



3. UNE DISPUTE ENTRE CONJONTS est désagréable au moment où elle est vécue (a). Mais en se la remémorant quelques heures plus tard, les protagonistes se sentent déjà apaisés (b). Quelques semaines plus tard, ils pourront même rire de la situation (c) ; les sentiments évoluent avec le temps.

facilement oubliées. De plus, les expériences désagréables perdraient davantage en intensité que les souvenirs agréables.

Puis, en 1997, Richard Walker et ses collègues, de l'Université d'État du Kansas, ont introduit des intervalles de rétention des souvenirs plus importants et plus nombreux (trois mois, un an et 4,5 ans). Ils ont observé, d'une part, que plus l'intervalle augmente, plus l'intensité émotionnelle diminue et, d'autre part, que l'intensité émotionnelle au moment du rappel indique bien comment le souvenir a évolué en mémoire.

Ces mécanismes de répétitions et de partage social des événements émotionnels auraient un double effet : d'une part, les répétitions éviteraient aux souvenirs d'être oubliés (plus ils sont répétés, plus ils sont consolidés) et, d'autre part, elles modifieraient le jugement émotionnel sur le souvenir (par une diminution de l'intensité des souvenirs désagréables et une stabilisation de celle des souvenirs agréables). Les souvenirs d'événements désagréables étant souvent plus répétés, ils deviendraient progressivement neutres et, par conséquent, moins présents à l'esprit que les souvenirs agréables (voir la figure 3).

Le traitement temporel représente une fonction capitale de la vie quotidienne, qui s'exprime différemment selon les activités dans lesquelles on est engagé et la coloration émotionnelle qui les caractérise. Longtemps portés sur la mémoire du passé, nous nous intéressons de plus en plus, dans mon laboratoire, à la mémoire en tant que système dynamique, qui évolue avec le temps dans ses aspects normaux et avec des dysfonctionnements cérébraux, notamment chez les patients souffrant d'épilepsie. Comprendre la dynamique temporelle de l'évolution des souvenirs et ses fondements neuronaux est un de nos enjeux majeurs pour clarifier la réorganisation cérébrale dans un cerveau en souffrance, mais qui s'efforce de stocker les événements quotidiens.

Les connaissances actuelles en neurosciences et en psychologie s'accordent sur l'idée que les émotions structurent la perception du temps, organisent la mémoire et donc la façon dont on comprend la réalité. Mais paradoxalement, elles introduisent aussi des distorsions de la réalité, certainement essentielles à l'individualisation. En somme, l'émotion allège le temps et le temps apaise le souvenir de l'émotion. ■

✓ BIBLIOGRAPHIE

S. Droit-Volet et S. Gil, *The time-emotion paradox*, *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, vol. 12, pp. 1943-1953, juillet 2009.

S. Gil et S. Droit-Volet, *Le sens du temps sous l'emprise des émotions*, *Cerveau & Psycho*, n° 32, pp. 45-47, mars-avril 2009.

M. Noulhiane et al., *How emotional auditory stimuli modulate time perception*, *Emotion*, vol. 7, pp. 697-704, novembre 2007.

A. Angrilli et al., *The influence of affective factors on time perception*, *Perception and Psychophysics*, vol. 59, pp. 972-982, 1997.

W. R. Walker, R. J. Vogl et C. P. Thompson, *Autobiographical memory: unpleasantness fades faster than pleasantness over time*, *Applied Cognitive Psychology*, vol. 11, pp. 399-413, 1997.

E. Tulving, *How many memory systems are there ?*, *American Psychologist*, vol. 40, pp. 385-398, 1985.

Oublier les mauvais souvenirs

Ils ont aussi montré qu'on se souvient davantage des souvenirs d'événements agréables que des souvenirs désagréables, au bout de trois mois, mais que ce n'est plus le cas après 4,5 années. Pourquoi l'intensité émotionnelle d'un mauvais souvenir diminue-t-elle plus vite ? En fait, l'influence de l'événement désagréable serait moins importante que ce qu'on imagine au départ. On s'expose souvent à nos expériences vécues (en en parlant par exemple), et cette répétition augmenterait les évaluations positives : les expériences désagréables deviendraient progressivement neutres et moins intenses, et les événements agréables prendraient de l'importance.

Les événements émotionnels seraient plus présents à l'esprit, feraient davantage l'objet de répétitions mentales et seraient plus souvent racontés à l'entourage. Par ailleurs, certains scientifiques proposent que les événements négatifs mobilisent plus de monde et que la réactivation des souvenirs, par le partage social ou les ruminations mentales par exemple, fortifierait et stabiliserait les associations entre les différents éléments des souvenirs.

Le temps d'une culture à l'autre

Certaines sociétés traditionnelles accordent plus d'importance à l'espace qu'au temps. Bien que rythmée par les cycles naturels, leur vie semble hors du temps linéaire qui nous est familier.

Éric Navet

Dans son ouvrage *God is Red*, publié en 1975, le philosophe sioux Vine Deloria oppose les conceptions occidentales et amérindiennes des rapports au temps et à l'espace. En Occident, c'est le temps, l'histoire, qui importent : « L'essence profonde de l'identité occidentale implique l'hypothèse que le temps procède de façon linéaire. » La publicité – une des expressions contemporaines de cette identité – traduit bien cette fuite en avant : « Phillips, c'est déjà demain ! » ; « Paris, une longueur d'avance ! ». À considérer les multiples réformes dont les institutions sont l'objet, on peut penser que la civilisation occidentale, non seulement accorde la plus grande importance au temps, mais ne peut être elle-même que dans le changement.

À l'inverse, chez les Amérindiens, l'espace prime sur le temps. Certes, leur vie est rythmée par les cycles du jour et de la nuit, des saisons, des récoltes, mais alors que les sociétés occidentales jalonnent leur histoire de dates marquantes, les sociétés amérindiennes se réfèrent à l'itinéraire de leurs groupes, la succession des lieux qu'ils ont occupés, comme l'explique V. Deloria : « Les Indiens d'Amérique

1. L'ATTRAPEUR DE RÊVE
(*dream catcher*), objet traditionnel amérindien, retient dans sa toile les cauchemars et ne laisse passer que les bons rêves, ceux qui transportent l'être hors de la durée et de l'espace.



considèrent leurs terres – les lieux – comme ayant la plus haute signification possible, et toutes leurs déclarations s'appuient sur cette référence. Les immigrants considèrent le mouvement de leurs ancêtres à travers le continent comme une progression régulière d'événements et d'expériences essentiellement bénéfiques, plaçant ainsi l'histoire – le temps – sous le meilleur éclairage.»

Quelle philosophie sous-tend ce mode de vie et comment se traduit-elle dans la vie de tous les jours ? Comment les conceptions occidentale et traditionnelle du temps et de l'espace peuvent-elles cohabiter ? Telles sont les questions que nous examinons ici.

Lorsque l'espace prend le pas sur le temps

La prédominance de l'espace sur le temps se retrouve dans d'autres sociétés traditionnelles de par le monde. Sylvie Poirier, ethnologue, écrit en 1996 que chez les Kukatja, peuple du désert occidental australien, « sur le plan historique, le repère spatial importe davantage que le repère temporel » ; ils « ignorent l'idée de temps, ils pensent en termes de déploiement dans un espace socio-cosmique ». De génération en génération, ils se transmettent, sous la forme de mythes et de rêves, la connaissance des lieux qui ont marqué la vie de leurs ancêtres : telle source auprès de laquelle ils ont vécu un temps, tel rocher, près duquel un membre du groupe a été blessé, etc. (voir la figure 4).

Ces mythes et rêves font partie d'une tradition beaucoup plus vaste – le *Tjukurrpa*, traduit en anglais par *Law* (loi) –, qui s'applique à tous les domaines de la culture : pratiques rituelles, initiations et funéraires, réseaux d'échange et d'alliance, affiliations territoriales, règles de mariage et systèmes de classification, interdits, récits mythiques, préparation et partage de la nourriture. Transmis de génération en génération, le *Tjukurrpa* n'est pas immuable pour autant. Il s'enrichit de nouvelles lois, de nouveaux rêves au fil des événements vécus par le peuple.

Cet ensemble de règles de vie garde ainsi à la fois une certaine forme d'intemporalité tout en restant en phase avec le vécu des aborigènes : « Le discours aborigène le présente comme un ordre intemporel [...].

Cet ordre qui semble étranger au temps ne cesse toutefois de s'actualiser dans le présent et de se manifester à travers l'interaction des hommes entre eux et avec leur environnement. Le *Tjukurrpa* ne saurait signifier uniquement un ordre mythique transcendant et originel [...], non plus qu'il ne peut s'inscrire sur une échelle linéaire du passé, du présent et du futur. Suivant les représentations locales, il ne saurait être question de deux temporalités, l'une qui découlerait du vécu, l'autre du *Tjukurrpa*. La réalité *tjukurrpa* et celle du vécu se complètent mutuellement en se révélant l'une à l'autre au fil des événements, des expériences et des besoins.»

De même, quand les Mélanésiens parlent d'eux, c'est l'itinéraire de leur groupe qu'ils racontent : leur histoire est l'histoire géographique de leurs déplacements. En Nouvelle-Calédonie, par exemple, les Kanak nomment chaque lieu – montagne, crête, col, ruisseau, habitat. Plus que de simples repères géographiques, certains de ces noms se substituent à ceux des ancêtres qui les ont occupés : noms d'ancêtres et noms de lieux se relaient dans une suite qui mémorise le parcours du groupe. « Le temps se ramène ainsi à l'occupation d'un endroit et à la distance parcourue entre deux lieux de résidence » explique en 1997 Alban Bensa, anthropologue à l'EHESS et spécialiste du monde kanak.

Privilégier le temps cyclique

Dans ces sociétés, le temps n'est pas absent pour autant. Les peuples traditionnels façonnent leur temps social sur le modèle des cycles naturels, des alternances : celui des saisons, le rythme nyctéméral (jour et nuit), les rythmes biologiques... Ainsi en est-il des Amérindiens auxquels je me suis intéressé depuis près de 40 ans, les Ojibwé du Canada et les Teko (Emerillon) de Guyane française, dont la vie est rythmée par la course du Soleil et l'alternance d'activités intenses de subsistance (chasse, pêche, culture...) et de moments de détente, même si la temporalité occidentale est aussi présente, à cause de la scolarisation ou lorsque certains prennent un travail (voir l'encadré page 131).

La vie elle-même est perçue comme un cycle : la mort n'est pas un anéantissement, mais un passage dans le monde des esprits. Dans certaines sociétés, l'être passera peut-être par plusieurs cycles de vie

L'ESSENTIEL

- ✓ Certaines sociétés traditionnelles accordent plus d'importance à l'itinéraire de leur groupe qu'à son repérage dans le temps.
- ✓ Se refusant ainsi à l'histoire, elles fondent leur vie sociale sur les cycles naturels.
- ✓ Le rythme du monde lui-même est perçu comme circulaire, sans commencement ni fin.
- ✓ Loin de disparaître face au temps linéaire de l'histoire occidentale, ce rapport au temps fait des adeptes jusqu'en Occident.

© Shutterstock/Fribus Eterna