

Cynthia Fleury : « Voir le ressentiment comme le moteur du progrès est une illusion dangereuse »

Entretien

À la veille des élections législatives 2024, Cynthia Fleury sonde pour L'Hebdo les passions tristes de l'époque. Philosophe et psychanalyste, elle analyse leur émergence sur le plan individuel mais aussi leur traduction politique. Elle rappelle surtout l'impérieuse nécessité d'y résister, tant pour nous-mêmes que pour les autres.

La Croix l'hebdo • Recueilli par Marie Boëton, • le 19/06/2024

La Croix L'Hebdo : La société française semble gangrenée par le ressentiment. En témoigne le score inédit de l'extrême droite aux dernières [élections européennes](#) (35,9 %). On a aussi en mémoire le mouvement des « gilets jaunes » ou, dans un autre registre, les flambées de violence régulières en banlieue. Le pays semble englué dans une forme de mal-être. Comment l'analysez-vous ?

Cynthia Fleury : Depuis une vingtaine d'années, la dynamique ressentimentiste s'est peu à peu emparée du pays, en devenant chaque jour plus profonde. Comment définir ce ressentiment ? C'est une forme de rumination, de vexation narcissique, que l'on retourne ensuite contre l'autre ; une passion triste que l'on remâche et qui nous amène, in fine, à remplacer la capacité de discernement par le seul dénigrement du monde et des autres. Mais attention, ce ressentiment n'est nullement la traduction directe d'une souffrance éprouvée ou d'une injustice alors que c'est souvent l'argument qui est présenté par ceux qui l'éprouvent pour le légitimer.

À lire aussi [Cynthia Fleury : « Le ressentiment contemporain menace la démocratie »](#)

En effet, quantité d'études de psychologie sociale montrent que l'épreuve du traumatisme n'est pas nécessaire pour développer le ressentiment, qu'il existe des individus qui ont vécu les pires cauchemars et qui ne développeront jamais ce sentiment, comme il existe des individus protégés du malheur, aisés, qui seront rattrapés par cette peste émotionnelle. Par ailleurs, il faut rappeler que la démocratie, plus que tout autre régime politique, est particulièrement sujette au ressentiment parce qu'elle s'appuie sur une rivalité mimétique très forte.

C'est-à-dire ?

C. F. : La rivalité mimétique est notre passion sociale par défaut : elle consiste à se comparer en permanence à l'autre, à désirer ce qui est socialement le plus désirable, à se focaliser sur le manque et la place que l'on n'a pas. Cette misère émotionnelle est sans fin, et nos systèmes éducatifs et moraux sont encore trop empreints de compétition et de normalisation, nous vouant à nous opposer les uns aux autres, ou à former des collectifs

très réfractaires à reconnaître les mérites de chacun ou à valoriser une solidarité qui dépasse l'entre-soi. Et [les réseaux sociaux](#) n'arrangent rien : c'est devenu une sorte de panoptique géant où chacun se regarde, se met en scène, se compare. Et ce au lieu de se décentrer de soi-même et du regard d'autrui pour agir dans le monde.

Cette rivalité mimétique va-t-elle jusqu'à mettre à mal la démocratie ?

C. F. : Elle est l'un des facteurs les plus fragilisants de la démocratie, notamment parce que celle-ci est – à juste titre – porteuse d'une promesse d'égalité et suscite donc des attentes très fortes et légitimes en la matière. En démocratie, la plus petite inégalité est perçue comme intolérable. [Tocqueville](#) l'avait déjà parfaitement anticipé. En cela, on peut dire que la revendication d'égalité est une exigence non négociable de la démocratie, mais c'est aussi le levier par lequel ses adversaires peuvent la faire faillir.

À lire aussi [Cynthia Fleury : « Il faut permettre à chacun de continuer à grandir »](#)

D'où le fait que les démocrates doivent acquérir cette maturité qui consiste à « faire avec » la condition déceptive de la démocratie, afin de ne pas se laisser instrumentaliser par ceux qui veulent la détruire en arguant qu'elle est insuffisante, inégalitaire – ce qu'elle est. La démocratie est le seul régime qui accepte la déception, autrement dit la critique, et qui utilise celle-ci, sous la pression des jeux institutionnels avec l'opposition parlementaire ou sociale, pour s'améliorer.

On saisit bien les risques inhérents au ressentiment. Il y a, en revanche, des colères légitimes. Le fait que des territoires entiers se retrouvent démunis en termes de services publics est perçu comme intolérable. N'est-ce pas compréhensible ?

C. F. : Encore une fois, [la colère](#) et le ressentiment sont deux choses différentes, sauf à définir le second comme une colère sans fin. Si le ressentiment est toxique, c'est parce qu'il dure, il est comme une sorte de poison, de formol triste dans lequel le sujet s'engluie et choisit de se déresponsabiliser. Il est, hélas, évident qu'il existe des inégalités sociales et territoriales profondément choquantes, inacceptables dans un pays comme le nôtre qui ne devrait pas produire de telles disparités de destin. La question est alors la suivante : pour sortir de cet état de fait, le ressentiment est-il le meilleur moteur pour produire de la justice sociale ou, à l'inverse, sa sublimation ?

La précarité, le sentiment de déclassement, les effets de la mondialisation alimentent-ils eux aussi ce ressentiment ?

C. F. : Oui, les politiques menées ces dernières décennies ont poussé toujours plus loin la libéralisation et la financiarisation de la société. Ce sont des choix contraints – ou consentants, d'ailleurs – qui ont fini par mettre à mal le compromis social. De telles politiques ont exigé de la part des individus des ajustements permanents, avec les conséquences que l'on sait sur la qualité de vie. En parallèle, la mise en concurrence s'est accrue entre les pays, entre les classes sociales ainsi qu'en nous-mêmes. Le travailleur que

je suis est l'ennemi du consommateur que je suis : je veux acheter au prix le plus bas possible, tout en souhaitant le salaire le plus haut. C'est intenable.



Manifestation de gilets jaunes, le 7 décembre 2019 à Grenoble. / Alain PELLORCE / Alain PELLORCE/Naturimages

Les politiques qui convoquent ces passions tristes prétendent souvent vouloir défendre notre contrat social. Un leurre, selon vous ?

C. F. : Le ressentiment n'a jamais produit de justice sociale, jamais. Voir en lui le grand moteur historique du progrès, c'est une illusion dangereuse. Cela produit de la haine, de l'hostilité et du dénigrement entre les citoyens, rien d'autre... Non, en votant pour ce genre de candidats, l'électeur se conforte dans une dynamique de persécution, de déploration, de désubjection : il se prépare au pire, comme s'il s'autorisait à décompenser, à produire un passage à l'acte.

On s'imagine souvent qu'une fois au pouvoir, les partis populistes se décrédibiliseront rapidement. Or, ce n'est pas le cas. La cote de popularité, toujours au plus haut, de Donald Trump, en est l'illustration. Comment l'expliquer ?

C. F. : Parce que ces responsables politiques passent eux-mêmes leur temps à accuser les autres. Quand ce ne sont pas les juges, ce sont médias, le système, l'Europe, la mondialisation, etc. Le programme du leader [populiste](#) est assez aisé : il consiste en la

désignation permanente du mauvais objet, du bouc émissaire à l'intérieur et en la détestation d'un ennemi extérieur. Par ailleurs, ils n'hésitent pas à faire voter de temps à autre des lois ultra-stigmatisantes qui permettent de cristalliser l'attention et de donner satisfaction à leur électorat.

Par exemple ?

C. F. : Si l'extrême droite arrive au pouvoir en France, elle ne pourra nullement endiguer seule les problématiques de l'immigration, ces enjeux sont transfrontaliers et demandent de la coopération politique, européenne et internationale. En revanche, stigmatiser sur son territoire des individus vulnérables et leur mener la vie dure sera parfaitement possible : des camps de Roms, tel ou tel jugé « assisté »... Ce genre de persécution locale et ciblée ne changera strictement rien, positivement parlant, à la vie des Français mais cela construira une sorte de cohésion mortifère au sein de l'électorat d'extrême droite.

Peut-on résister au ressentiment et, si oui, de quelle manière ?

C. F. : Heureusement, et j'en ai la preuve tous les jours en tant que psychanalyste. Je vois des patients qui ont vécu les pires traumatismes, les pires injustices, et qui ne cèdent pas à ce poison. D'autres qui le subissent, mais qui vont parvenir en sublimant à s'en extraire. Comment ? En faisant œuvre, en créant, en agissant, en aimant : c'est ainsi qu'on se détourne de la rumination. Sublimer, cela peut, par exemple, passer par l'engagement au sein du collectif sur son lieu de travail, dans sa ville, dans une association. On n'a d'ailleurs sans doute jamais eu autant d'outils à disposition ; la société civile est devenue une institution en tant que telle. Elle est reconnue. On dénombre une incroyable quantité d'expérimentations un peu partout sur le territoire. Certes à une petite échelle, mais enfin elles existent.

S'engager et renouer ainsi avec la chose politique est, soyons lucides, le fait d'une minorité. Qu'est-ce qui freine l'implication des autres ?

C. F. : Le repli individualiste n'aide pas, c'est certain. Une forme de découragement, de sentiment d'impuissance face au chaos du monde. Reconnaissons que l'information en continu joue un rôle délétère. Elle n'est pas adaptée à l'être humain, à son régime d'attention. Être assailli par un flot continu d'informations, des plus dramatiques, sans parler de la nécessité de tenir à distance celles qui sont fausses, est difficilement digérable, métabolisable.

Pourquoi ?

C. F. : Parce que l'être humain fonctionne par incubation, par maturation. Raisonner prend du temps. Nous ne sommes pas des algorithmes qui répondent en une seconde à un signal. Décider pour soi-même et pour le collectif est autrement plus immense et plus métaphysique. Nous devons nous tourner vers une [information plus qualitative](#).

Pour revenir au ressentiment, qu'est-ce qui fait que certains d'entre nous réussissent à ne pas y céder ?

C. F. : C'est un vrai combat intérieur. On peut tous, à un moment donné, céder à une pulsion ressentimentiste. Ce n'est d'ailleurs pas grave en soi : l'important est de ne pas s'y engluier. Cela tient sans doute à l'éducation : on nous inculque, dans l'enfance, un certain rapport au monde, aux autres, à l'avenir. Cela dépend aussi des ressources dont dispose chacun. Le fait d'avoir des [amitiés](#), un réseau de solidarité, d'aide. Ce sont autant d'alliés pour traverser l'époque. Plus on est déficitaire en termes de relations qualitatives, plus c'est difficile.

Faut-il, selon vous, arrêter l'autre (l'ami, le collègue, le voisin) dans sa plainte sans fin ?

C. F. : Ce n'est pas si simple. Celui qui bascule dans le ressentiment bascule souvent aussi dans le déni de ce ressentiment. Il est, par ailleurs, difficile à endiguer par le seul discours rationnel. Cela ne se fait pas en un claquement de doigts. Il faut d'abord restaurer la confiance et cela ne se fait pas avec surplomb ou paternalisme. Dans un premier temps, le discours théorique est souvent inopérant, il faut d'abord et avant tout de l'écoute, de la compréhension, de l'accueil pour restaurer la confiance.



Une femme tient une pancarte « Allons voter ! A gauche s'il vous plaît » lors d'une manifestation contre l'extrême droite à Paris le 15 juin 2024, après l'annonce de la

À vous entendre, cela prendra du temps...

C. F. : Énormément. Vous savez, le ressentiment qui traverse aujourd'hui la société française, et occidentale, va crescendo depuis une vingtaine d'années. Je ne dis pas qu'il faudra forcément autant de temps pour en sortir, mais ce sera long. Et ceux qui arguent qu'il suffira d'améliorer le pouvoir d'achat se trompent – ce qui ne veut pas dire qu'il ne faudra pas le faire par ailleurs, parce que c'est juste. Mais le ressentiment est avant tout un déficit de symbolisation, plus encore qu'un vécu de déficit matériel. Un individu travaillé par ses passions tristes se projettera dans la suite et pointera du doigt telle ou telle injustice et versera à nouveau dans la déploration. Parce que c'est devenu un réflexe, une forme de défense. Oui, recréer de la confiance sera long.

De quelles ressources disposons-nous, collectivement, pour faire face et rebondir ?

C. F. : Nous en avons beaucoup. L'une des plus précieuses tient à notre conception de la dignité. Les sociétés modernes ont conscientisé et intériorisé la norme de dignité, ce qui est essentiel car les individus revendiquent une dignité non négociable pour eux-mêmes ; mais ils ont également une approche plus relationnelle de la dignité. Autrement dit, ils ont conscience que la modernité continue d'être une fabrique de situations indignes, ce qu'ils désavouent. Ils ne désirent plus que leur dignité produise de l'indignité pour d'autres, comme pour leur environnement.

Identifiez-vous d'autres leviers de résilience ?

C. F. : Oui, ils sont tout autour de nous. Regardez tous ces individus qui, à leur échelle, prennent la mesure de leur responsabilité et veillent au respect de chacun, à la reconnaissance des mérites de chacun. Ce maillage-là, ce capital social, est encore extrêmement présent en France. Ce sont autant d'individus – avocats, professeurs, boulangers, architectes, entrepreneurs, etc. – qui produisent des solutions à taille humaine autour d'eux au quotidien et qui consolident de manière très concrète le contrat social : c'est la responsabilité sociale des entreprises, la responsabilité de la recherche, tel droit d'expérimentation ou permis de faire, etc.

À lire aussi [L'heure civique, pour cultiver le goût de l'autre autour de chez soi](#)

Autre levier : la puissance du [bénévolat](#). C'est un atout décisif. La vie associative vient nous rappeler qu'il y a une société derrière la société, derrière l'État et les services publics. Ou, plutôt, en parallèle. Tout cela, ce sont des leviers de résilience très puissants. C'est pour la société française une sorte de gainage très protecteur, qui lui permet de rester vigilante quand il s'agit de résister aux relents populistes et ressentimentistes. Le président de la République a livré le pays aux extrêmes, en faisant croire qu'il s'agit là d'un geste gaullien alors que c'est une réflexion tacticienne manquant d'humilité et d'engagement. On va précisément voir aux élections législatives si ce gainage tient.

Vous évoquiez tout à l'heure l'importance des alliés, des amitiés, des solidarités. Le repli individualiste, qui est un marqueur de notre époque, ne les menace-t-il pas ?

C. F. : Cela complique la donne, c'est certain. Il faut, je crois, rappeler – et marteler – que le meilleur défenseur des droits de l'individu, ce n'est pas l'individu lui-même. Ce sont des collectifs qui, ensemble, protègent les droits de chacun. Il y a une dialectique à poser entre émancipation collective et émancipation individuelle. L'individualisme de repli nous met, chacun, en danger... à terme en tout cas. Pas à l'instant T. Sur le moment, on peut même croire que l'individualisme nous sauve en nous transformant en passager clandestin de l'absence de morale, mais, sur le long terme, seules la coopération et l'entraide sont valables.

Vous insistiez aussi, précédemment, sur l'importance de la confiance. Diriez-vous qu'il faut avoir le courage d'être confiant ?

C. F. : Les périls sont là et menacent comme jamais en France mais aussi au niveau européen avec le retour de la guerre et de la menace nucléaire, et la peur qui nous étreint ne doit pas nous faire basculer dans la panique. La peur, si elle est contenue et réfléchie, n'empêche pas l'action. La panique, si. Le courage d'avoir confiance est une formule magnifique, même si elle peut paraître trop littéraire pour certains. Pourtant, c'est seulement en s'appuyant sur ce courage de la confiance qu'on restaurera un État social de droit digne de ce nom.

À lire aussi [Jérôme Fourquet : « La société française possède des ressources enfouies pour les mutations à venir »](#)

Ses dates

1974 Naissance à Paris.

2000 Soutient son doctorat de philosophie (sur la métaphysique de l'imagination).

2005 *Les Pathologies de la démocratie* (Fayard).

2010 *La Fin du courage. La reconquête d'une vertu démocratique* (Fayard).

2013 Devient membre du [Conseil consultatif national d'éthique](#).

2015 *Les Irremplaçables* (Gallimard).

2019 *Le soin est un humanisme* (Gallimard).

2020 *Ci-gît l'amer. Guérir du ressentiment* (Gallimard).

2023 *La Clinique de la dignité* (Seuil).