nostalgie, puis je me tourne en particulier vers le plaisir que cette émotion nous procure.

Je ne suis pas en mesure ici de fournir une description fouillée fondée scientifiquement des effets physiques de la nostalgie. Je n'ai pas trouvé d'études empiriques se penchant sur les

réactions corporelles qui y sont associées. Cependant, l'introspection permet de lister quelques éléments caractéristiques. Lorsque nous sommes nostalgiques, nous sommes souvent au bord des larmes, la gorge serrée, avec le souffle court. Globalement, nous nous sentons tournés vers nous-mêmes, calmes, un peu rêveurs, nous ressentons une forme d'oppression et un état proche de la tristesse. Pourtant, nous avons aussi chaud au cœur et même un côté exalté lorsque nous sommes nostalgiques, ce qui rapproche plutôt cette émotion de la joie et l'éloigne de la tristesse.

Ce mélange se retrouve dans un aspect important de la phénoménologie de la nostalgie : sa valence hédonique. La nostalgie est souvent décrite comme mixte ou ambivalente hédoniquement : elle serait à la fois plaisante et déplaisante. Cette caractéristique est cohérente avec la description du paragraphe précédent. Certaines réactions liées à la nostalgie sont similaires à celles liées à des émotions plaisantes comme la joie, et d'autres à des émotions plus sombres comme la tristesse. Le côté négatif est indéniable. La nostalgie a longtemps été considérée comme une maladie, ce qui se retrouve dans l'étymologie même du mot (*ἄλγος* signifie « mal » ou « souffrance » en grec ancien). Pourtant, nous aimons être nostalgiques. Nous cherchons même souvent à éprouver cette émotion, au point que de nombreuses productions culturelles jouent sur cette attirance. Sur les réseaux sociaux, des pages entièrement dédiées à rappeler à leurs abonnés des films, jeux, publicités de leur enfance pour les rendre nostalgiques rencontrent un franc succès. Cela s'explique parce que la nostalgie a également un côté plaisant. Les études empiriques sur la nostalgie montrent que les sujets rapportent surtout du plaisir, mais aussi une partie de déplaisir plus faible (Wildschut et al. 2006 ; Van Tilburg et al. 2018). On peut donc décrire la valence hédonique de la nostalgie comme mixte, mais avec une prédominance positive. Dans la section suivante, j'essaie de montrer comment l'intentionnalité de la nostalgie explique ce côté doux-amer.

En outre, le caractère largement plaisant et positif de la nostalgie contraste avec le contexte dans lequel elle apparaît. Comme je l'ai évoqué dans la sous-section précédente, la nostalgie se manifeste souvent sur fond d'émotions négatives, d'une mauvaise humeur ou de la solitude. Le fait qu'une émotion positive arrive en réaction à une situation affective négative préfigure un des rôles importants de la nostalgie : elle permet de mieux vivre certains épisodes émotionnels négatifs.

## **2.2. Représentation et comparaison**

Après avoir évoqué ces quelques éléments de base à propos de la nostalgie, je peux me concentrer sur un point crucial : son intentionnalité, ou plus précisément la manière dont la

nostalgie représente ses objets et les évalue. Dans cette section, je commence par rejeter quelques conceptions de l'intentionnalité de la nostalgie, puis je présente ma propre théorie, selon laquelle la nostalgie fait une comparaison entre passé et présent et dépend de l'interaction entre plusieurs perspectives. J'explore ensuite la façon dont cette théorie explique bien d'autres propriétés de la nostalgie, ce qui donne de bonnes raisons de l'adopter.

### *2.2.1. Naïveté*

Dans un des rares articles de philosophie contemporaine consacrés à cette émotion, Scott Howard (2012) discute deux théories classiques de la nostalgie, qui affirment qu'elle opère une forme spécifique de comparaison entre passé et présent. Howard démontre que les conditions que posent ces théories sont trop restrictives et écartent de vrais cas de nostalgie. Ces théories sont assez proches de celle que j'adopte finalement et sont séduisantes, donc il sera instructif de montrer ici en quoi elles sont inadéquates. Je commence dans cette sous-section par l'idée que la nostalgie repose sur une différence épistémique entre passé et présent, puis j'expose dans la suivante la théorie selon laquelle la nostalgie évalue le passé comme meilleur que le présent.

Selon la première théorie discutée par Howard (2012, 642-643), la nostalgie évaluerait le soi passé du sujet comme naïf, au contraire de son soi actuel. Cette différence épistémique porte sur un point précis : le moment où vit le soi passé est bon, mais de manière éphémère, et le soi passé n'est pas conscient du caractère provisoire de son environnement. La nostalgie représente donc une situation dans laquelle le sujet était heureux et innocent, mais du point de vue actuel du sujet, désillusionné, qui est conscient de cette fugacité parce qu'il en a vécu la perte. Cette conception correspond bien à de nombreux cas typiques de nostalgie, peut-être les premiers auxquels on pense lorsqu'on évoque cette émotion. C'est régulièrement le cas quand des souvenirs d'enfance nous rendent nostalgique. Lorsque, enfant, je pouvais sortir de chez moi et sonner chez des amis pour aller jouer au parc, je percevais cette situation comme normale et j'en étais heureux. J'étais même insouciant : il n'y avait aucune conséquence si je ne faisais pas mes devoirs et je n'avais pour ainsi dire aucune obligation. Quinze ans plus tard, en repensant à cette situation, ma position épistémique a rudement changé. Je sais, en effet, que cette période n'a pas duré longtemps, que mon chemin s'est séparé de celui de ces amis et que je ne peux plus être si spontané, à cause des multiples obligations de ma vie d'adulte. Cela fonde ma nostalgie. Quand je me rappelle cette époque, je me rappelle le « bon vieux temps » et je le regrette et le chéris à la fois. Cette période est évaluée comme belle et perdue à la fois.

En plus de rendre compte de ces exemples prototypiques de nostalgie, cette théorie a plusieurs avantages, qui montrent qu'elle va plus ou moins dans la bonne direction. En particulier, elle explique bien plusieurs propriétés de la nostalgie. Cette différence épistémique est typique des différences de perspectives dans la mémoire autobiographique ; elle peut concerner aussi bien des événements spécifiques que, comme dans l'exemple ci-dessus, des événements généraux ou des périodes de la vie ; elle donne une riche explication du côté doux-amer de la nostalgie, avec un souvenir chéri mais à la fois la réalisation de sa perte et de l'illusion dans laquelle le sujet passé était plongé.

Cependant, la condition posée est trop restrictive. De nombreux cas de nostalgie ne comportent aucune telle différence épistémique. Si la condition de naïveté était la bonne, cela signifierait en particulier qu'il est impossible d'être nostalgique de quelque chose qu'on savait temporaire sur le moment. Or, cela n'est pas plausible. Nous sommes aussi souvent nostalgiques d'événements datant de notre âge adulte, durant lequel nous sommes bien plus conscients de la fugacité de nos expériences. Quand je suis nostalgique d'un voyage que j'ai fait à Rome l'année dernière, je ne me représente pas moi-même comme ayant été naïf et inconscient du fait que je ne flânerais pas dans le Trastevere éternellement et que je devrais revenir à l'université quelques jours plus tard. En avoir été conscient ne m'empêche pas d'être nostalgique. Cela va même plus loin que ça. Sur le moment, j'étais déjà conscient du fait que j'allais être nostalgique de ce que je vivais, et c'est en partie pour cette raison que j'étais allé à Rome. Être nostalgique est agréable, donc je tiens à créer des moments qui seront importants pour moi plus tard et dont je pourrai être nostalgique. Ma nostalgie vient donc, dans ce cas, justement de la bonne connaissance de mon moi passé quant à ce qui peut me rendre nostalgique. Ce contre-exemple montre bien le problème de la théorie basée sur la naïveté : elle est trop restrictive et exclut des cas authentiques de nostalgie.

### *2.2.2. Pauvreté du présent et projet de fuite*

Après la naïveté, Howard explore un autre candidat : la « pauvreté du présent » (2012, 643-647). Comme je vais le montrer, cette théorie pose aussi une condition trop forte sur la représentation faite par la nostalgie. La thèse que je défends ensuite en est une version affaiblie.

La théorie de la pauvreté du présent, telle que la décrit Howard, raconte une histoire sur la manière dont la nostalgie apparaît. Le présent est d'abord évalué négativement dans sa globalité. Cela motive le sujet à construire un moyen de le fuir. Pour cela, il se tourne vers le passé, dans lequel il projette dans le passé les choses qu'il désire dans le présent. On pourrait

rendre compte de la nostalgie que j'éprouve à propos de ma relation avec mes amis d'enfance de cette façon. Dans cette hypothèse, je trouve que le présent est ennuyeux et manque de spontanéité. Pour cette raison, je cherche à le fuir en me construisant un passé autobiographique dans lequel je pourrais trouver plus de spontanéité et d'amusement. Un bon candidat est mon enfance. Même si je m'ennuyais aussi souvent durant mon enfance, il est vrai que j'allais parfois spontanément jouer avec des amis sans avoir pris rendez-vous avec eux auparavant. À partir de ce détail, je me construis une image où toute mon enfance ressemblait à ça et émets le jugement que le passé, le « bon vieux temps », était bien meilleur que le présent. Le présent est plus pauvre que le passé parce qu'il est privé de choses désirables.

La théorie de la pauvreté du présent, telle que la décrit Howard, mélange des considérations sur la nature, sur la motivation et sur la valeur de la nostalgie. Il serait dans la nature de la nostalgie d'être toujours motivée de la même façon. Le scénario est typique d'une vision courante de la nostalgie comme une fuite du présent. Beaucoup de personnes considèrent que la nostalgie consiste à imaginer le passé comme meilleur qu'il ne l'était et à ignorer le présent alors qu'on devrait plutôt agir pour le rendre meilleur. Dans ce cas, cela ouvre la porte à une attaque importante contre la nostalgie, qui déformerait la réalité et serait contre-productive. Ce mélange entre nature, motivation et valeur de la nostalgie est trop restrictif et ouvre la porte à des objections fatales.

Howard cite comme contre-exemple l'épisode de la madeleine de Proust, cas typique d'une catégorie de cas qu'il appelle « nostalgie proustienne » (Howard 2012, 644-645). D'abord, Marcel n'évalue pas le présent comme négatif. Il n'est pas motivé par quoi que ce soit à revenir dans le passé, puisqu'il y est projeté de façon involontaire par le goût d'une madeleine. Ce manque de motivation entre en conflit avec la théorie de la pauvreté du présent à la Howard, selon laquelle la nostalgie est un projet volontaire motivé par une réaction négative face au présent. En outre, la nostalgie proustienne est éphémère, une sorte de choc provoqué par le goût de la madeleine qui a plongé le narrateur dans un « paradis perdu ». Là encore, cela s'accorde mal avec l'idée de projet. Si le sujet cherchait à se réfugier dans le passé, il se complairait en lui. Or, au contraire, il perd contact avec son souvenir en quelques instants. Cette expérience est, par ailleurs, très plaisante. De plus, on peut avoir de la nostalgie proustienne pour des situations qu'on n'évalue pas comme préférables au présent : la vie du narrateur à Combray n'était pas des plus palpitantes. Il est probable que dans certains cas de nostalgie proustienne, la situation passée ne soit pas un bon candidat de passé fantasmé pour fuir le présent. Si la

nostalgie proustienne est bien une forme authentique de nostalgie, la théorie de la pauvreté du présent n'est pas tenable.

On peut aussi considérer une théorie plus faible, qui n'affirme rien sur la motivation de la nostalgie. C'est une meilleure théorie, parce qu'elle ne confond pas nature de l'état mental et motivation, et parce qu'elle n'est donc pas sujette aux critiques portant sur le versant de la motivation. Cette dernière serait alors seulement une réaction à un passé préférable à un présent négatif. Mais même cette description est trop restrictive, car nous sommes souvent nostalgiques de choses que nous ne désirons pas dans le présent et de périodes que nous n'évaluons pas comme meilleures que le présent. J'ai déjà dit que c'était le cas du narrateur de *La Recherche* à propos de sa vie à Combray. De même, je suis nostalgique de la fin de mes études secondaires, mais je ne souhaiterais pour rien au monde retourner au collège et suivre les mêmes cours qu'à l'époque. Je ne pense pas non plus que cette époque soit globalement meilleure que ma situation actuelle, qui est agréable. Ne pas désirer retrouver ces moments et leur préférer le présent, toutes choses considérées, ne m'empêche pas d'être nostalgique.

En conclusion, la théorie de la pauvreté, comme celle de la naïveté, est trop exigeante. Certains cas correspondent bien à la description faite ci-dessus – d'ailleurs, peut-être sont-ils des cas où la nostalgie est problématique. Mais ce n'est pas nécessaire. Bien souvent, la nostalgie n'implique aucun projet de se réfugier dans le passé et aucun jugement que le présent entier est mauvais, contrairement au passé. Pourtant, il y a bien quelque chose de conforme à l'intuition dans cette position. Nous sommes nostalgiques de choses que nous valorisons, au moins aujourd'hui, et que nous avons perdues, ce qui constitue bien une différence entre passé et présent. Dans la section suivante, j'élabore une théorie qui rend compte de cette intuition tout en étant moins exigeante que la théorie de la pauvreté du présent.

### 2.2.3. *Comparaison et perspectives*

Le problème de la théorie de la pauvreté du présent était l'insistance sur un projet explicite de construction d'un passé plus positif que le présent, ou au moins l'évaluation globale du présent comme mauvais et inférieur au présent. La théorie de la naïveté comparait les positions épistémiques du sujet actuel et de son soi passé. Ces deux positions ont en commun l'idée que la nostalgie opère une comparaison entre présent et passé. Il est possible de renoncer à la trop grande spécificité de ces théories tout en retenant qu'une comparaison est au cœur de la nostalgie. Je soutiens dans cette sous-section une position plus lâche que les deux autres, mais qui permet de mieux refléter la diversité de la nostalgie.

Ma thèse est la suivante : la nostalgie représente une situation passée sous une lumière spécifique, exprimable en termes de valeurs. La nostalgie évalue son objet comme perdu, significatif et positif. Cette représentation met en jeu plusieurs perspectives qui interagissent. Je soutiens que la nostalgie est la perspective émotionnelle de l'auteur de ce récit et qu'elle réagit à celle du narrateur. En particulier, le narrateur a une perspective qui évalue positivement la situation ou l'objet de la nostalgie. L'auteur sait qu'il a perdu cet objet, le trouve significatif, et adopte donc une perspective mixte. Les souvenirs de choses bonnes et importantes lui sont agréables, mais savoir que ces choses sont perdues rend sa perspective douce-amère.

Revenons à l'exemple de mon voyage à Rome. Ma nostalgie a pour base des souvenirs : j'ai plusieurs souvenirs d'événements particuliers (quand je suis entré dans le Colisée, quand j'ai photographié la colonne de Trajan, etc.) et généraux (je ne me rappelle aucune glace en particulier, mais je me souviens bien d'avoir visité plusieurs *gelaterie* chaque jour, et je peux m'imaginer visuellement en train d'en manger une). Ensemble, ces souvenirs forment une mémoire autobiographique : je suis le personnage principal d'un petit épisode narratif que je peux construire sur la base de ces souvenirs. Ensuite, ce souvenir est évalué par le narrateur comme positif. Cela ne correspond pas forcément à la perspective du personnage. Émotionnellement, j'étais plutôt en mauvais état durant ce voyage, car je souffrais le martyre à chaque pas en raison de mes cloques aux pieds. Pourtant, le narrateur ne se trompe pas non plus. Cette expérience a beaucoup de valeur pour moi, et elle joue un rôle important dans un récit plus large que je me fais de ma vie. Par exemple, voyager seul pour la première fois m'a permis de devenir bien plus indépendant. Ensuite, celui qui conçoit le récit réagit à cette présentation de façon différente. Comme il n'est pas à l'intérieur du récit mais l'évalue de son point de vue actuel, sa position est nuancée. Sa position dépend de celle du narrateur, puisqu'il accepte que la situation ait en effet été positive. Il évalue aussi la situation comme significative, car il sait quel rôle ce moment a joué dans sa vie, vue sous forme narrative. Cependant, sa perspective diffère de celle du narrateur. Pour le sujet actuel, cette situation passée n'est qu'un souvenir inatteignable. Ce voyage en Italie a apporté beaucoup, mais il ne peut pas être retrouvé, si ce n'est dans un souvenir. Ma vie actuelle est bonne, sans doute meilleure qu'à l'époque, donc je n'évalue pas le passé comme préférable au présent. Cependant, si on se limite à l'objet en question (mon voyage en Italie), le passé a quelque chose de bon que le présent n'a pas. La nostalgie opère alors une forme de comparaison entre passé et présent, mais sur un objet précis. Cela explique que ma perspective soit douce-amère.

Cette description me permet de revenir sur plusieurs points discutés plus haut. L'exemple ci-dessus montre bien le rapport entre perspectives qui est en jeu dans la nostalgie. Il n'y a pas toujours d'immersion ou d'alignement, puisque les perspectives en jeu peuvent être différentes, comme dans l'exemple ci-dessus. Elles ne sont pas non plus indépendantes. La perspective de celui qui est nostalgique dépend de la perspective positive du narrateur. En effet, la situation passée n'est pas nécessairement bonne pour le sujet actuel, puisqu'il a perdu l'objet de sa nostalgie. Le sujet passé n'évaluait pas non plus forcément la situation comme bonne. Pourtant, la nostalgie n'a du sens qu'à la lumière d'une telle évaluation positive, et celle-ci doit donc passer par la perspective du narrateur. Cette dernière montre au sujet ce qu'il y avait de positif dans le passé, et celui-ci réagit. Sa réaction est mixte parce que savoir qu'on a vécu quelque chose de bon mérite deux évaluations opposées : la joie d'avoir vécu quelque chose de bon et de significatif, et la tristesse de l'avoir perdu. La réaction nostalgique du sujet combine en quelque sorte ces deux réactions, et mélange aussi leurs caractères respectivement plaisant et déplaisant pour arriver à un résultat mixte. Cette analyse rappelle également un point abordé au chapitre précédent : en tant qu'émotion autobiographique tournée vers le passé, la nostalgie réévalue une situation passée et n'est pas qu'un souvenir d'une émotion passée. Cette conclusion est rendue manifeste par la divergence entre les trois perspectives décrites ci-dessus : le sujet n'a pas été nostalgique au moment où il a vécu la situation en question.

En outre, la perspective de celui qui conçoit le récit permet de fournir une sorte de valeur associée à la nostalgie. La nostalgie évalue son objet comme bon et significatif, ayant appartenu au passé du sujet mais désormais irrécupérable. Cette propriété est bien une valeur, puisqu'elle décrit des aspects positifs et négatifs de l'objet. Elle se distingue toutefois des valeurs associées aux émotions plus basiques, comme la peur. D'abord, elle a la particularité de décrire quelque chose d'à la fois positif et négatif, alors que la plupart des valeurs sont purement positives ou négatives, comme le danger, le honteux, l'offensant ou le drôle. Ensuite, elle est spécialement complexe, parce qu'elle combine plusieurs aspects de l'objet. Le danger ne concerne qu'un aspect spécifique des objets qui l'instancient : quelque chose comme la disposition à blesser. La valeur du bon, significatif et perdu, elle, combine plusieurs propriétés plus basiques des objets qui l'instancient. Cette description fournit aussi des conditions auxquelles la nostalgie est appropriée. Cette dernière représente de façon correcte ses objets si et seulement s'ils appartiennent au passé du sujet, sont positifs, significatifs et perdus.

Bien entendu, nous ne calculons pas toute une conjonction de propriétés lorsque nous évaluons un objet dont nous sommes nostalgiques. Cela pose un problème auquel ma théorie

doit répondre : comment une évaluation si complexe peut-elle être en jeu dans une émotion ? J'ai défendu au chapitre précédent l'idée selon laquelle les émotions évaluent leurs objets grâce au fait qu'elles sont des attitudes spécifiques prises face à ces objets. La peur de Lucien évalue le chien comme dangereux parce que l'attitude de peur de Lucien consiste à traiter le chien comme dangereux, en attirant l'attention de Lucien sur le danger et en le préparant à fuir si le chien approche par exemple. Il faut donc que je montre que la nostalgie traite ses objets comme s'ils étaient bons, significatifs mais perdus. L'attitude que l'on prend lorsqu'on est nostalgique consiste principalement à focaliser son attention ce qu'il y a de bon dans un souvenir. Cette attention influence le comportement actuel du sujet, notamment en le poussant à rechercher le même genre de valeurs lorsque c'est possible et à examiner la manière dont ce que représente le souvenir a eu une importance dans sa vie. Ces aspects de l'attitude sont appropriés pour des bonnes choses appartenant à son propre passé. Elles sont appropriées seulement si ces objets sont significatifs : sans cela, ils ne méritent pas cette attention. En même temps, le sujet adopte une attitude semblable à celle qui est en jeu dans la tristesse par rapport à un tel objet ; comme dans le cas de la tristesse, cette attitude traite l'objet comme perdu. L'attitude que nous prenons dans la nostalgie est complexe et il est difficile de la décrire précisément, mais il semble au moins plausible qu'une telle attitude traitant des objets comme bons, significatifs et perdus existe.

Désormais, je peux à la fois montrer en quoi ma théorie échappe aux problèmes de la naïveté et de la pauvreté du présent tout en expliquant bien pourquoi ces positions étaient initialement attirantes. Commençons par la théorie de la naïveté. Les cas où le sujet n'était pas conscient de la fugacité de son environnement rentrent bien dans la description que je viens de faire parce qu'ils introduisent une différence épistémique entre perspectives passée et présente. Comme je sais maintenant que les plaisirs de mon enfance sont fugaces, j'ai plus d'informations à disposition que moi enfant en tant que personnage de mon récit. Comme le narrateur représente le personnage comme à la fois dans une situation positive et aveugle quant à la fugacité de cette situation, cela permet facilement à celui qui conçoit le récit de devenir nostalgique. L'ironie dramatique présente dans ces cas renforce le côté doux-amer du récit : on se rappelle un beau souvenir mais on se voit soi-même foncer vers une perte. La théorie n'est pourtant pas satisfaisante, parce que ce n'est pas la seule différence de perspectives qui puisse arriver.

Ma théorie explique aussi bien les cas concernés par la théorie de la pauvreté du présent. Lorsqu'on se construit un passé pour échapper au présent, explicitement ou non, on construit

un récit mettant en jeu plusieurs perspectives. Le narrateur a une image positive du passé, puisqu'on la construit dans ce but. Celui qui conçoit le récit devient alors nostalgique, parce que c'est à la fois rassurant de s'imaginer un tel passé heureux et frustrant de ne pas pouvoir l'atteindre pour de vrai. Tout cela rentre bien dans le cadre de ma théorie. Toutefois, celle-ci ne se limite pas à ces cas. En particulier, il est possible de concevoir des récits dignes de nostalgie spontanément, comme Marcel le fait en goûtant la madeleine trempée dans le thé. Il n'est donc pas nécessaire d'avoir le projet conscient de créer un tel récit pour en concevoir un. Ensuite, ma théorie autorise des cas de nostalgie dans lesquels le sujet n'a aucun désir de retrouver ce dont il est nostalgique et où ce dont il est nostalgique n'était pas agréable sur le moment. Tout ce qui importe est que le narrateur évalue positivement l'objet. Cela peut être le cas même quand on n'a pas apprécié l'objet sur le moment, parce que le narrateur peut connaître l'importance de cet objet pour le reste de la vie du sujet. Cela peut aussi arriver quand le sujet ne désire pas retrouver cet objet, comme dans l'exemple précédent sur la fin de l'école : je ne souhaiterais surtout pas revivre mon éducation secondaire, mais je sais que celle-ci était un moment positif et significatif. Les cas de nostalgie proustienne sont donc facilement explicables par ma théorie, ce qui la rend supérieure à celle de la pauvreté du présent : elle est bien plus flexible.

Un autre argument qui rend ma position attirante est qu'elle permet d'expliquer de nombreuses propriétés de la nostalgie. J'en ai déjà mentionné quelques-unes. Cette théorie explique bien pourquoi la nostalgie est dirigée vers le passé autobiographique et pourquoi sa base est fournie par la mémoire. Elle éclaire les raisons pour lesquelles les événements importants et liés à nos relations sociales prédominent parmi les objets de la nostalgie. En effet, de tels événements sont de bons candidats pour être positifs et significatifs dans la vie du sujet. En outre, ma théorie rend bien compte de la phénoménologie mixte de la nostalgie. J'ai dit dans la section précédente que la nostalgie est principalement plaisante, mais comporte un versant déplaisant. On peut dresser un parallèle instructif avec l'évaluation faite par la nostalgie. La nostalgie évalue l'objet d'un souvenir comme bon, ce qui la rend agréable, comme la plupart des bons souvenirs. Pourtant, cette évaluation est teintée par la perte de cet objet, ce qui explique le versant déplaisant. Le mélange des sensations correspond donc au mélange dans l'évaluation.

#### *2.2.4. Oscillation et mélange*

D'après ma théorie, la nostalgie ressemble fort à une combinaison de deux évaluations. L'une est positive, l'autre est négative. Il serait tentant, à des fins réductionnistes, de dire que la

nostalgie est une combinaison de joie et de tristesse. Quand un sujet est nostalgique, il serait alors joyeux d'avoir vécu quelque chose de bon et triste de l'avoir perdu. Une telle théorie est plausible si l'on accepte l'analyse de la nostalgie que j'ai proposée jusqu'à maintenant. Une question importante se pose cependant. De quelle manière s'articulent ces deux évaluations ? Dans cette sous-section, je rejette l'idée selon laquelle la nostalgie serait une oscillation entre joie et tristesse. Je soutiens ensuite qu'elle est plutôt un mélange de deux formes spécifiques de joie et de tristesse.

Selon la théorie de l'oscillation, la nostalgie n'est pas une émotion à proprement parler. Le mot désignerait plutôt un état dans lequel le sujet passe facilement d'une émotion à l'autre. Cette alternance d'émotions est liée au fait qu'un même objet, une situation passée, mérite également les deux attitudes. Il mérite la joie parce que la situation était bonne et a été significative pour le sujet. Il mérite la tristesse parce que cette situation est irrémédiablement perdue. Cette théorie aurait de plus l'avantage d'éliminer la nostalgie en l'expliquant sur la base d'émotions plus simples et mieux étudiées.

Cependant, cette description correspond mal à ce que l'on ressent quand on est nostalgique. Le sujet ne passe pas d'un état totalement plaisant à un autre totalement déplaisant plusieurs fois. En termes hédoniques, la phénoménologie de la nostalgie est mixte. Tout au plus ressent-on des variations dans la balance entre plaisir et déplaisir, selon que l'attention est portée plutôt sur le versant positif ou négatif de l'objet. Les réactions physiques ne correspondent pas non plus à une oscillation entre tristesse et joie. Lors d'un épisode de nostalgie, nous restons dans un état physique stable, sans passer des larmes au rire plusieurs fois. De plus, lorsque nous réfléchissons à l'objet de notre nostalgie, nous sommes conscients des deux aspects à la fois. Les deux aspects sont interdépendants : le fait que la perte soit négative est expliqué par le fait que l'objet est quelque chose de bon, par exemple.

Il est plus attirant de voir dans la nostalgie une fusion de deux attitudes simultanées. Comme nous sommes conscients à la fois du bon et du mauvais dans l'objet de notre souvenir, nous combinons les deux attitudes pertinentes pour en créer une nouvelle, la nostalgie. Cette combinaison explique que certains changements corporels liés à la joie et d'autres à la tristesse cohabitent durablement pendant un épisode de nostalgie. Sur le plan hédonique, le plaisir et le déplaisir peuvent fusionner pour créer une nouvelle sensation (Massin 2018). Le plaisir lié à la joie et le déplaisir lié à la tristesse ne s'annulent pas. La nostalgie n'est pas juste un peu plaisante parce qu'elle combine quelque chose de très plaisant et quelque chose d'un peu moins

déplaisant. Si cette vision fonctionne, la nostalgie serait une fusion entre joie d'avoir vécu quelque chose de bon et significatif et tristesse de l'avoir perdu.

Voir la nostalgie comme une combinaison de joie et de tristesse semble donc être une stratégie prometteuse, mais il paraît difficile d'avancer un argument conclusif montrant que la nostalgie n'est pas simplement une attitude totalement distincte ressemblant à la tristesse par certains aspects et à la joie par d'autres. Cependant, la manière dont se construit la nostalgie a finalement peu d'importance. Que la nostalgie soit le résultat d'une combinaison d'émotions plus simples ou non, ce que j'ai dit de la manière dont elle représente ses objets reste. La nostalgie est une attitude qui évalue ses objets comme bons, significatifs et perdus, que cette attitude puisse être expliquée par deux attitudes sous-jacentes plus simples ou non.

### 2.2.5. *Être nostalgique trop longtemps*

Comme je l'ai mentionné, ce que j'ai dit de la représentation que la nostalgie fait de ses objets permet de dresser des conditions auxquelles un objet est digne de nostalgie. Cela permet ensuite d'affirmer que tel ou tel épisode de nostalgie représente correctement son objet. En particulier, j'ai décrit la forme de l'émotion. Déterminer si un épisode de nostalgie a la bonne intensité ne devrait pas être difficile non plus. L'intensité de la nostalgie dépend de l'intensité de la bonté de son objet et donc de la valeur qui a été perdue. Cependant, j'ai évoqué au chapitre précédent une troisième dimension qui peut rendre une émotion inappropriée en termes de représentation : sa durée. Cela s'applique à la nostalgie. Une fois l'objet positif perdu, s'il est digne de nostalgie, il ne perd normalement jamais les propriétés qui l'en rendent digne au départ. La même question que pour le deuil se pose alors : si la nostalgie dure très longtemps, continue-t-elle de bien représenter son objet, ou bien devient-elle une surréaction inappropriée ?

J'ai déjà abordé cette question à propos du deuil. Selon Oded Na'aman, ce dernier ne représente plus correctement la perte s'il est éprouvé pendant trop longtemps (2021). Sa position peut être appliquée à d'autres émotions, comme la colère. Même quand on a été offensé, rester en colère trop longtemps constitue une mauvaise représentation de l'offense qui a été faite, car c'est lui accorder une importance qu'elle n'a pas et une attention qu'elle ne mérite pas. Ce n'est pas qu'une question pratique. Être en deuil trop longtemps est prudemment mauvais, mais ce n'est pas ce qui rend cette réaction inappropriée en termes de représentation. Rester en colère trop longtemps est aussi inapproprié, mais cela ne dépend pas de l'immoralité du rancunier qui ne sait pas pardonner. Une colère trop longue contre une offense mineure y consacre plus d'attention que celle-ci en mérite, donc elle l'évalue de façon inappropriée.

Un raisonnement similaire peut être appliqué à la nostalgie. Une bonne façon de rendre compte de la durée pour laquelle la nostalgie reste appropriée est en termes d'attention que mérite son objet. Savarsdóttir (2014) défend une idée similaire quant à ce qui mérite d'être valorisé. Les émotions demandent beaucoup de ressources mentales, et nous valorisons ce qui mérite ces ressources. Le passé a beaucoup à nous apprendre, mais ne mérite qu'une certaine quantité de notre attention. Une fois cette quantité dépassée, être nostalgique devient une surréaction. En adoptant cette idée, il devient plausible d'affirmer qu'être nostalgique d'un objet trop longtemps l'évalue comme plus important ou plus digne d'être valorisé qu'il l'est vraiment, donc la nostalgie peut devenir inappropriée. En outre, cette caractérisation en termes d'attention permet d'introduire une distinction. Parfois, nous devenons nostalgiques des dizaines d'années après un événement, sans y avoir pensé depuis. Il paraîtrait étrange de dire que la nostalgie ne pourrait pas être appropriée dans ce cas. Pourtant, si on avait commencé à être nostalgique de cet événement des années plus tôt, cela serait devenu inapproprié. Au même moment, la nostalgie peut donc être appropriée ou inappropriée selon qu'on l'ait déjà ressentie ou pas. Cela peut paraître paradoxal, mais une fois la condition comprise en termes d'attention, cela fonctionne mieux. Si on n'a jamais été nostalgique de l'événement, on ne lui a pas consacré l'attention qu'il demandait ; si on l'a déjà été pendant dix ans, on a déjà largement dépassé ce qu'il méritait.

### **2.3. Précisions**

Grâce à cette analyse de la manière dont la nostalgie représente ses objets, il est désormais possible de rendre compte de quelques autres propriétés de la nostalgie que j'avais laissées de côté jusqu'à maintenant. Dans cette section, je défends que la nostalgie a une valence mixte (§2.3.1), est complexe (§2.3.2) et dépend de celui qui la ressent (§2.3.3). Après cela, mon analyse de la nostalgie est complète, mais je consacre quelques paragraphes à la distinguer d'états affectifs proches (§2.3.4).

#### *2.3.1. Une émotion mixte ?*

J'ai déjà évoqué la valence hédonique mixte de la nostalgie, mais j'ai expliqué dans le chapitre précédent qu'il existe une multitude de critères proposés pour déterminer la valence d'une émotion. Dans cette sous-section, je passe en revue quelques autres de ces critères pour montrer que leur verdict n'est pas toujours identique, voire peu clair pour certains.

Selon un premier critère, la nostalgie serait positive si elle provoque l'attraction du sujet pour son objet, et négative si elle provoque plutôt une aversion. Le verdict est clair pour d'autres

émotions, comme le dégoût, qui incite visiblement celui qui le ressent à éviter un objet. La situation est plus compliquée pour la nostalgie, puisque son objet est passé, donc inaccessible, et que s'il est jugé positivement, il ne correspond pas toujours à un désir du sujet. Il n'y a en tout cas pas d'aversion, puisque la nostalgie est tournée vers un souvenir plaisant, mais il n'y a pas une vraie attraction, ou s'il y en a une, elle est forcément frustrée. Selon l'interprétation exacte qu'on fait des termes « attraction » et « aversion », la nostalgie peut être neutre ou bien positive mais frustrée, donc plutôt mixte.

Un deuxième critère veut que les émotions positives soient celles qu'on a tendance à vouloir continuer de ressentir. Malgré ses côtés désagréables, nous cherchons souvent à nous mettre en situation pour être nostalgique, donc la nostalgie serait plutôt positive selon ce critère-ci.

D'autres critères s'intéressent plutôt à la représentation que fait la nostalgie du monde ; évalue-t-elle le monde comme conforme aux désirs et aux objectifs du sujet ? évalue-t-elle positivement le monde ? Là, de nouveau, la situation est compliquée. La nostalgie représente le passé positivement, et le passé est une partie importante du monde. Cependant, elle présente le présent comme moins bon que le passé au moins sous un aspect particulier, celui de son objet. En même temps, la bonté du passé qui a été perdue n'est pas forcément quelque chose qui manque au présent. Le sujet ne désire pas nécessairement retrouver l'objet de la nostalgie. Selon ces critères, il semble plutôt que l'émotion soit mixte. Les dimensions positives et négatives peuvent varier. Si, en plus d'être nostalgique, le sujet désire littéralement revenir dans le passé, le côté négatif prend plus de place ; s'il se réjouit surtout de son beau passé, le côté positif est plus important.

Enfin, un dernier critère que j'ai présenté au chapitre précédent insiste sur les situations qui provoquent la nostalgie : sont-elles positives ou négatives ? Pour la nostalgie, la réponse est encore une fois difficile à établir. D'un côté, nous devenons souvent nostalgiques lorsque nous éprouvons déjà des émotions négatives. Dans ce sens, la nostalgie constitue une réponse à des situations négatives, ce qui pourrait la classer dans les émotions négatives. D'un autre côté, nous sommes aussi parfois nostalgiques sans réagir à une situation présente significative, comme Marcel lorsqu'il devient nostalgique après avoir retrouvé le goût de la madeleine. Dans ce sens-là, la nostalgie correspond plutôt à une réaction à une situation passée, et celle-ci est généralement positive, ce qui rendrait la nostalgie positive. Enfin, on pourrait aussi dire que

comme la nostalgie réagit à une situation de perte de quelque chose de bon, elle est plutôt négative, ou bien mixte.

En résumé, la plupart des critères habituels de valence s'appliquent mal à la nostalgie. Ils la classent en tout cas difficilement du côté positif ou du côté négatif des émotions. Comme la situation est nuancée et que les critères les plus souvent utilisés, basés sur la valence hédonique et l'évaluation que fait l'émotion du monde, classent la nostalgie comme mixte, il est naturel qu'on ait tendance à la classer comme mixte. La diversité des réponses et la difficulté d'appliquer les différents critères montrent surtout qu'il est inapproprié de considérer la valence comme un phénomène unifié s'appliquant parfaitement à toutes les émotions.

### 2.3.2. *Une émotion complexe ?*

Nous classons certaines émotions comme plus complexes que d'autres, et la nostalgie semble, pré-théoriquement, complexe (voir Deonna & Teroni 2012, 19). De nombreuses théories psychologiques ont tenté de formuler une analyse générale de ce qui rend une émotion basique ou complexe. Mon but n'est pas ici de formuler une telle théorie générale, mais plutôt de présenter quelques aspects de la nostalgie qui sont intuitivement plus complexes que les autres émotions.

La valeur associée aux objets de la nostalgie est complexe. En particulier, la nostalgie fait une évaluation à la fois positive et négative de la situation. Il est bon d'avoir vécu ceci, mais c'est moins bon de l'avoir perdu. La perte ne rend pas l'évaluation complètement négative pour autant, ce qui se reflète dans la phénoménologie de cette émotion. Malgré la perte, il est en grande partie agréable de se plonger dans la nostalgie. Ces caractéristiques sont plus subtiles et nuancées que dans le cas de la peur, qui évalue une situation comme strictement négative.

Une autre manière d'expliquer la nostalgie est disponible si on la considère comme une combinaison de formes de joie et de tristesse spécifiques, comme évoqué dans la sous-section 2.2.4. Combiner deux attitudes d'habitude opposées paraît compliqué. D'ailleurs, les animaux non humains ne sont pas capables d'être nostalgiques, même si certains sont capables d'être joyeux ou tristes (Deonna & Teroni 2012, 24). Cette dernière remarque attire l'attention sur une autre caractéristique de la nostalgie : c'est une émotion d'humain, et plutôt même une émotion d'adulte. Il est difficile pour un enfant ou un animal non humain d'être nostalgique. Cela vient certes en partie du fait qu'il faut avoir vécu des moments importants et les juger comme tels pour être nostalgique, ce qui n'est pas encore le cas des jeunes enfants. Mais être nostalgique semble demander des capacités cognitives élevées, ce qui est aussi un signe de sa complexité.

Cette demande cognitive s'explique bien le fonctionnement de la nostalgie. Celle-ci exige notamment de comparer des situations : le passé est évalué comme meilleur que le présent quant à l'objet de la nostalgie. Bien sûr, il n'est pas nécessaire de former des jugements explicites à ce sujet, ni de déployer les concepts pertinents. Il suffit que l'émotion évalue la situation comme telle, ce qui n'implique ni jugement ni concept. Cependant, rien que mettre en rapport des souvenirs avec le présent et les comparer est plus complexe que réagir à des objets présents fournis par la perception comme quand on a peur d'un animal devant soi. De plus, la nostalgie est autobiographique, ce qui demande d'être capable de pensée réflexive et de se comparer à un soi passé, et elle implique souvent des liens sociaux (nous sommes nostalgiques de situations liées à des relations sociales), ce qui est une marque des émotions complexes (Van Tilburg et al. 2018). Enfin, les rôles de la nostalgie, que j'évoque dans la section suivante, sont plus complexes que ceux de la peur ou d'autres émotions basiques. Le lien à l'action n'est pas aussi simple que celui de la peur à la fuite. La nostalgie implique plutôt un rôle réflexif dans la construction de l'identité du sujet et de ses valeurs, ce qui demande également de hautes ressources cognitives. Toutes ces raisons soutiennent bien notre intuition selon laquelle la nostalgie est plus complexe que de nombreuses émotions.

### *2.3.3. Une émotion subjective ?*

On décrit parfois la nostalgie comme subjective. Dans cette sous-section, je souhaite explorer différents sens que peut prendre cette affirmation. En particulier, je défends que ce qui est digne de nostalgie dépend largement du sujet, mais que cela n'introduit pas d'arbitraire. La nostalgie peut toujours être appropriée ou inappropriée, même si les objets qui la rendent appropriée ou non varient selon les individus.

D'abord, la même situation peut être digne de nostalgie pour une personne et pas pour une autre. Jim est nostalgique du moment où il a embrassé quelqu'un pour la première fois. À l'inverse, Pam, quand elle se rappelle la même situation, ne ressent pas d'émotion forte. Embrasser Jim lui a plu, mais n'a pas été spécialement important pour elle. Cet exemple montre bien un phénomène courant : les mêmes événements n'ont pas la même importance dans la vie de tous ceux qui les vivent. Dans le récit autobiographique que se fait parfois Jim, ce baiser a une importance particulière. Il lui a fait découvrir une partie de lui-même qu'il ne connaissait pas et a été une étape importante de sa vie. Pour Pam, ce n'est pas le cas : ce moment était plutôt anecdotique. Pourtant, aucun des deux n'a tort. Cet événement a plutôt une valeur différente pour chacun. En outre, on peut considérer comme objectif le fait que ce premier baiser a une

valeur importante pour Jim. Si ce dernier le niait et qu'il pensait qu'il n'avait joué aucun rôle majeur dans sa vie, il aurait tort. La valeur dépend du sujet, mais elle n'est pas subjective pour autant.

Sur ce point, la nostalgie n'est pas si différente des autres émotions. C'est le cas de certaines émotions complexes, comme celle qui est souvent désignée par « être ému ». Nous sommes émus par des valeurs positives finales importantes, mais les valeurs qui sont importantes dépendent du sujet (Deonna 2020 ; Gatignon 2022). Le courage n'est pas très important pour moi, tandis qu'il l'est beaucoup pour mon cousin soldat. C'est pour cela qu'il est approprié qu'il soit ému devant un sacrifice courageux de son camarade et que je ne le sois pas. Ce phénomène ne se limite pas à de telles émotions de haut niveau. Il est approprié que je craigne plus de m'installer au soleil que mes amis qui ont plus de mélanine, parce que le soleil est plus dangereux pour moi.

En outre, le fait que nous soyons nostalgiques à propos de sujets différents permet à cette émotion de jouer son rôle dans la construction de l'identité du sujet (je reviens sur cette question dans le chapitre suivant). En effet, nous valorisons des choses différentes. Je valorise la philosophie, tandis qu'elle n'a pas d'importance pour mon ami qui valorise la production musicale (Savarsdóttir 2014, 99). Or, notre nostalgie est à propos de ce que nous valorisons, ce qui nous rend nostalgiques de choses bien différentes. Je suis nostalgique de mes cours de philosophie du collège, pas mon ami. Or, ce que nous valorisons est habituellement stable (Savarsdóttir 2014, 94). Les traits stables de ce genre ont eux-mêmes une importance fondamentale pour créer un sentiment d'identité chez les sujets (Teroni ms.), et la nostalgie nous donne accès à des situations passées où des choses que nous valorisons aujourd'hui sont manifeste. Cela permet à la nostalgie de nous faire ressentir une connexion avec notre passé.

En conclusion, ce qui est digne de nostalgie dépend bien des individus, mais il ne faut pas en tirer de conclusions trop fortes. En particulier, ce trait ne distingue pas la nostalgie des autres émotions et ne la rend pas arbitraire ; en outre, il est connecté à un rôle crucial de la nostalgie pour le sens de l'identité de celui qui la ressent.

#### *2.3.4. La nostalgie dans le paysage affectif*

Ces dernières considérations concluent mon exposé de la nature de la nostalgie. Cependant, avant de me tourner vers la valeur de cette émotion, je souhaite présenter ses différences avec quelques états affectifs connexes. En particulier, je souhaite ainsi éclaircir d'éventuelles

confusions et montrer que la nature de la nostalgie ne peut pas être réduite à celle d'autres états affectifs : elle est bien un phénomène affectif distinct.

J'ai déjà évoqué plus haut la différence avec la tristesse et la joie. La tristesse évalue de façon purement négative son objet. L'objet est perdu, et c'est mauvais. Bien sûr, pour que la perte soit négative, il faut que l'objet ait eu une valeur positive. Cela n'aurait pas de sens que je sois triste du recul de la pandémie de Covid. Cette dernière n'avait rien de positif pour moi. Cependant, cela constitue plutôt une condition d'arrière-plan pour que la tristesse évalue une perte comme négative, mais cela ne figure pas dans l'évaluation elle-même. La tristesse évalue son objet comme purement négatif, et elle est purement désagréable. Cela distingue la tristesse de la nostalgie, qui procède à une évaluation mixte et est hédoniquement ambivalente. Le cas de la joie est similaire. Elle évalue purement positivement son objet et est typiquement purement agréable, alors que l'évaluation positive faite par la nostalgie est toujours teintée négativement par la perte de l'objet. Comme je l'ai dit plus haut, la nostalgie est peut-être une combinaison de formes spécifiques de ces deux émotions, mais elle n'est en tout cas pas réductible à l'une d'elles prise individuellement.

La nostalgie est également distincte du désir de retrouver des choses passées. Comme je l'ai déjà soutenu plus haut, il est vrai que la nostalgie est souvent accompagnée d'un tel désir, mais ce n'est pas nécessaire, puisque nous sommes parfois nostalgiques d'événements positifs mais que nous ne désirons pas retrouver, parce qu'ils ne correspondent plus à nos besoins actuels.

La mélancolie paraît également proche de la nostalgie. Elle aussi peut être agréable même si elle n'est pas purement positive, et elle partage avec la nostalgie un état d'esprit éthéré et déconnecté de l'environnement immédiat. La nostalgie est tournée vers le passé, et la mélancolie nous pousse souvent à nous tourner vers nous-mêmes. Cependant, la mélancolie n'est pas tournée vers le passé spécifiquement, et il n'est pas clair qu'elle soit même tournée vers un quelconque objet. La mélancolie est plutôt une humeur qu'une émotion. On est mélancolique en général, pas mélancolique de quelque chose, tandis qu'on est nostalgique de quelque chose.

Il est également intéressant de distinguer la nostalgie du regret. Il y a deux sens de « regretter ». Quand Michel dit qu'il « regrette son amitié avec Monique », on peut comprendre qu'il a une émotion négative à propos de la perte de cette amitié, ou alors qu'il n'est pas content d'avoir été ami avec elle. Dans le premier cas, la distinction est similaire à celle faite autour de

la tristesse : cette forme de regret est purement négative, au contraire de la nostalgie. Dans le second cas, on regrette de s'être comporté de telle ou telle manière et on s'attribue une erreur ou faute (Jacobson 2013). Dans certains cas, cela accompagne la nostalgie. Aline est nostalgique de son amitié avec Julie en partie parce qu'elle se reproche de ne pas avoir fait assez d'efforts pour préserver cette relation qui avait de la valeur pour elle. C'est aussi souvent le cas lorsque la nostalgie est liée à la naïveté : on regrette de ne pas s'être rendu compte que l'on vivait dans le « bon vieux temps ». Cependant, cela n'est pas nécessaire à la nostalgie. On peut être nostalgique de quelque chose sans se reprocher quoi que ce soit et en estimant y avoir donné l'attention que cela méritait.

Enfin, un autre phénomène affectif qui semble proche de la nostalgie est le deuil. Là aussi, on est en deuil de choses positives, et le deuil n'est pas toujours purement négatif. Le deuil rappelle souvent des souvenirs heureux avec la personne qu'on a perdue. Cependant, le deuil consiste plutôt en un processus qui implique d'autres émotions, dont la nostalgie. Goldie (2012, chapitre 3) fournit une conception satisfaisante du deuil en tant que processus narratif qui permet de finir par tourner la page. Goldie soutient que le deuil n'est pas un état mental spécifique (2012, 57), mais dépend d'un récit impliquant des souvenirs de la personne perdue et des réactions à ces souvenirs. La nostalgie peut représenter une étape importante dans ce processus. Nous sommes souvent nostalgiques après une période dans laquelle nous sommes tristes, et cette émotion nous aide à envisager nos souvenirs sous un angle plus positif (Reid et al. 2021). Il est donc plausible que la nostalgie aide à devenir plus en paix avec la perte d'un être cher. Cela formerait un lien étroit entre nostalgie et deuil, mais cela montre également en quoi ils sont différents. Le deuil est un processus qui implique toute une série de réactions émotionnelles, ce qui peut inclure la nostalgie, tandis que la nostalgie est une émotion indépendante n'impliquant pas un tel processus.

## **2.4. Conclusion**

Dans ce chapitre, je me suis efforcé de fournir une analyse aussi large que possible de la nature de la nostalgie. J'ai commencé par décrire quelques-unes de ses propriétés élémentaires. La nostalgie est une émotion ; ses objets sont des situations et périodes et événements passés dans lesquels le sujet joue un rôle important et souvent liés à des événements importants de sa vie ou à des relations sociales qui comptent pour lui. La base de la nostalgie est la mémoire autobiographique, qui combine plusieurs types de souvenirs et plusieurs niveaux de généralité, entre événements spécifiques et généraux. J'ai tenté d'exposer la phénoménologie de la

nostalgie, en insistant en particulier sur son ambivalence hédonique. Elle est surtout plaisante, mais comporte une part de déplaisir. Je me suis ensuite penché sur la représentation que la nostalgie fait de ses objets. Après avoir rejeté les approches basées sur une différence épistémique et sur un projet de fuir le présent, j'ai développé ma propre théorie, dans laquelle la nostalgie opère une comparaison entre passé et présent à l'aide d'une dépendance entre plusieurs perspectives en jeu dans son souvenir. Je me suis ensuite consacré à montrer en quoi cette position explique les autres propriétés de la nostalgie et j'ai soutenu qu'une nostalgie trop longue cesse de représenter correctement son objet. Finalement, j'ai exploré quelques conséquences de ces affirmations. La nostalgie est difficile à catégoriser en termes de valence, mais semble plutôt mixte ; elle est une émotion spécialement complexe ; ce qui est digne de nostalgie dépend des individus. Enfin, j'ai offert des moyens de distinguer la nostalgie de plusieurs états affectifs proches. Ce chapitre devrait donc fournir une base solide pour évaluer la valeur que la nostalgie prend dans nos vies, ce à quoi je consacre le chapitre suivant.

### **3. La valeur de la nostalgie**

Dans le chapitre 1, j'ai décrit trois plans sur lesquels évaluer nos émotions : la représentation, la moralité et le caractère prudentiel. Dans le chapitre 2, j'ai exploré la nature de la nostalgie. Dans ce chapitre, je combine les résultats de ces deux efforts pour m'efforcer de révéler la valeur de la nostalgie. À cette fin, je me concentre sur le plan représentationnel et le plan prudentiel. La nostalgie constitue la plupart du temps une évaluation correcte du monde et a une importance particulière pour notre bien-être. J'explore moins la question morale, si ce n'est pour montrer que la nostalgie n'est de loin pas systématiquement immorale, ce qui empêche de l'attaquer de cet angle-là. Bien sûr, montrer quelques aspects positifs de cette émotion ne suffit pas, car ils pourraient être écrasés par des côtés négatifs plus forts. C'est pourquoi, après avoir démontré les bienfaits représentationnels (§3.1) et prudentiels (§3.2) de la nostalgie, je prends en compte quelques attaques et explique pourquoi leur impact est limité (§3.3). Je conclus donc que la nostalgie a, toutes choses considérées, une grande valeur (§3.4).

Une note s'impose avant de commencer. Quand je parle de valeur de la nostalgie, je parle ici de valeur que cette émotion a pour nous qui la ressentons, pour la vie bonne, le bien-être et nos intérêts, sans me prononcer sur sa valeur qu'elle aurait indépendamment de ceux-ci. Je parle en outre de valeur instrumentale et non finale : la nostalgie est bonne pour nous parce qu'elle nous permet d'accéder à d'autres choses bonnes pour nous, comme le plaisir ou la connaissance.

### 3.1. Représentation correcte

Si une émotion nous trompe systématiquement, ce serait une bonne raison de la condamner. Une telle accusation pourrait être levée contre la jalousie amoureuse. Selon certaines conceptions de cette émotion, elle évaluerait son objet comme un bien ou une possession risquant d'être volé par un autre individu. On pourrait alors soutenir que la jalousie est toujours inappropriée, parce qu'elle traite des personnes comme des possessions (D'Arms & Jacobson 2000, 75). Il n'est pas clair que cet argument soit correct, mais il y a une façon simple de montrer que la nostalgie ne peut pas être victime d'une telle attaque : si mon analyse de l'intentionnalité de cette émotion est correcte, de nombreux cas de nostalgie sont appropriés. Dans cette section, je m'intéresse d'abord à des cas ordinaires appropriés (§3.1.1), puis je me penche sur une attaque potentielle : de nombreux cas de nostalgie seraient tournés vers un passé romancé, ce qui les empêcherait de représenter correctement le monde. Je soutiens que les cas de ce type peuvent souvent être « sauvés » et que le problème est donc limité (§3.1.2).

Avant de commencer cette étude, un rappel s'impose : les considérations à propos du caractère approprié de la nostalgie sont indépendantes des questions morales et prudentielles. Cela signifie, en particulier, qu'il n'est pas possible de répondre que la nostalgie est en fait inappropriée parce qu'elle est systématiquement immorale ou contre-productive. Non seulement c'est faux, comme je le montre dans la suite du chapitre, mais si j'ai tort à ce sujet, cela ne constituerait même pas une attaque de ce que je dis à propos de la représentation.

#### 3.1.1. *Cas ordinaires*

J'ai déjà présenté au chapitre précédent toute une série d'exemples de nostalgie presque tous appropriés. En fait, les cas appropriés sont très nombreux. Je soutiens que la méfiance face à la nostalgie vient de fausses représentations sur sa nature, et en particulier sur son intentionnalité. Au chapitre précédent, j'ai exploré et rejeté deux pistes populaires concernant la représentation que la nostalgie fait de son objet. Ces deux pistes formaient des critères plus stricts que la théorie que j'ai fini par adopter. Or, si on adopte un critère trop strict, mécaniquement, il est plus difficile que des cas individuels de nostalgie soient appropriés.

Si la nostalgie implique de représenter son soi passé comme naïf et aveugle face à la fugacité de son environnement, cela classe comme inappropriés maints épisodes nostalgiques. Reprenons ma nostalgie à propos de mon voyage à Rome l'an passé, sans rien présupposer de ce que j'ai dit sur la nature de la nostalgie. Selon la théorie de la naïveté, cela voudrait dire que je me représente une différence épistémique entre moi actuellement et moi l'an passé. Sans

cette représentation, la théorie de la naïveté ne compterait pas cette réaction comme de la nostalgie. Plus spécifiquement, cela voudrait dire que je me représente comme ayant visité Rome sans me rendre compte de la fugacité de ce moment. Cela rendrait ma nostalgie inappropriée : je savais très bien que le voyage ne durerait que quelques jours avant que je rentre à Genève pour retrouver la vie ordinaire.

Si l'autre théorie explorée au chapitre précédent, celle de la pauvreté du présent, était la bonne, cela donnerait également de solides raisons de douter de la correction représentationnelle de nombreux cas de nostalgie. Pour rappel, cette théorie voyait en la nostalgie la construction d'un passé idéalisé pour fournir une échappatoire lorsque le sujet se sent enfermé dans un présent négatif. Si tous les cas de nostalgie sont de cette sorte, il est facile d'attaquer cette émotion. Lorsqu'on construit un passé idéalisé, on est typiquement forcé de se représenter le monde de façon incorrecte. C'était le cas dans l'exemple de la nostalgie envers mes amis d'enfance. Supposons que je trouve le présent lamentable parce que manquant de spontanéité et de lâcher-prise. Je réagis alors avec nostalgie au sens de cette théorie, donc je forme un projet de me réfugier dans un passé brillant par la spontanéité que je pouvais y manifester et l'absence de devoirs dont je bénéficiais. En réalité, aucun moment de mon passé n'a été si libre. Même à l'école primaire, je devais faire mes devoirs, répéter pour mes cours de musique, rentrer avant 18 heures et ainsi de suite, et la plupart des moments où je jouais avec mes amis étaient convenus à l'avance. Cependant, c'est sûrement l'instant le plus proche d'avoir les qualités que je désire pour le présent, donc j'invente le fait qu'il les avait vraiment. Ma nostalgie forme alors une représentation incorrecte du monde. Pour arriver à mes fins dans mon projet de me réfugier dans le passé, j'ai dû ignorer grossièrement la réalité. Si la nostalgie implique toujours un projet de cette sorte, il est plausible qu'elle commette souvent de tels impairs et soit alors inappropriée.

Ce genre de conception de la nostalgie explique donc possiblement pourquoi la nostalgie est parfois vue comme déformant la réalité. Quand on parle de la nostalgie, beaucoup ont ce genre d'idée en tête à propos de sa nature. Cependant, j'ai adopté une théorie bien moins restrictive de la nostalgie. D'abord, elle fait une représentation du monde bien moins spécifique que dans la théorie de la naïveté. Certains cas où quelque chose de bon est perdu comportent une différence épistémique de la sorte, mais de loin pas tous. Cela signifie que bien plus d'objets sont dignes de nostalgie : le passé regorge de choses bonnes qu'on ne peut plus récupérer. Ainsi, l'exemple présenté plus haut est approprié d'après ma théorie de la nostalgie. Mon voyage à Rome était bon et je ne peux pas le revivre. Ma théorie ne pose pas non plus de forte restriction

sur l'attitude de celui qui ressent la nostalgie. Il peut certes tenter d'échapper au présent, mais il existe de nombreuses autres attitudes qui nous rendent nostalgiques. On peut l'être quasi spontanément, comme dans la nostalgie proustienne, ou bien vouloir se rappeler le bon vieux temps tout en appréciant le moment présent. Les cas problématiques comme celui décrit ci-dessus existent donc, mais ils ne représentent qu'une petite partie de nos épisodes nostalgiques, et une attaque générale sur cette base ne serait pas justifiée.

### 3.1.2. *Passé romancé, narration et fiction*

Un aspect particulier de la nostalgie attire toutefois une suspicion supplémentaire et mérite qu'on s'y attarde. J'ai dit que la nostalgie et les souvenirs sur lesquels elle se base forment des épisodes narratifs à propos du passé. Or, nos souvenirs ne sont pas toujours fiables, et les récits sont souvent associés à la fiction. Dans de nombreux cas, comme je l'ai dit, la nostalgie est conforme à la réalité et basée sur des souvenirs fiables. Cependant, on romance fréquemment son passé lorsqu'on en est nostalgique, en effaçant des aspects négatifs et en se concentrant sur le positif. En outre, les souvenirs ne correspondent pas toujours littéralement à un épisode réel. Le souvenir général de la lecture avant d'aller se coucher ne correspond à aucun moment précis de la vie du sujet. Dans de tels cas, peut-on encore soutenir que la nostalgie représente correctement son objet ? Dans les paragraphes qui suivent, je m'efforce de montrer que les cas problématiques sont limités.

Prenons d'abord les cas dont des aspects négatifs ne sont pas pris en compte dans la nostalgie. Ils se séparent en deux groupes, dont l'un semble moins problématique. Parfois, on ne retient d'une expérience que la partie positive. Supposons que je ne retienne de mon voyage à Rome que l'émerveillement devant les ruines et le goût des glaces, pas la douleur de mes cloques. Pourtant, être nostalgique ne correspond pas forcément à une mauvaise représentation. On dit que je suis nostalgique de mon voyage, mais il serait plus précis de dire que je suis nostalgique de certains aspects de ce voyage et pas du voyage *tout court*. Ma nostalgie n'évalue pas ma douleur à tort comme positive, elle ne la prend pas même comme objet. Une expérience négative peut aussi avoir joué un rôle positif dans la suite de la vie du sujet et être évaluée positive pour cette raison. Il existe des expériences déplaisantes mais formatrices. Apprendre à conduire avec son père était difficile pour Damien, car il était très anxieux à l'idée d'endommager le véhicule et son père exerçait beaucoup de pression sur lui. Damien n'a aucun bon souvenir de ces moments. Pourtant, il en est nostalgique, et cela ne découle pas d'une mauvaise représentation de la situation. Cette dernière a bien un aspect positif, mais il est

extrinsèque : ce moment difficile a permis à Damien d'acquérir une nouvelle compétence importante. Si l'on décrit sa nostalgie en termes narratifs, le protagoniste a une perspective négative, mais le narrateur a une perspective positive. Cette perspective positive est appropriée, car les leçons de conduite ont beaucoup apporté à Damien par la suite. Il n'est donc pas inapproprié que Damien, qui sait que ces moments étaient positifs et significatifs, même s'il ne s'en est pas rendu compte à l'époque, devienne nostalgique.

D'un autre côté, on peut même transformer totalement l'objet de la nostalgie pour le rendre positif, ce qui est plus problématique. Imaginons que, pour avoir l'air intéressant, je parvienne à me rendre nostalgique de mes premiers cours de musique. Pourtant, ceux-ci n'avaient rien de positif. J'en sortais en pleurant et je n'y prenais aucun plaisir. En être nostalgique ne revient pas à sélectionner un côté positif là-dedans mais crée une pure fiction déformant la réalité du monde. De tels cas sont problématiques, mais ils ne représentent pas toutes les instances du phénomène où on ignore des aspects négatifs.

En outre, mal représenter des éléments du contexte lorsque la nostalgie se concentre sur des éléments positifs précis ne la rend pas inappropriée. Je peux être nostalgique de façon appropriée de mon trajet à vélo une nuit d'été même si je me rappelle inexactement l'itinéraire que j'avais emprunté. Cela ne devient problématique que si ce dernier est important. Si je suis nostalgique de ce trajet parce que j'ai vu la Lune au-dessus du Rhône alors que je ne suis pas passé par un endroit me permettant d'avoir ce point de vue, la nostalgie est inappropriée. Cette précision permet également de sauver quelques cas de nostalgie.

Enfin, le caractère narratif n'est pas intrinsèquement problématique. Bien entendu, tout récit n'est pas fictionnel. Certains récits aspirent à la vérité (voir aussi Goldie 2012, 152). Tous les exemples d'épisodes narratifs nostalgiques que j'ai mentionnés sont de cette sorte. Cela inclut même les cas qui incluent des éléments, comme des souvenirs généraux, ne correspondant à aucun instant précis de la réalité. Dans un sens, les souvenirs généraux décrivent correctement un ensemble d'instant, même sans en représenter correctement un seul individuellement. Le caractère narratif n'est donc pas en soi un problème.

De plus, dans certains cas, on fictionnalise volontairement son passé. Nous nous faisons des récits autobiographiques n'aspirant pas à la vérité, par exemple pour nous construire une bonne image de nous-mêmes. Imaginons ainsi que Claire, avant de se lancer sur la piste, s' imagine un moment où elle a bien dansé, tout en gardant à l'esprit qu'elle n'a pas vécu ce moment. En réalité, elle avait trébuché plusieurs fois. Son récit n'aspire pas à représenter

correctement le monde, donc il ne peut pas être jugé négativement sur cette base ; Claire le conçoit surtout pour des raisons pratiques. Si elle s’imagine avoir déjà bien dansé, cela l’aidera à avoir confiance et donc à mieux danser cette fois-ci. Or, les conditions de correction représentationnelle des émotions changent aussi lorsque nous réagissons à de la fiction plutôt qu’à un récit aspirant à décrire la réalité (voir Currie 2014). Il est acceptable d’avoir peur d’un monstre de cinéma même s’il n’est pas réellement dangereux (puisque’il n’existe pas). Il est crédible que nous ayons parfois des émotions similaires quant à des récits mentaux fictionnels. Ainsi, il serait acceptable que Claire soit nostalgique du moment où elle avait si bien dansé, même s’il est fictionnel, du moment que Claire ne croit pas que ce moment a réellement existé (Howard 2012, 648, explore une piste similaire). Quelques cas de nostalgie sont de cette sorte : nous savons que nous ne nous représentons pas le passé fidèlement, mais nous nous laissons aller dans cette fiction pour ressentir une émotion agréable, la nostalgie, de même que nous nous laissons captiver par un livre et sommes émus par le personnage fictif d’Anna Karénine. De tels cas ne peuvent pas fonder une critique de la représentation que la nostalgie fait de la réalité, car elle ne vise même pas à représenter la réalité dans ces exemples.

En revanche, si le sujet n’est pas conscient du caractère fictionnel de son souvenir, ou bien s’il aspire à la vérité mais échoue, ce cas de nostalgie est bel et bien inapproprié. Il existe de nombreux cas de cette sorte, de même qu’on a souvent des peurs inappropriées, comme lorsque l’on craint des serpents inoffensifs. De tels cas ne peuvent pas générer une bonne critique de la peur en général, et comme j’ai montré qu’il n’y a pas de tendance globale de la nostalgie à être appropriée, les quelques cas problématiques ne remettent pas en question la valeur de cette émotion en général. En outre, même quand la nostalgie représente mal son objet, elle peut jouer des rôles prudents importants. Dans la prochaine section, je me penche justement vers les différentes manières dont la nostalgie nous est utile et sert notre bien-être.

### **3.2. Rôles prudents**

Je me tourne maintenant vers des raisons prudentielles plaidant en faveur de la nostalgie. Ici, j’entends « prudentiel » au sens large. Les points que j’aborde ne sont pas similaires aux rôles prudents de la peur ou d’autres émotions basiques. La peur joue un rôle immédiat pour la survie lorsqu’elle nous pousse à fuir un danger. La nostalgie n’a pas d’effet prudentiel aussi clair et direct. C’est d’ailleurs une des raisons pour laquelle elle est souvent attaquée. On ne voit pas à quoi cette émotion sert, donc elle semble représenter une perte de temps et d’énergie. Dans cette section, j’explore une série de façons dont la nostalgie contribue à notre bien-être et

à notre identité. En particulier, la nostalgie est en bonne partie agréable (§3.2.1), permet de gérer les émotions négatives (§3.2.2), attire notre attention sur ce qu'on valorise (§3.2.3), nous aide ainsi à planifier notre futur (§3.2.4), renforce notre sens de l'identité et donne de la cohérence à nos vies (§3.2.5). Tous ces aspects donnent de bonnes raisons *pro tanto* de valoriser la nostalgie.

Avant de me lancer, je reviens encore une fois sur la distinction entre ces évaluations prudentielles et les évaluations autour du caractère approprié présentées dans la section précédente : la nostalgie peut jouer la plupart des rôles décrits dans les paragraphes qui suivent même lorsqu'elle déforme la réalité. Cette distinction appelle une remarque. Typiquement, lorsque la nostalgie est appropriée, cela apporte en plus un bénéfice prudentiel. Avoir une image fidèle de la réalité et de ses valeurs est utile. C'est essentiel pour adopter un comportement qui favorise son bien-être. Dans ce sens, le caractère approprié de la nostalgie contribue aussi au bien-être et pourrait être abordé à nouveau dans cette section (voir aussi Fritz 2021, 8567).

### 3.2.1. *Plaisir*

J'ai déjà mentionné le fait que la nostalgie apporte à la fois du plaisir et du déplaisir, mais que le plaisir l'emporte. Cela donne une raison, certes faible, d'évaluer la nostalgie comme positive. Lorsqu'une émotion nous procure du plaisir, elle contribue à notre bien-être. Si cet avantage est léger, il a l'avantage d'être visible et reconnu. C'est sûrement grâce au plaisir qu'elle nous fait ressentir que nous recherchons souvent la nostalgie, donc c'est aussi lui qui motive à avoir accès aux autres bienfaits que je décris ci-après.

### 3.2.2. *Gestion des émotions négatives*

Un autre avantage est lié à cette dimension plaisante : la nostalgie nous aide à gérer des émotions négatives. On peut aborder ce phénomène de deux manières. D'une part, la nostalgie est une réaction que nous avons dans de nombreuses situations qui seraient aussi correctement représentées par la tristesse. Lorsqu'on a perdu quelque chose de bon, il est correct, en termes de représentation, d'être triste. Si, cependant, on ressent de la nostalgie et non de la tristesse, on évalue la situation en même temps comme positive, car ce qu'on a perdu était bon et s'en souvenir est agréable. Cela permet de vivre la situation de façon plus paisible et moins déplaisante qu'en étant triste. L'avantage que représente le plaisir apporté par la nostalgie est alors renforcé par la comparaison avec l'alternative : si nous avons le choix entre être tristes et être nostalgiques, le second est bien meilleur pour notre bien-être.

D'autre part, la recherche en psychologie souligne que la nostalgie est souvent même une réaction à d'autres états mentaux négatifs. Nous sommes ainsi parfois nostalgiques en réponse à la solitude (Routledge et al. 2013, 811). La nostalgie permet alors de remplacer une attitude purement négative par une émotion plus positive. Ce rôle serait renforcé par le fait que nous sommes nostalgiques de situations dans lesquelles nous avons vécu une « rédemption » (ibid.), donc où nous avons su trouver du positif dans une situation générale négative. Se rappeler de cela permettrait alors d'être plus prêt à imaginer qu'une rédemption similaire est possible dans sa situation actuelle. Une telle connexion de la nostalgie avec l'optimisme est également soutenue empiriquement (Cheung et al. 2013). L'aide à gérer des sentiments difficiles comme la solitude passe aussi par le caractère social de beaucoup de situations dont nous sommes nostalgiques. Nous nous souvenons de moments importants où nous étions entourés par nos proches, donc nous nous sentons plus connectés socialement et souffrons moins de la solitude (Reid et al. 2021, 258). On peut imaginer que la nostalgie peut aider de façon similaire face à la vieillesse ou à la maladie, par exemple. La nostalgie prend donc une valeur particulière quand elle nous permet de mieux accepter des situations difficiles.

### *3.2.3. Connaître ce qu'on valorise*

La nostalgie ne nous rappelle pas n'importe quels instants du passé : nous avons tant de souvenirs positifs que ceux qui ressortent sont souvent importants pour nous. Notre nostalgie concentre notre attention sur des événements qui sont rendus positifs par des valeurs qui comptent pour nous. Lorsque je suis nostalgique des moments spontanés partagés avec mes amis dans mon enfance, cela attire mon attention sur le fait que je valorise grandement la spontanéité. Avant de ressentir cette nostalgie, je n'avais pas pris conscience de toute l'importance de cette valeur pour moi, et la nostalgie me permet donc de savoir que c'est quelque chose qui m'importe beaucoup et qu'il serait bon de rechercher désormais. En me donnant une image plus claire de ce que je dois rechercher, la nostalgie me fournit un apport épistémique important : une meilleure connaissance de moi-même. De plus, contrairement à ce que prétendent certaines critiques de la nostalgie, cette dernière influence mon comportement d'une façon qui favorise mon bien-être. Savoir quelles valeurs rechercher aide certainement à accroître ce dernier.

Cette réflexion mérite deux remarques. D'abord, ce rôle épistémique est en grande partie indépendant du caractère approprié ou non de la nostalgie. Si je suis nostalgique d'événements qui ne me sont pas arrivés ou qui n'avaient pas réellement la valeur que je leur prête, le fait que

j'en sois nostalgique me révèle ce que je valorise. Même si je ne faisais pas preuve de tant de spontanéité quand j'étais enfant, le fait que je me sois construit cette nostalgie inadaptée révèle que je valorise la spontanéité. Une partie de la représentation doit toutefois être correcte. Si j'imagine une situation passée où je suis heureux de faire de l'exercice, cela ne peut pas me montrer que je valorise le sport, parce que ce n'est pas mon cas maintenant et ne l'a jamais été. Il faut que le sujet au centre de l'objet de la nostalgie soit bien le sujet qui est nostalgique, donc au moins qu'il partage un certain nombre de traits psychologiques avec lui.

Ensuite, la nostalgie révèle ce que je valorise réellement et pas seulement ce que j'estime avoir de la valeur. Savarsdóttir fournit un exemple parlant de cette distinction : on peut être totalement conscient de la valeur littéraire de la poésie chinoise sans y dédier le temps, l'énergie et l'engagement émotionnel nécessaires pour qu'il soit légitime de dire qu'on la valorise réellement (Savarsdóttir 2014, 96). Or, c'est justement le type de valeurs qui méritent toutes nos ressources et notre attention que révèle la nostalgie, puisqu'elle est tournée vers des objets significatifs. On n'est pas nostalgique d'avoir lu de la poésie chinoise si on ne la valorise pas de cette façon. Pour résumer, la nostalgie nous fait comprendre ce qui compte vraiment pour nous, ce qui la rend utile et importante.

#### *3.2.4. Planifier le futur*

Ces derniers points entraînent une conséquence importante. La nostalgie nous permet d'utiliser le passé pour planifier le futur de la bonne façon. D'une part, elle nous rend plus optimistes, ce qui nous tourne vers le futur. D'autre part, elle nous rend attentifs à ce qui mérite d'être recherché dans le futur. Kersten et al. (2016) fournissent un exemple parlant. Certains cas de nostalgie nous rendent optimistes quant à notre santé et nous révèlent la valeur de cette dernière. Les résultats de leurs recherches montrent que les participants à des études adoptent alors un comportement pertinent, en se nourrissant plus sainement et en augmentant leur activité physique. Les effets de la nostalgie sont donc concrets. Cette émotion ne nous fait pas seulement rêvasser en pensant à ce qui compte pour nous, mais influence réellement notre comportement. Ce rôle planificateur pousse même certains psychologues à considérer que la nostalgie est, dans un sens, tournée vers le futur autant que vers le passé (Fiorito & Routledge 2020).

Le fait que l'objet de la nostalgie soit perdu peut également jouer un rôle dans certains cas, notamment si la perte découle d'une erreur ou d'un manque d'investissement. Aline est nostalgique de son amitié avec Julie, perdue parce qu'elle ne consacrait plus aucune énergie à maintenir cette relation et annulait sans cesse leurs rendez-vous. Quand la nostalgie attire son

attention sur cette situation, Aline s'aperçoit de la valeur de l'amitié qu'elle a perdue et de l'erreur qu'elle a commise. La nostalgie lui fournit alors l'occasion d'apprendre de son erreur et de ne pas reproduire la même dynamique dans ses relations actuelles. Pour que la nostalgie puisse jouer un tel rôle, il est important qu'elle soit bien une réévaluation du passé. Cela explique en particulier pourquoi elle permet de savoir ce qui compte maintenant pour le sujet et pas uniquement ce qui a eu de la valeur pour lui à l'époque. C'est une telle réévaluation que fait Aline, qui n'était pas consciente de la valeur de son amitié avant son épisode nostalgique. En outre, le caractère narratif des émotions autobiographiques joue un rôle pour se projeter dans le futur. Lorsqu'on imagine le futur, on le fait souvent sous forme de récit mental. Or, on peut projeter ses récits passés vers le futur en les adaptant à la situation. Aline peut s'imaginer une version du récit de son amitié transposée dans le futur en remplaçant Julie par un autre ami. Elle a alors une évaluation déjà prête de cette situation, grâce à la nostalgie : elle sait qu'elle doit changer d'attitude et donner l'attention qu'elle mérite à sa nouvelle amitié. L'évaluation que fait la nostalgie d'un épisode narratif à propos du passé informe ainsi l'évaluation que fait Aline dans un épisode narratif d'un futur possible, ce qui influence ensuite son comportement et lui permet d'apprendre de ses erreurs (sur la manière dont les récits mentaux permettent d'apprendre de ses erreurs et de se projeter dans le futur, voir aussi Goldie 2012, 85 et suivantes). Enfin, la capacité de prévoir son futur en sachant ce qu'on valorise est une bonne manière de favoriser son bien-être, ce qui explique en quoi la nostalgie prend de la valeur grâce à ce rôle.

### 3.2.5. *Identité diachronique*

J'en viens désormais à un rôle fondamental de la nostalgie. Celle-ci nous procure un fort sens de notre identité en nous connectant à notre passé. Il est important pour nous de sentir en quoi nous sommes la même personne que dans notre passé. Physiquement, nous pouvons être totalement différents, ne plus comporter la moindre trace de la matière qui nous composait il y a cinquante ans, mais nous considérons tout de même que nous sommes la même personne. Dans cette section, je défends l'importance de la nostalgie dans notre identité diachronique.

Ce dernier serait lié, selon des études empiriques, à des « traits de personnalité et de caractère à long terme » (Teroni ms., 2 ; 3-5). Ces traits sont liés à nos réactions affectives : une personne timide réagit fortement et négativement aux situations où elle est exposée au regard d'autrui (Teroni ms., 5). Cette valeur pèse plus fort que la valeur positive prise par son succès professionnel. Cette valorisation négative de l'exposition publique exerce une forte influence

sur le comportement de la personne considérée, qui va tout faire en sorte pour éviter d'être dans des situations où elle est exposée publiquement, par exemple en rejetant une proposition de promotion qui la forcerait à parler régulièrement en public. Elle influence aussi la vie affective de cette personne. Si elle se retrouve par malheur dans une telle situation, elle a tendance à ressentir de la honte. Si elle parvient à éviter une telle situation, elle est soulagée. On peut ainsi considérer que les traits de caractère sont des dispositions à réagir affectivement de toutes sortes de manières aux diverses situations qui se présentent au sujet, et les émotions en question sont les « manifestations principales » de ces traits de caractère (Teroni ms., 8). Ces traits, à leur tour, sont stables. On ne change pas de caractère aussi facilement qu'on passe d'une émotion à une autre (voir aussi Savarsdóttir 2014 pour la stabilité de ce qu'on valorise). De plus, ils permettent d'organiser et de donner du sens à notre vie affective. La timidité, par exemple, permet d'expliquer toute une partie des réactions d'une personne timide. Cette stabilité et cette participation à la structure de notre vie affective permettent aux traits de caractère de jouer un rôle fondamental dans notre identité : ils sont des caractéristiques qui donnent du sens à notre personnalité et sont largement préservés à travers le temps. (Bien sûr, notre comportement change selon les situations, et nos traits de caractère n'expliquent pas tout. Toutefois, cette attention sur les traits de caractère semble avoir quelque chose de vrai : dans la même situation, les individus se comportent différemment, et leurs réactions peuvent généralement être classées de façon relativement cohérente selon des traits de caractère et des valeurs importantes pour eux.)

La nostalgie joue son rôle dans notre sens de l'identité en liant nos souvenirs au présent : elle crée une réelle connexion avec eux, en réévaluant la situation et en portant notre attention sur ce que nous valorisons dans des situations passées (Debus 2007). D'abord, réagir avec nostalgie à un souvenir n'a du sens que si on considère qu'on est bien soi-même un personnage de ce souvenir. Si je crois que la personne qui a voyagé l'année dernière à Rome est distincte de moi, je n'ai rien perdu et n'ai donc aucune raison d'être nostalgique. Ensuite, réévaluer le passé permet de voir en quoi nous sommes similaires à nos versions passées (lorsqu'on est nostalgique de quelque chose qu'on valorise encore mais qu'on a perdu) et comment nous avons changé (lorsqu'on est nostalgique de quelque chose justement parce qu'on ne le valorisait pas suffisamment à l'époque). La nostalgie nous permet alors de prendre conscience de la stabilité de la plupart de nos traits et, en même temps, de notre évolution et de nos progrès sur d'autres. Lorsque Olivier se rappelle les premières pièces de théâtre qu'il a écrites, il devient nostalgique. Cela lui permet à la fois de concentrer son attention sur ce qu'il a en commun avec l'Olivier de

sa jeunesse, la passion pour le théâtre, et de voir comment il a évolué depuis : ses premières pièces étaient fougueuses mais naïves, et il a désormais sur elles le regard attendri d'un vieux dramaturge expérimenté. La nostalgie pousse ainsi l'attention vers ce qu'on valorisait dans le passé et ce qu'on valorise désormais, ce qui la connecte avec nos traits de caractère et leur stabilité.

La notion de récit déjà mentionnée permet aussi d'éclairer ce sens de l'identité. Lorsque nous pensons à notre vie et à notre évolution dans le temps, nous concevons un récit autobiographique (Kauppinen 2012). Dans ce récit, nous créons souvent de la cohérence entre plusieurs événements et donnons une importance significative à d'autres. La nostalgie, justement, participe à donner de l'importance à ses objets en nous révélant comment on les valorise. L'épisode narratif conçu dans la nostalgie s'inscrit alors dans le récit plus large à propos de notre vie en général. Nous mettons en cohérence les éléments dont nous sommes nostalgiques avec d'autres éléments de ce récit. Lorsque Aline se raconte sa vie actuelle, les événements autour de ses amitiés sont liés narrativement à la situation de son amitié passée avec Julie. Cela explique que lorsqu'elle réagit avec nostalgie à son amitié avec Julie, cette évaluation est pertinente à sa vie actuelle et future. Nos récits autobiographiques, y compris dans la nostalgie, nous représentent comme persistant à travers le temps avec une personnalité stable. La nostalgie contribue à notre récit global de notre vie et donc à notre sens de l'identité. Ce rôle de la nostalgie est d'ailleurs soutenu par des recherches empiriques en psychologie. Une relation forte est prouvée entre la nostalgie et la continuité du soi, et les études montrent que ce lien passe bien par le rôle de la nostalgie dans la construction de récits mentaux autobiographiques (Hong et al. 2022 ; Sedikides et al. 2015).

Enfin, l'importance de ce rôle dans l'identité est grande parce que se voir comme une personne ayant traversé le temps et considérer des événements passés comme importants et significatifs aujourd'hui encore donne du sens à la vie. Il arrive parfois d'avoir l'impression de n'être qu'un amas d'atomes perdus à un instant insignifiant dans l'univers. La nostalgie participe justement à donner l'impression, peut-être illusoire, d'être une personne étendue à travers le temps, dont la vie peut être décrite par un récit cohérent mettant en jeu des situations importantes ayant de la valeur encore aujourd'hui et donnant un sens aux projets pour le futur. Cette sensation de vivre une vie pleine de sens renforce, à son tour, le bien-être du sujet, ce qui donne une valeur supplémentaire à la nostalgie.

### 3.3. Critiques et réponses

Tous les rôles présentés dans les sections précédentes donnent des raisons de croire en la valeur de la nostalgie de nos vies. Toutefois, je n'ai prouvé que le fait que la nostalgie a de la valeur *pro tanto*, c'est-à-dire de la valeur *quant à ces plans-là*. Pour prouver qu'elle a de la valeur *pro toto* ou de la valeur *toutes choses considérées*, je dois montrer qu'il n'y a pas de raisons plus fortes de rejeter la nostalgie. Dans cette section, je m'intéresse à quelques critiques potentielles de la nostalgie pour montrer qu'elles s'appliquent à peu de cas. Cela permet à la fois de montrer que la nostalgie en général n'est pas problématique et de circonscrire les cas qui le sont en effet.

#### 3.3.1. *Désir impossible*

Certaines conceptions de la nostalgie soutiennent que cette émotion implique un désir de retrouver un passé qui est irrémédiablement perdu. Si c'est le cas, cela la rendrait irrationnelle et contre-productive. Si on cherche à obtenir quelque chose d'inaccessible, on perd de l'énergie qu'on pourrait consacrer à des choses utiles, et on représente mal la réalité. Cette critique fonctionne surtout bien si l'on adopte une théorie de la nostalgie dans laquelle un tel désir apparaît systématiquement. Cependant, comme je l'ai montré, ce n'est pas le cas. Nous sommes souvent nostalgiques de choses que nous ne souhaitons pas retrouver, comme quand je suis nostalgique de mon éducation secondaire. Il est important d'éviter une confusion entre valoriser et désirer. Dans le cas de mon éducation secondaire, même si je ne la désire pas, je la valorise car je sais qu'elle a joué un rôle important dans ma vie, et c'est pour cela qu'il est intelligible que j'en sois nostalgique.

En outre, dans les cas où il existe un tel désir, il n'est pas forcément littéral. Lorsque je suis nostalgique de la spontanéité de mon enfance, on peut dire que je désire retrouver cette spontanéité. Dans un sens littéral, elle est inaccessible, puisque passée. Cependant, on peut aussi comprendre ce désir comme le souhait de retrouver une forme de spontanéité aujourd'hui, qui ne sera pas identique à celle de mon enfance et qu'il est possible d'atteindre. Un tel désir ne serait donc pas irrationnel.

En l'absence d'un désir irrationnel systématique, il semble difficile d'admettre que cette attaque porte un coup important à la nostalgie en général. La nostalgie accompagnée de désirs irrationnels existe, mais elle se limite à des exceptions. Au contraire, comme je l'ai montré, la nostalgie a souvent pour effet de planifier de façon plus efficace son futur autour de ce qu'on valorise.

### 3.3.2. *Enfermement dans le passé*

Des raisons similaires pourraient pousser à soutenir que la nostalgie enferme ceux qui la ressentent dans le passé. Les émotions tournées vers le passé ont parfois mauvaise réputation. Il ne servirait à rien de consacrer tant d'énergie et d'attention au passé, que l'on ne peut pas changer, et il vaudrait mieux vivre dans le moment présent et éventuellement planifier le futur. Les nostalgiques auraient alors tendance, grossièrement, à rester dans leur lit en ruminant le passé au lieu de se lever et de redevenir heureux. La nostalgie serait donc prudemment mauvaise car elle empêcherait le sujet de se comporter de façon favorable à son bien-être.

D'abord, il n'est pas clair que le passé ne mérite pas d'énergie et d'attention. Notre passé exerce une grande influence sur qui nous sommes aujourd'hui. Il est donc important d'évaluer correctement ce qui nous est arrivé et l'importance que cela a pour nous actuellement. Si la nostalgie nous enferme dans le passé, ce ne serait peut-être pas si mal. Mais, surtout, l'image décrite plus haut ne correspond pas à la réalité : la nostalgie ne conduit pas systématiquement à un enfermement dans le passé et à une incapacité de vivre le présent et de se projeter dans le futur. Au contraire, j'ai montré dans la section précédente que cette émotion éclaire souvent notre compréhension de nous-mêmes dans le présent et nous permet de savoir plus efficacement quoi rechercher et comment nous comporter. La nostalgie donne généralement juste l'attention qu'il mérite au passé, et laisse la place qu'ils méritent au présent et au futur.

Là encore, il existe sans doute quelques cas où la nostalgie a un tel effet et se révèle problématique. C'est le cas lorsque la nostalgie répond à un projet de fuir le présent, comme dans quelques exemples présentés au chapitre précédent. Cela constituerait un problème si, comme selon la théorie de la nature de la nostalgie basée sur la pauvreté du présent, il s'agissait d'un problème systématique de la nostalgie. Cependant, d'après l'analyse que j'ai défendue, ces cas sont l'exception plutôt que la règle, donc cette attaque n'est pas convaincante.

### 3.3.3. *Manque de motivation*

Comme je l'ai mentionné au chapitre 1, les émotions ont d'ordinaire un lien fort à la motivation et au comportement. Cela fonctionne bien pour la peur et le dégoût. Cependant, il n'y a pas d'attitude caractéristique ou de « thème motivationnel » dans la nostalgie (Ballard 2021, 854). Ces attitudes caractéristiques, comme la fuite dans le cas de la peur, sont importantes dans la fonction des émotions, et on pourrait donc reprocher à la nostalgie de ne pas avoir de fonction claire.

Cependant, j'ai exposé, dans la section précédente, plusieurs fonctions de la nostalgie, notamment nous révéler ce que nous valorisons et renforcer notre sentiment d'identité diachronique. En outre, j'ai même montré que la nostalgie a en fait des rôles, certes indirects, dans notre comportement : elle nous pousse à agir de façon à donner aux choses que nous valorisons l'attention qu'elles méritent. La fonction de la nostalgie ne passe simplement pas clairement par l'attitude corporelle et les réactions physiques de celui qui la ressent, comme c'est le cas pour la peur. Toutefois, cela ne constitue pas une attaque de la nostalgie, plutôt une remise en question des théories qui basent la nature des émotions sur les attitudes corporelles et la préparation à l'action liées aux émotions (Ballard 2021). Une conclusion possible serait qu'il faut inclure des attitudes mentales également, comme la redirection de l'attention vers certaines valeurs que fait la nostalgie, et non uniquement des réactions physiques comme l'augmentation du rythme cardiaque. Toutefois, l'issue de cette discussion n'a pas d'impact sur le sujet qui m'intéresse, la valeur de la nostalgie. Que celle-ci advienne directement ou indirectement n'a que peu d'importance.

#### *3.3.4. Nostalgie anticipatoire*

Une critique de la nostalgie porte sur un phénomène qu'on pourrait appeler « nostalgie anticipatoire ». Parfois, nous regrettons le présent avant même qu'il n'appartienne au passé. On peut imaginer que lors de mon voyage à Rome, trop conscient du caractère éphémère de cette expérience, je sois déjà nostalgique avant sa fin. Je ne suis pas seulement conscient du fait que je risque de devenir nostalgique plus tard, je le suis déjà. Ce phénomène est potentiellement problématique. D'abord, si on considère qu'il relève de la nostalgie et que la nostalgie évalue son objet comme passé et perdu, il constitue systématiquement une mauvaise représentation : on n'a pas encore perdu ce qu'on est encore en train de vivre. Ensuite, c'est un sentiment déplaisant et qui s'opère au détriment du bien-être (Batcho 2020). Une façon de rendre compte du caractère déplaisant de ce phénomène par rapport à la nostalgie « classique » est que dans cette dernière, on ressent du plaisir à nouveau à propos de quelque chose de déjà perdu. On a donc une expérience plaisante deux fois, et une seule fois l'expérience déplaisante de la perte. Dans la nostalgie anticipatoire, au contraire, on ressent la douleur de la perte une première fois alors qu'on ne l'a pas encore ressentie, et on ne ressent le plaisir qu'au plus une fois, dans le présent (Batcho 2020, 5). Il semble donc naturel que cette expérience soit plus négative que celle de la nostalgie habituelle.

D'abord, ce phénomène ne représente qu'une petite partie des cas de nostalgie, et cela délimite peut-être une partie problématique au sein d'une émotion généralement positive. On n'a pas alors une attaque générale contre la nostalgie. En outre, on peut s'interroger sur la pertinence de classer ce phénomène dans la nostalgie. Dans ce genre de situation, il semble peu plausible qu'on évalue vraiment l'objet comme perdu et passé. Or, ce mode de représentation est essentiel à la nostalgie. Deux états mentaux représentant leur objet aussi différemment méritent peut-être d'être rangés dans deux types différents, auquel cas on peut répondre que la nostalgie anticipatoire n'est pas, à strictement parler, de la nostalgie. D'ailleurs, quand on se demande si la nostalgie a de la valeur, on pense plutôt à la nostalgie ordinaire tournée vers le passé qu'à un état tourné vers le présent.

### 3.3.5. *Surplus de demandes*

Notre passé regorge de choses passées que nous ne pouvons pas récupérer, donc à propos desquelles il serait approprié d'être nostalgique. Or, j'ai déjà soutenu que les normes représentationnelles fournissent des demandes positives. Si une situation mérite la nostalgie, il *faut, pro tanto*, en être nostalgique. Cette situation ouvre la porte à une tension telle que celle que décrit Fritz (2021) à propos de l'anxiété. Nous ne sommes pas capables de ressentir toute la nostalgie que nous devrions ressentir selon ces normes, et être nostalgique d'énormément de choses nous pousserait dans une des critiques précédentes, où la nostalgie prend trop de place dans notre vie et nous empêche de vivre le présent.

Cependant, si cette remarque montre une tension entre plusieurs normes autour de la nostalgie, cela ne constitue pas un problème retirant de la valeur à cette émotion. D'abord, les choses dont nous devons être nostalgiques sont tout de même plus limitées que celles à propos desquelles nous devons être anxieux : nous n'avons qu'une quantité limitée d'événements importants dans notre passé, contre une infinité de situations potentielles menaçantes. Les souvenirs positifs futiles ne méritent peut-être pas de nostalgie. En outre, après avoir été nostalgiques une certaine durée, il n'est plus exigé, en termes de représentation, d'être nostalgique. Mais, surtout, le fait que nous ne soyons pas toujours nostalgiques quand nous le devrions selon les normes représentationnelles ne retire rien à la valeur de cette émotion. Quand elle est présente, elle joue des rôles importants ; comme nous ne sommes pas, en réalité, constamment nostalgiques de tout et n'importe quoi, elle ne peut pas jouer les rôles négatifs qu'elle aurait alors. En outre, nous avons même des cas de nostalgie inappropriés qui participent à notre bien-être de diverses manières présentées dans la section précédente. Leur inadéquation

aux normes représentationnelles ne les empêche pas non plus d'avoir, toutes choses considérées, de la valeur. L'objection des demandes trop fortes forme donc un fait remarquable à propos de la nostalgie, mais pas une objection contre sa valeur.

### 3.3.6. *Moralité*

Je n'ai pas encore abordé de questions autour de la moralité de la nostalgie, alors que j'ai présenté ce plan comme l'une des grandes façons d'évaluer les émotions. Je n'ai pas soutenu que la nostalgie joue un rôle positif pour la moralité, comme c'est peut-être le cas de la compassion. En réalité, comme pour énormément d'émotions, la nostalgie peut occasionnellement être évaluée moralement. Un vieil Allemand nostalgique du début des années 1940 se verrait facilement accusé de ressentir une émotion immorale à cause de la représentation qu'elle fait du monde. Similairement, des conséquences prudentielles de la nostalgie peuvent avoir des implications morales. Si quelqu'un est complètement bloqué dans le passé et se renferme sur lui-même, ce qui le pousse à ignorer ses proches, ce serait peut-être encore immoral. J'ai déjà défendu que de tels cas sont rares, et ils ne me semblent pas menacer la valeur de la nostalgie. À l'inverse, la nostalgie a peut-être parfois des conséquences qui la rendent moralement bonne. Si être nostalgique d'une amitié perdue pousse à se comporter mieux avec autrui, c'est peut-être une émotion moralement bonne. Ces cas sont également limités.

Dans tous ces exemples, la moralité ou l'immoralité de la nostalgie est extrinsèque. On est immoral parce qu'on se représente le monde de façon injuste ou bien parce que notre nostalgie entraîne des conséquences pratiques malheureuses. Ce n'est pas l'émotion elle-même qui constitue le problème. Dans ce sens, la nostalgie est assez similaire à nombre d'autres émotions, comme la peur. Il peut arriver que la peur pousse à un comportement immoral ou bien qu'on ait peur injustement, mais ces cas sont rares et il ne semblerait pas justifié de reprocher cela à la peur. Plus généralement, si une émotion en général doit être critiquée sur le plan de la moralité, il faut montrer qu'il existe un problème moral systématique. C'est peut-être le cas avec la jalousie ou avec la *Schadenfreude*, mais cela ne semble pas plausible pour la nostalgie.

## 3.4. **Pesée d'intérêts**

J'ai examiné dans les sections précédentes plusieurs arguments visant à montrer que certains aspects de la nostalgie lui donnent ou lui retirent de la valeur. Pris individuellement, ces arguments disent peu de chose sur la valeur de la nostalgie en général. Vanter les plaisirs de la

*Schadenfreude* ne donne pas de bonne raison de penser que cette émotion a une grande valeur dans nos vies. La raison est que les arguments contre la *Schadenfreude* sont plus forts. C'est une émotion immorale, qui nous pousse à des comportements individualistes et malheureux. La raison pour laquelle la *Schadenfreude* est une mauvaise émotion est que, après avoir pesé tous les intérêts en jeu, elle a une valeur négative. Pour soutenir ma thèse selon laquelle la nostalgie a une grande valeur dans nos vies (sans plus de précision), il faut procéder à une pesée d'intérêts similaire. Si les côtés positifs sont plus grands que les aspects négatifs, j'aurai bien défendu la nostalgie.

Dans ce chapitre, j'ai présenté beaucoup de rôles positifs de la nostalgie. D'abord, sur le plan de la représentation, elle évalue la plupart du temps correctement son objet, et les cas où elle romance notre passé sont souvent peu problématiques. Ensuite, sur le plan prudentiel, elle est très bénéfique : elle est plaisante, permet de gérer nos émotions négatives, de connaître mieux ce qu'on valorise, de planifier le futur, et renforce notre sens de notre identité diachronique. La somme de tous ces rôles pèse lourd dans la balance.

Or, dans mon exploration des côtés négatifs potentiels de la nostalgie, au contraire, j'ai plutôt prouvé que les cas problématiques sont rares. La nostalgie n'est pas systématiquement accompagnée d'un désir impossible, elle ne nous enferme pas automatiquement dans le passé, n'a pas aucun lien avec notre comportement ; les cas de nostalgie anticipatoire ne relèvent peut-être pas de la nostalgie à strictement parler et ils sont en tout cas peu nombreux et bien séparés du reste des épisodes nostalgiques ; le fait que beaucoup de situations puissent être représentées correctement par la nostalgie ne signifie pas que cette émotion est problématique. En fait, j'ai montré qu'une grande partie des aspects négatifs présumés de la nostalgie sont des sortes de chimères reposant sur des conceptions hasardeuses de cette émotion. Avec mon analyse de la nostalgie et de son intentionnalité, la plupart de ces aspects se révèlent limités. Si aucun autre point négatif n'émerge, le côté positif de la balance l'emporte manifestement, et la nostalgie a bien de la valeur.

C'est entre autres sur cette condition que repose le bien-fondé de ma thèse. Si je n'ai pas été exhaustif et ai manqué un aspect négatif décisif de la nostalgie, cela permettrait de prouver que j'ai tort. Cependant, en rejetant la plupart des arguments classiques contre la nostalgie et en présentant des aspects positifs longtemps négligés de cette émotion, j'ai renversé la charge de la preuve : il me paraît raisonnable, à la lumière de ma présentation, de juger que la nostalgie a une valeur importante dans nos vies jusqu'à preuve du contraire et plus l'inverse.

## 4. Conclusion

Dans ce mémoire, j'ai tenté de rendre compte aussi bien que possible de la nature de la nostalgie et de la valeur qu'elle occupe dans nos vies. À cette fin, j'ai commencé par fournir une analyse des émotions en général : elles sont des épisodes mentaux à la phénoménologie riche, dotés d'une intentionnalité les connectant aux valeurs, fortement liés au comportement, positifs ou négatifs. Nous pouvons évaluer ces attitudes sur plusieurs plans : la représentation, la moralité, la prudence. J'ai ensuite soutenu que les émotions autobiographiques tournées vers le passé constituent une nouvelle évaluation du passé plutôt qu'un souvenir d'une ancienne émotion, en exposant le rôle important des différentes perspectives en jeu dans ces évaluations.

Muni de ces outils, j'ai analysé de façon aussi exhaustive que possible la nature de la nostalgie : c'est une émotion basée sur la mémoire autobiographique, elle est hédoniquement mixte mais davantage plaisante que déplaisante, et elle est tournée vers des situations, périodes ou événements passés positifs, souvent liés à des transitions importantes dans la vie du sujet ou à ses relations à des personnes importantes pour lui. J'ai continué en fournissant une conception de la représentation que fait la nostalgie de ses objets : le narrateur de nos souvenirs fait une évaluation positive de ce dont on est nostalgique, donc on devient nostalgique en réaction à cette perspective parce qu'on sait que cet objet est positif et significatif, mais désormais perdu. Plus simplement, la nostalgie procède à une comparaison entre passé et présent : en ce qui concerne l'objet de la nostalgie, le passé était préférable. J'ai ensuite montré que la nostalgie est une émotion dont la valence est compliquée à établir mais semble mixte, qu'elle est une émotion complexe, et que ce dont on est nostalgique varie fortement de sujet en sujet sans que la nostalgie devienne arbitraire.

Enfin, je me suis attaqué à la question de la valeur de la nostalgie. J'ai montré que la nostalgie est souvent appropriée et j'ai exposé une série de façons dont elle profite à notre bien-être : elle est principalement plaisante, aide à gérer les émotions négatives et à connaître les valeurs qui nous importent, permet de planifier son futur en fonction de ces valeurs et nous aide à être conscients de notre identité diachronique avec notre passé. Après avoir montré pourquoi les attaques classiques contre la nostalgie ont une portée limitée, j'ai conclu que, toutes choses considérées, la nostalgie a dans nos vies une grande valeur qu'il s'agit de reconnaître.

La discussion sur la nostalgie, bien sûr, ne s'arrête pas là. D'abord, je ne prétends pas que mon analyse soit définitive. D'une part, la conception de sa nature pourrait toujours être étoffée, notamment au niveau de l'attitude précise qu'on adopte quand on est nostalgique. D'autre part,

mon analyse de sa valeur est nécessairement lacunaire. On peut toujours trouver une nouvelle façon d'évaluer une émotion ; peut-être des raisons trop fortes de dévaloriser la nostalgie pourraient-elles émerger et remettre en cause ma conclusion. Ce travail aura au moins eu le mérite d'avancer la réflexion à ce propos, tandis que la littérature philosophique sur cette émotion est plutôt pauvre.

Enfin, l'analyse de la nostalgie en tant qu'émotion tournée vers le passé autobiographique ouvre la porte à des considérations sur des phénomènes connexes, que nous appelons parfois aussi « nostalgie ». Nous nous disons nostalgiques de moments que nous n'avons pas vécus, nous nous décrivons comme d'humeur nostalgique, nous avons de la nostalgie anticipatoire ou bien nous attribuons à des nations entières un sentiment nostalgique tourné vers l'époque de leur grandeur. Tous ces phénomènes mériteraient d'être étudiés, de même que leurs liens avec la nostalgie telle que je l'ai décrite dans ce travail.

## 5. Bibliographie

- Arcangelli, M. & Dokic, J. (2018). Affective Memory: A Little Help from Our Imagination. In Michaelian, K., Debus, D., & Perrin, D. (Eds.), *New Directions in the Philosophy of Memory* (pp. 139-156). Routledge.
- Ballard, B. S. (2021). Content and the Fittingness of Emotion. *The Philosophical Quarterly*, 71(4), 845-863.
- Batcho, K. I. (2020). When Nostalgia Tilts to Sad: Anticipatory and Personal Nostalgia. *Frontiers in Psychology*, 11, art. 1186.
- Bovens, L. (1999). The Value of Hope. *Philosophy and Phenomenological Research*, 59(3), 667-681.
- Cheung, W.-Y., Wildschut, T., Sedikides, C., Hepper, E. G., Arndt, J., & Vingerhoets, A. J. J. M. (2013). Back to the Future: Nostalgia Increases Optimism. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39(11), 1484–1496.
- Currie, G. (2014). Emotions Fit for Fiction. In Roser, S. & Todd, C. (Eds.), *Emotion and Value* (pp. 146-168). Oxford University Press.
- D'Arms, J. (à paraître). What Makes an Emotion Appropriate or Inappropriate to its Object. In A. Scarantino (Ed.), *The Routledge Handbook of Emotion Theory*. Routledge.
- D'Arms, J. & Jacobson, D. (2000). The Moralistic Fallacy: On the 'Appropriateness' of Emotions. *Philosophy and Phenomenological Research*, 61(1), 65-90.
- Debus, D. (2007). Being Emotional about the Past: On the Nature and Role of Past-Directed Emotions. *Noûs*, 41(4), 758-779.
- Deonna, J. A. (2018). The Emotion of Being Moved. In C. Tappolet, F. Teroni, & A. Konzelmann Ziv (Eds.), *Shadows of the Soul. Philosophical Perspectives on Negative Emotions* (pp. 60-68). Routledge.
- Deonna, J. A. (2020). On the Good that Moves Us. *The Monist*, 103, 190-204.
- Deonna, J. A., Rodogno, R., & Teroni, F. (2011). *In Defense of Shame: The Faces of an Emotion*. Oxford University Press.
- Deonna, J. A. & Teroni, F. (2012). *The Emotions: A Philosophical Introduction*. Routledge.

- Deonna, J. A. & Teroni, F. (2022). Emotions and Their Correctness Conditions: A Defense of Attitudinalism. *Erkenntnis*.
- De Sousa, R. (1987). *The Rationality of Emotion*. MIT Press.
- Fiorito, T. A. & Routledge, C. (2020). Is Nostalgia a Past or Future-Directed Experience? Affective, Behavioral, Social Cognitive, and Neuroscientific Evidence. *Frontiers in Psychology*, 11, art. 1133.
- Frijda, N. (1986). *The Emotions*. Cambridge University Press.
- Frijda, N. (2007). *The Laws of Emotion*. Routledge.
- Fritz, J. (2021). Fitting Anxiety and Prudent Anxiety. *Synthese*, 199, 8555-8578.
- Gatignon, F. (2020). Quand a-t-on raison d'être nostalgique ? Mémoire de bachelor, UNIGE.
- Gatignon, F. (2022). De l'unité de l'émouvant et du touchant. Mémoire de MA6, Thumos, UNIGE.
- Goldie, P. (2000). *The Emotions. A Philosophical Exploration*. Clarendon Press.
- Goldie, P. (2012). *The Mess Inside: Narrative, Emotion, and the Mind*. Oxford University Press.
- Hofer, J. (1688). *Dissertatio medica de nostalgia, oder Heimwehe*. Bertschius.
- Hong, E. K., Sedikides, C., & Wildschut, T. (2022). How Does Nostalgia Conduce to Global Self-Continuity? The Roles of Identity Narrative, Associative Links, and Stability. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 48(5), 735-749.
- Howard, C. (2020). Weighing Epistemic and Practical Reasons for Belief. *Philosophical Studies*, 177, 2227-2243.
- Howard, S. A. (2012). Nostalgia. *Analysis*, 72(4), 641-650.
- Jacobson, D. (2013). Regret, Agency, and Error. In D. Shoemaker (Ed.), *Oxford Studies in Agency and Responsibility*, vol. 1 (pp. 95-125). Oxford University Press.
- Kauppinen, A. (2012). Meaningfulness and Time. *Philosophy and Phenomenological Research*, 84(2), 345-377.

- Kersten, M., Cox, C. R., & Enkevort, E. A. V. (2016). An Exercise in Nostalgia: Nostalgia Promotes Health Optimism and Physical Activity. *Psychology & Health*, 31, 1166–1181.
- LeDoux, J. E. (1992). Emotion as Memory: Anatomical Systems Underlying Indelible Neural Traces. In S. A. Christianson (Ed.), *The Handbook of Emotion and Memory* (pp. 269–288). Erlbaum.
- Libby, L. K. & Eibach, R. P. (2002). Looking Back in Time: Self-Concept Change Affects Visual Perspective in Autobiographical Memory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(2), 167–179.
- Maguire, B. & Woods, J. (2020). The Game of Belief. *Philosophical Review*, 129(2), 211–249.
- Massin, O. (2018). Bitter Joys and Sweet Sorrows. In C. Tappolet, F. Teroni, & A. Konzelmann Ziv (Eds.), *Shadows of the Soul. Philosophical Perspectives on Negative Emotions* (pp. 50–59). Routledge.
- Na’aman, O. (2021). The Rationality of Emotional Change: Toward a Process View. *Noûs*, 55(2), 245–269.
- Nelson, M. (2010). We have no positive epistemic duties. *Mind*, 119(473), 83–102.
- Nigro, G. & Neisser, U. (1983). Point of View in Personal Memories. *Cognitive Psychology*, 15(4), 467–482.
- Price, C. (2015). *Emotion*. Polity Press.
- Proust, M. (1987). *Du côté de chez Swann*. Flammarion.
- Reid, C. A., Green, J. D., Short, S. D., Willis, K. D., Moloney, J. M., Collison, E. A., Wildschut, T., Sedikides, C., & Gramling, S. (2021). The Past as a Resource for the Bereaved: Nostalgia Predicts Declines in Distress. *Cognition and Emotion*, 35(2), 256–268.
- Roberts, R. (2003). *Emotions. An Essay in Aid of Moral Psychology*. Cambridge University Press.
- Routledge, C., Wildschut, T., Sedikides, C., & Juhl, J. (2013). Nostalgia as a Resource for Psychological Health and Well-Being. *Social and Personality Psychology Compass*, 7, 808–818.

- Savarsdóttir, S. (2014). Having Value and Being Worth Valuing. *The Journal of Philosophy*, 111(2), 84-109.
- Scarantino, A. (2014). The Motivational Theory of Emotions. In J. D'Arms & D. Jacobson (Eds.), *Moral Psychology and Human Agency: Philosophical Essays on the Science of Ethics* (pp. 156–185). Oxford University Press.
- Sedikides, C., Wildschut, T., Routledge, C., & Arndt, J. (2015). Nostalgia Counteracts Self-Discontinuity and Restores Self-Continuity. *European Journal of Social Psychology*, 45(1), 52–61.
- Sweeney, P. (2020). Nostalgia Reconsidered. *Ratio*, 33(3), 184-190.
- Tappolet, C. (2016). *Emotions, Values and Agency*. Oxford University Press.
- Teroni, F. (ms.). Affective Selves, Streams of Consciousness and Mental Time Travels. Manuscript.
- Van Tilburg, W. A. P., Wildschut, T., & Sedikides, C. (2018). Nostalgia's Place Among Self-Relevant Emotions. *Cognition and Emotion*, 32(4), 742-759.
- Wildschut, T., Sedikides, C., Arndt, J., & Routledge, C. (2006). Nostalgia: Content, Triggers, Functions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(5), 975-993.
- Walton, K. L. (1994). Morals in Fiction and Fictional Morality. *Proceedings of the Aristotelian Society, Supplementary Volumes*, 68, 27-66.
- Whiting, D. (2021). Aesthetic Reasons and the Demands They (Do Not) Make. *The Philosophical Quarterly*, 71(2), 407–427.