

L'envie, une émotion ravageuse

On la tait, on en a honte... Ce sentiment peut, si l'on n'en tient pas compte, se révéler destructeur.

PASCALLE SENK

POSSESSION C'est une histoire qui commence bien : quatre consultants - même âge, même formation - décident de s'associer pour créer un cabinet conseil. Les premiers mois se passent au mieux : des missions sont décrochées et réalisées, souvent par groupes de deux. Puis, peu à peu, des écarts se manifestent entre les membres de l'équipe : certains clients préfèrent travailler avec l'un plus spécialement, chaque consultant se retrouve spécialisé dans un domaine qui valorise ses compétences... L'inégalité des missions dérange de plus en plus l'un des consultants, qui logne les réussites d'un de ses collègues, vitupère pour qu'on répartisse les missions selon leur ordre d'arrivée, commence à interroger avec suspicion ses partenaires sur leurs travaux en cours, etc. Le climat se dégrade alors, des réunions houleuses ont lieu et finalement les consultants mettent un terme à leur entreprise qui, pourtant, se révélait fructueuse. Que s'est-il passé ? Telle la rouille, l'envie d'un des consultants a érodé la qualité des relations et miné peu à peu la créativité de l'équipe.

Cette mésaventure a servi de point d'appui à la chercheuse Bénédicte Vidaillet, maître de conférences à l'université de Lille-1, et spécialiste des organisations, lorsqu'elle a publié en 2006 *Les Ravages de l'envie au travail* (Éditions d'Organisation), un essai plusieurs fois primé et réédité depuis.

Harcèlement moral

C'est que ce sentiment toxique est mal connu, y compris des psychologues. Normal, celui qui en est atteint, l'envieux, tait sa convoitise, la dissimule, en a honte. « *L'envie est sans doute la plus mal aimée des émotions humaines*, observe Bénédicte Vidaillet, *car la moins dévoilée, donc peu partagée. De plus, si elle relève de l'agressivité, elle génère de la culpabilité, parce qu'on envie les qualités, possessions ou succès de ceux qui nous sont proches et auxquels on s'identifie. Lorsque les personnes sont plus lointaines, on reste dans l'idéalisation.* » Et cette chercheuse qui étudiait depuis des années les dysfonctionnements d'équipes sans toujours identifier leur origine déclare : « *Le jour où j'ai enfin compris que l'envie s'insinuait partout, tout s'est éclairé.* »

Catherine Raverdy, psychologue dans le nord de la France, a fait le même constat à force d'écouter certains patients, souvent plus frustrés que d'autres : « *Si la jalousie est un sentiment que nous pouvons tous éprouver, elle n'entraîne pas certains comportements que l'envie pathologique, elle, déclenche chez ces personnes : s'habiller comme celle qu'elles envient, draguer son conjoint ou rayer sa voiture...* »

Pour la psychologue, qui a écrit un essai clinique sur l'envie - *L'Avidité destructrice* (Éditions ILV) -, les personnes qui en sont affectées au plus haut point ne relèvent pas du traditionnel tableau de la névrose : « *C'est leur structure même de personnalité qui souffre d'un manque existant dès leur naissance, explique Catherine Raverdy. La moindre étincelle dans leur vie d'adulte peut rallumer le feu qui les dévorait quand, bébés, ils étaient déjà plus goulus et colériques que d'autres...* »

S'ils ne confient pas d'emblée leur mal, certains envieux parviennent toutefois, après avoir exploré longtemps leur frustration, à l'exprimer. « *C'est une mère qui avoue vouloir posséder les qualités physiques ou intellectuelles de sa fille, ou ce jeune homme qui reconnaît vouloir un enfant parce que tous les autres en ont* », raconte-t-elle. Pour cette psychologue, de nombreux cas de harcèlement moral reposeraient sur une dose irrépressible d'envie : celle du prédateur qui cherche au départ à s'approprier la fraîcheur ou la créativité de sa victime et, n'y parvenant pas, s'exerce à la détruire.

Bénédicte Vidaillet travaille, elle, à dé-

crypter les pratiques qui peuvent favoriser la flambée de l'envie dans toute organisation : évaluation des performances et de la personne rendue publique, promotions des uns non expliquées aux autres... De manière générale, « *rendre l'échec moins stigmatisant et douloureux* » lui semble nécessaire pour atténuer les effets négatifs de la comparaison.

Les recherches sur l'envie - et les envies - ne font que commencer en Europe alors qu'elles existent depuis les années

1950 dans la psychologie sociale américaine. Mais elles vont certainement se multiplier. Ainsi, une récente étude de l'université Humboldt de Berlin s'est penchée sur les sentiments de frustration que manifestent plus d'un tiers des usagers de Facebook après avoir passé du temps sur le réseau social. Il s'avère que les informations sur le bonheur des « amis » (surtout les photos de vacances et de loisirs)

attisent l'envie de ceux qui regardent. Du coup, lorsque ceux-ci affichent leurs propres succès, ils ont tendance à les embellir, augmentant la convoitise dans leur réseau. Un mécanisme que les chercheurs ont nommé la « spirale de l'envie ». ■

L'envie est sans doute la plus mal aimée des émotions humaines, car la moins dévoilée, donc peu partagée.

BÉNÉDICTE VIDAILLET, MAÎTRE DE CONFÉRENCES À L'UNIVERSITÉ DE LILLE 1



« L'autre doit rester un modèle »



Dr JEAN-MICHEL OUGHOURLIAN
Neuropsychiatre

LE NEUROPSYCHIATRE vient de publier *Notre troisième cerveau* (Éditions Albin Michel).

LE FIGARO. - Vous êtes un disciple du philosophe René Girard et, à ce titre, développez sa thèse du « désir mimétique ».

Selon cette théorie, l'homme évolue essentiellement en imitant et en désirant ce qu'un autre a, d'où l'émergence inévitable de la rivalité. Pouvés-vous nous expliquer ce processus ?

Jean-Michel OUGHOURLIAN. - Dès les premiers mois après notre naissance, nous sommes en effet programmés pour imiter nos proches. Leurs gestes, leurs voix dans un premier temps nous inspirent et, grâce à cette imitation qui porte sur leur parole, nous entrons dans l'humanité. Puis, comme l'a confirmé la découverte de l'existence de « neurones miroirs » dans notre cerveau, l'empathie nous connecte au désir de ceux qui nous entourent : nous pou-

vons alors nous identifier à leur être même. Ils deviennent des modèles. Malheureusement, cette évolution positive se complique lorsque ce système « miroir » va faire porter notre désir sur l'avis de l'autre. Nous pouvons ainsi passer d'une attraction pour son paraître, puis son être, à une avidité pour ses possessions. Le désir de se les approprier est, selon René Girard, la source de toutes les violences.

Serait-ce alors un processus inévitable ?

Ce mécanisme du désir mimétique est en effet consubstantiel à l'humain. Dès qu'il y a un autre, nos cerveaux respectifs entrent dans une interrelation : je vois que cet autre possède un beau stylo, il l'a donc désiré, et c'est ce désir que je perçois chez lui qui réveille le mien. Et si l'on ne le reconnaît pas, ce processus peut s'aggraver : celui qui était un modèle, parce qu'il ne veut pas me

donner son stylo devient un rival. Et me fait rentrer dans l'envie. Si cette émotion obéit donc à un mécanisme automatique, les problèmes arrivent quand elle s'envenime et commence à me ronger car je vais utiliser mon cerveau rationnel pour justifier l'humeur sombre qui m'habite soudain : c'est la faute de l'autre, il étale ses possessions, me argue avec son beau stylo, etc.

Comment y échapper alors ?

Heureusement, tous les grands sages l'affirment depuis la nuit des temps, et nous y encourage : nous pouvons évoluer. Pour se libérer de ces mécanismes du désir mimétique, la meilleure voie est, au lieu d'envier ce que l'autre a, de continuer à désirer ce que l'on a soi-même. Au lieu de convoiter la femme d'un autre, on se rappellera pourquoi l'on est heureux avec sa propre compagne. D'autre part, on peut s'efforcer

aussi de garder l'autre comme un modèle... Qu'on peut dépasser. Quand Picasso revisite les grands maîtres de la peinture avant lui, il ne fait pas du simple copiage. Il s'en inspire pour en faire quelque chose d'autre : du Picasso !

Certains environnements attisent-ils ou réduisent-ils le désir mimétique ?

Bien évidemment ! Lorsqu'on publiticise à souhait les possessions des uns, le ressentiment et la rancœur peuvent se généraliser. Par contre, notre propre désir peut être fortifié par des limites et des interdits. Ainsi, je rêve de voyager mais ne peux le faire pour l'instant. Je sais aussi que si j'économise, je m'offrirai une belle escapade dans un an : cette contrainte « muscle » mon désir, l'entraîne à se développer. Il devient alors volonté et, au lieu de rester un désir empiété dans celui d'un autre, il m'amène la liberté. ■

PROPOS RECUEILLIS PAR P. S.

Dessinez-moi l'avenir des maladies infectieuses

N'ALLEZ pas croire que le combat mondial contre les épidémies soit perdu d'avance. Certes, entre 1940 et 2004, 350 nouvelles maladies infectieuses sont apparues sur la planète. Mais « jamais nous n'avons été aussi bien armés pour lutter contre elles », expliquent les Drs Patrice Debré et Jean-Paul Gonzalez, soumettés en la matière, dans leur nouvel ouvrage, *Vie et mort des épidémies*. Pour mieux comprendre ce qu'il se passe aujourd'hui, il faut examiner à la loupe ce qu'il s'est passé dans le passé, des grandes pestes à la tuberculose en passant par le choléra, le typhus, la lèpre, le paludisme, le sida, le virus Ebola ou le sras (80 morts, 28 pays sens dessus dessous, 70 milliards d'euros en cinq mois...).

Faut-il avoir peur ? Oui, répondent les deux médecins, car il y a un risque majeur. « *Les maladies infectieuses sont la cause de 14 millions de morts dans le monde, la plupart dans les pays du Sud, où le taux de mortalité lié à cette cause atteint 50 %.* » En d'autres temps, avec des moyens et des connaissances bien plus rudimentaires qu'aujourd'hui, les hommes se sont tout de même battus contre ces fléaux. L'une des originalités du livre est de remettre ces épidémies dans leur contexte historique et géopolitique. En traçant simultanément le combat des médecins et leur progression pas à pas. « *Les épidémies qui ont successivement déferlé sur le monde n'ont pas manqué d'apporter un savoir de plus en plus*

LE PLAISIR DES LIVRES

PAR JEAN-LUC NOTHIAS
jnothias@lefigaro.fr

précis sur les modes de contagion », affirment les auteurs. Les exemples sont ainsi très nombreux, même alors que le monde invisible des microbes était encore terra incognita. Ce qui n'a pas empêché l'italien Girolamo Fracastoro, au XVI^e siècle, d'identifier la syphilis, de la baptiser et d'affirmer « dans une prescience étonnante que le milieu ambiant contient des germes de maladie qui peuvent se multiplier

à l'intérieur du corps ». Mais pas (encore) moyen de le démontrer. Une fois ce monde microscopique découvert, tout n'était pas réglé, loin de là. L'histoire de Charles Nicolle le prouve. Ce médecin rouennais s'était retrouvé à l'institut Pasteur de Tunis au tout début du XX^e siècle, à un moment où le typhus faisait de terribles ravages. Il se rendit compte que la maladie, pourtant très contagieuse, semblait s'arrêter aux portes de l'hôpital. Aucun membre du personnel soignant n'était infecté. Pourquoi ? Il se trouva que les malades étaient débarrassés de leurs vêtements, de leur linge, lavés et rasés. Il en déduisit, en résumé, que le vecteur du typhus... est le pou. Outre qu'elle lui vaudra le prix Nobel, cette découverte permettra d'isoler

la bactérie responsable de la maladie et la mise au point d'un vaccin. Fourmillant d'anecdotes et de belles histoires, tout comme de terribles drames, l'on devient convaincu qu'en suivant quelques préceptes de base, comme une meilleure éducation des populations, on peut sinon venir à bout, du moins limiter sérieusement l'impact de ces maladies infectieuses. Un « vaccin » érudite et passionnant contre nos peurs.

« VIE ET MORT DES ÉPIDÉMIES »

De Patrice Debré et Jean-Paul Gonzalez, Odile Jacob, 285 p., 23,90 €.

