

# Ch. 3 : Faut-il chercher à être soi-même ?



# Analyser une expression : « Sois toi-même »



A quelles situations concrètes renvoie-t-elle ?



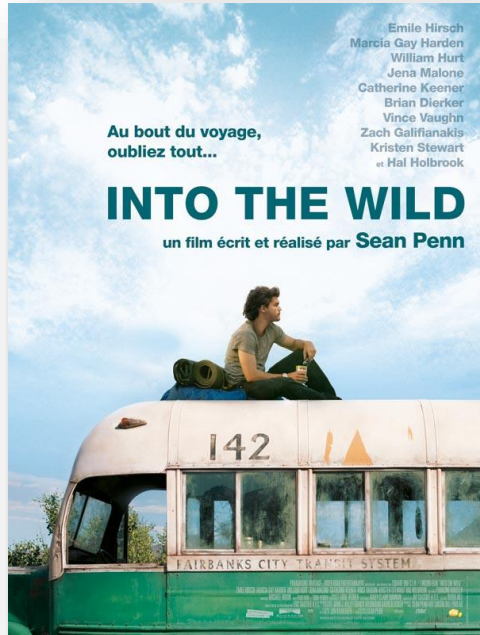
Que veut-on dire par là ?



A quoi s'oppose-t-elle ?  
Que signifierait « ne pas être soi-même » ?

# Exemple : *Into the Wild* de Sean Penn (2008)

« Christopher McCandless est parti en quête de lui-même »



Sois toi-même!



just  
be  
yourself

«Afin d'être quelqu'un,  
tu dois d'abord être toi-même»



GARDE  
CONFIANCE  
ET  
SOIS  
TOI-MEME

Sois toi même  
LES AUTRES  
sont  
DÉJÀ PRIS



«Reste fort. Sois toi-même.  
Tu ne sais jamais qui tu inspires»

SOIS LA MEILLEURE VERSION  
DE TOI-MÊME.

ma-citation.com

AUXPROVERBES.COM

Sois  
toi-même!

Toi seul suffit.  
Tu n'as  
rien à prouver  
à personne.

MAYA ANGELOU 1928 – 2014

# Problématiser



- Cherchez en quoi la question est **paradoxe**.
- Montrez qu'il y a **débat** entre des arguments opposés.
- Appliquez **la forme** : "À première vue... / Cependant..."

**À première vue**, il n'y a pas besoin de chercher à être soi-même : c'est un donné. De plus, une telle recherche semble mener à une vie centrée sur soi.

**Cependant**, ne pas chercher à être soi-même, c'est-à-dire à vivre une vie qui corresponde à notre personnalité profonde, à nos désirs, n'est-ce pas se contenter de vivre dans le conformisme ?

**Doit-on** chercher à être soi-même, **au risque de** vivre une vie égocentrée, ou **doit-on** abandonner une telle recherche comme inutile **au risque de** ne jamais mener une existence authentique ?

1.

Il faut chercher à être soi-même pour mener une existence authentique.

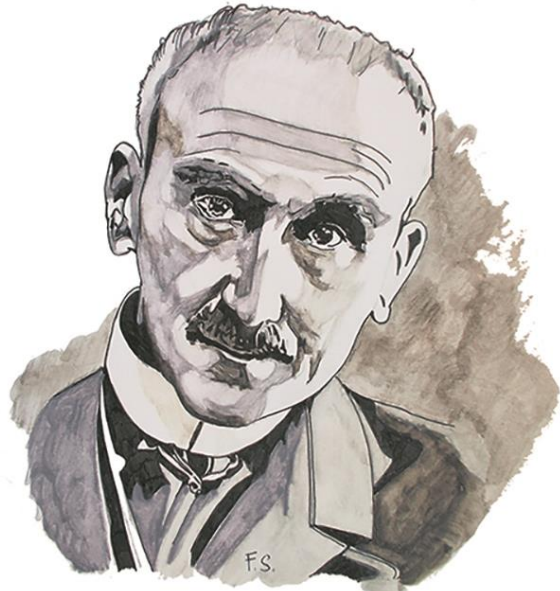


# 1.1 L'acte authentique est un acte qui me ressemble.

- Quand dit-on : « Ca ne te ressemble pas ! » ?
- Quand dit-on : « Je te reconnais bien là ! » ?
- Qu'est-ce qu'un acte qui « me ressemble » ? A *quoi* ressemble-t-il ?



# Texte : Bergson, *Essai sur les données immédiates de la conscience* (1908)



- Thème :
- Thèse :
- Problème :
- Plan :

# | Texte : Bergson, *Essai sur les données...*

1. Nous prenons à tort pour un acte libre ce que nous faisons en suivant des raisons superficielles. (l.1-6)
2. L'acte libre est au contraire une révolte du moi profond contre le moi superficiel. (l.6-15)
3. L'acte libre est par conséquent irréductible aux circonstances extérieures, car il exprime notre personnalité toute entière, il nous ressemble comme l'œuvre ressemble à l'artiste. (l.15-24)

# Aux sources de l'idéal d'authenticité

- Au XVIIIe siècle : place à la sensibilité, aux sentiments, à la voix de la conscience (Shaftesbury, Hutcheson).
- Rousseau et l'idéal de conformité à soi, à sa vérité

*« Je sens mon cœur, et je connais les hommes. Je ne suis fait comme aucun de ceux que j'ai vus ; j'ose croire n'être fait comme aucun de ceux qui existent. Si je ne vaudrais pas mieux, au moins je suis autre. » (Les confessions)*

- Être authentique c'est être vrai et sincère envers soi-même, vivre conformément à sa manière singulière d'être humain, à sa « vérité subjective ».



## Le modèle du « moi avocat », une spécificité occidentale ?

« **En Occident**, nous avons le sentiment que nous devons sans cesse nous distinguer des autres. Nous avons une vision du moi selon laquelle le moi est en quelque sorte comme un avocat. Nous avons un noyau à l'intérieur de nous. Ce noyau est notre moi, notre essence, notre identité. C'est ce envers quoi nous devons à tout prix rester fidèles. Et bien sûr, de manière importante, nous voyons ce noyau comme unique, de sorte qu'à travers tout ce que nous faisons nous voulons montrer, refléter ce noyau, refléter ce moi, et nous voulons qu'il soit unique.

**En Asie**, les gens ont souvent un moi adaptable, c'est donc une autre sorte de moi. C'est un moi qui est davantage orienté vers les devoirs que vers les droits, par exemple. Et de manière importante, il ne subit pas l'injonction culturelle d'être différent et unique. Alors si vous demandez : « sont-ils des individus » ? Bien sûr que ce sont des individus ! « Sont-ils différents ? » Bien sûr qu'ils sont différents ! Mais, pour eux, c'est plutôt du genre : « eh bien, évidemment que je suis différent, pourquoi devrais-je en faire tout un plat ? ».

**Gish Jen, écrivaine américaine d'origine chinoise**

Source : [vidéo \*The Three Layers of the Self\*](#)

# | 1.2 Comment se retrouver soi-même ?

Caspar David Friedrich, *Le voyageur contemplant une mer de nuages* (1818)



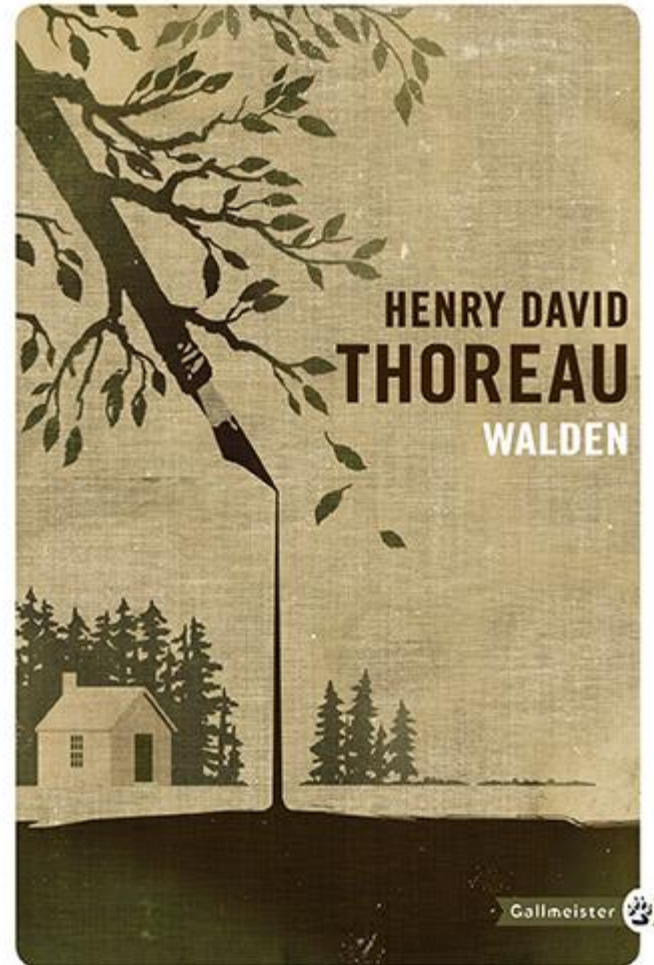


## Nature et intériorité dans le romantisme

- En quête d'une nouvelle spiritualité
- L'exaltation de l'authenticité et de la subjectivité
- Une critique de la science mécaniste et de l'universalisme des Lumières

## Le romantisme américain : Thoreau, *Walden ou la vie dans les bois* (1854)

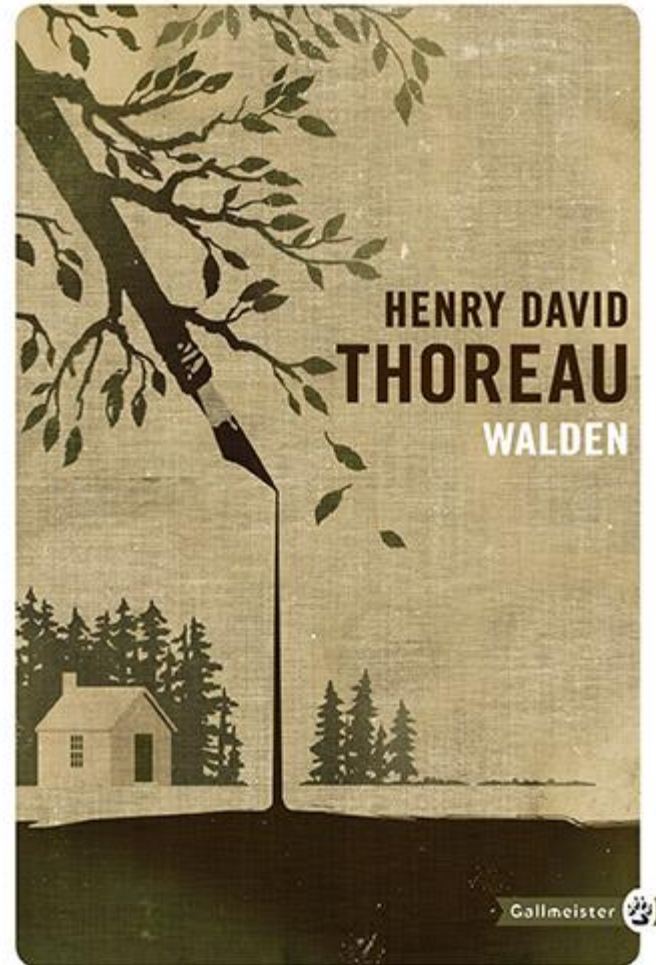
« Je suis parti vivre dans les bois parce que je voulais vivre en toute intentionnalité ; me confronter aux données essentielles de la vie, et voir si je ne pouvais apprendre ce qu'elles avaient à m'enseigner, plutôt que de constater, au moment de mourir, que je n'avais point vécu. »





## Le romantisme américain : Thoreau, *Walden ou la vie dans les bois* (1854)

- ❖ Le dépouillement
- ❖ La solitude choisie
- ❖ La contemplation de la nature
- ❖ Voix intérieure et désobéissance civile



2.

Chercher à être soi-même,  
n'est-ce pas une quête  
illusoire ?



## 2.1 Le mimétisme du désir contredit l'idéal romantique.

### Critique de l'idéal romantique :

- Il passe de l'être au devoir-être.
- L'adéquation à soi suppose l'existence de désirs profonds qui détermineraient ma « vocation ».

HACHETTE  
Littératures

René Girard  
Mensonge romantique  
et vérité romanesque

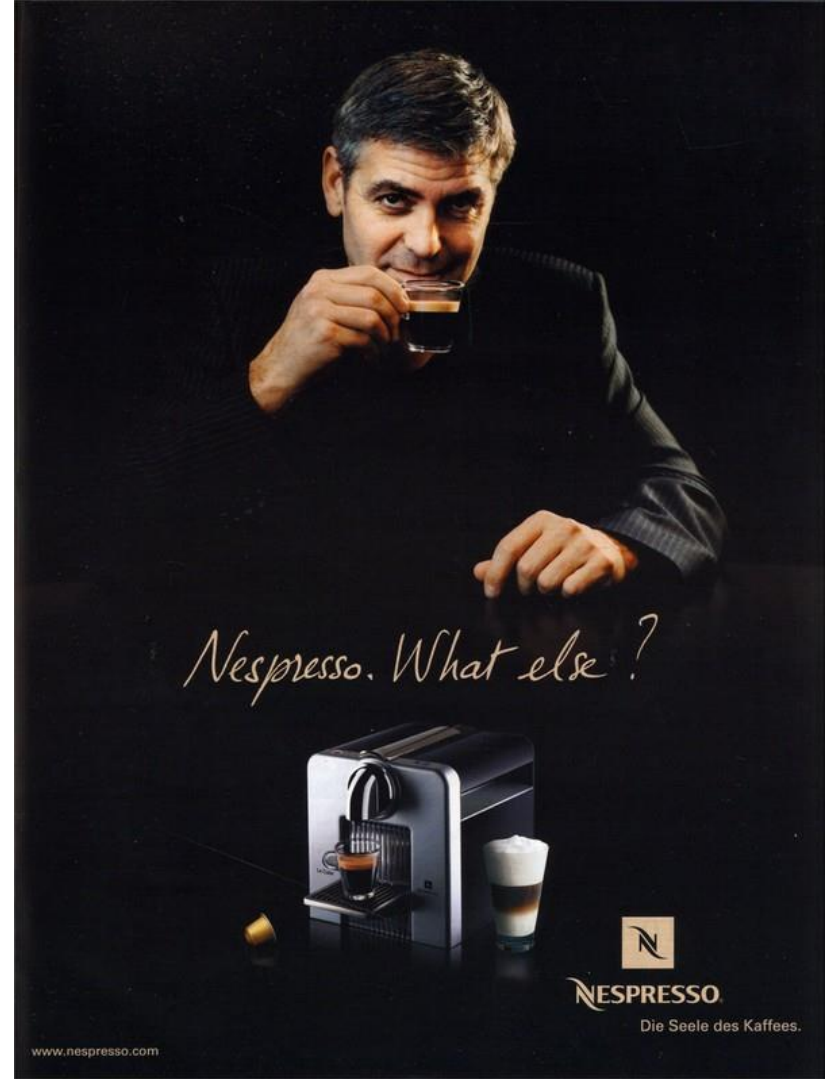
Plurriel

## René Girard et la théorie mimétique


- **Mensonge romantique** : l'être humain ne sait pas ce qu'il désire.
- **Vérité romanesque** : le désir est mimétique (de μίμησις ou **mimèsis** : imitation).

# Le désir naît de la rivalité

« Le sujet désire  
l'objet parce que le  
rival lui-même le  
désire. En désirant tel  
ou tel objet, le rival le  
désigne au sujet  
comme désirable. »



A black and white advertisement for Nespresso. At the top, George Clooney is shown from the chest up, wearing a dark suit and looking directly at the camera with a slight smile. He is holding a small glass of coffee to his lips. Below him, the text "Nespresso. What else?" is written in a white, cursive font. In the lower right quadrant, a Nespresso coffee machine is shown in profile, with a small cup of coffee and a glass of latte next to it. The Nespresso logo, a stylized 'N' inside a square, is positioned to the right of the machine. Below the logo, the word "NESPRESSO" is written in a bold, sans-serif font, followed by the tagline "Die Seele des Kaffees." in a smaller font. At the bottom left corner, the website "www.nespresso.com" is printed in a small, white font.



MON CORPS, C'EST D'ABORD DE LA FORCE  
**ET DU COURAGE**

| TARA | ADHÉRENTE FITNESS PARK

JOURNÉE DE LA FEMME

- VENDREDI 8 MARS -

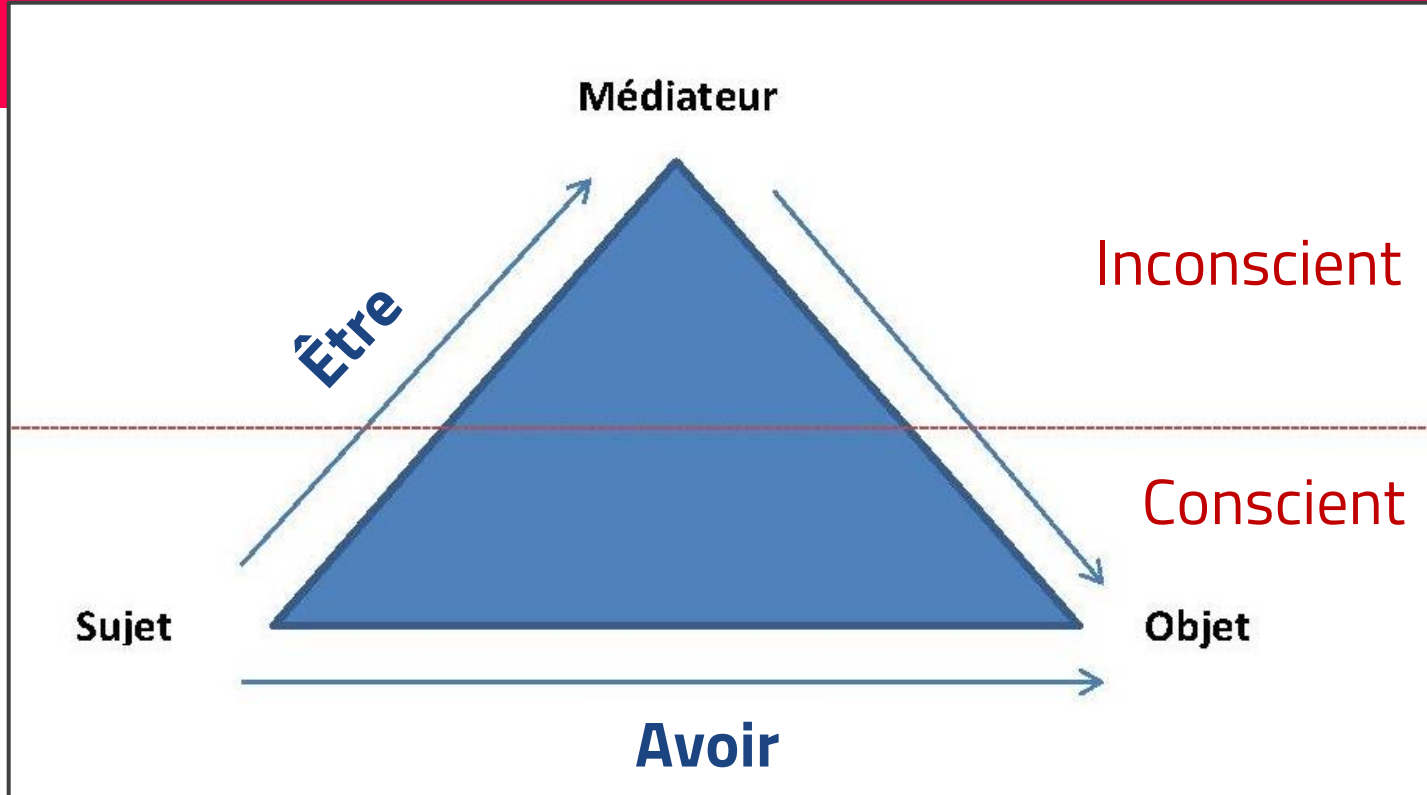
**49€**

**OFFERTS**  
POUR TOUTE INSCRIPTION

\*voir conditions sur fitnesspark.fr



# Désir d'avoir ou désir d'être ?



# Critique de l'idéal romantique d'adéquation avec soi-même

- L'être humain n'a pas en lui un « noyau » de désirs personnels indépendants de l'influence des autres et de toute imitation.
- Le mimétisme est inévitable : il faut en **prendre conscience** et **choisir ses modèles**.



## 2.2 Le « moi profond » dont j'ai conscience n'est-il pas une illusion ?



Tu dis « moi » et tu es fier de ce mot.  
Mais ce qui est plus grand, c'est — ce à  
quoi tu ne veux pas croire — ton corps  
et son grand système de raison : il ne  
dit pas moi, mais il agit en moi.

**F. Nietzsche, *Ainsi parlait Zarathoustra***



**F. Nietzsche,**  
*Ainsi parlait*  
*Zarathoustra*

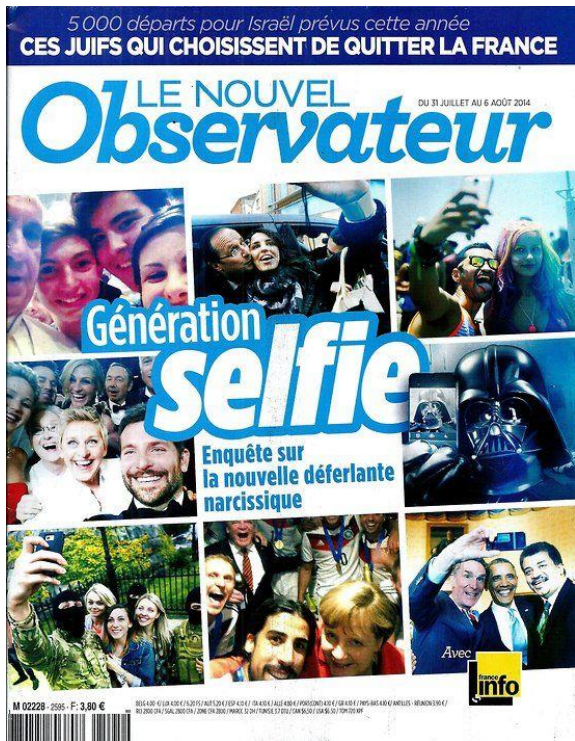
- ❖ Qui sont les « contempteurs du corps »?
- ❖ Le corps est une multiplicité qui doit sans cesse refaire son unité.
- ❖ Le moi vit dans l'illusion qu'il est autonome et qu'il dirige.
- ❖ Derrière la volonté personnelle se cache la volonté de puissance.
- ❖ Le corps a ses raisons : le corps comme mémoire qui agit en nous.
- ❖ Que reste-t-il de l'idéal d'authenticité ?

3.

Il faut redonner tout son sens à l'idéal d'authenticité

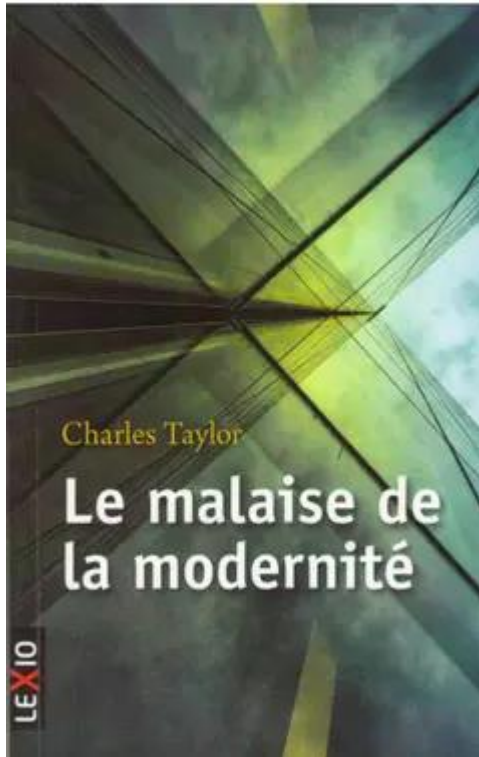


# 3.1 Être soi, un idéal narcissique ?



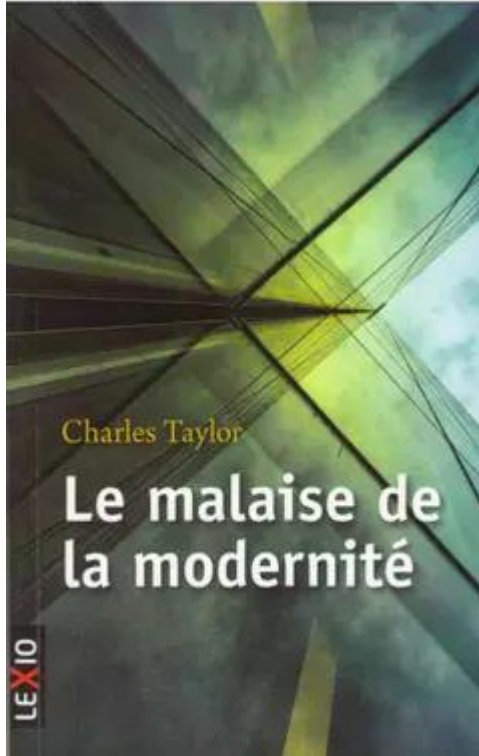
*Narcisse, Le Caravage, v.1599*

# Charles Taylor, *Le malaise de la modernité*



- ❖ La culture de l'authenticité peut se transformer en un individualisme narcissique qui la trahit.
- ❖ Les critiques conservatrices du narcissisme et le rejet de l'idéal d'authenticité
- ❖ Il faut renouer avec une véritable culture de l'authenticité et avec le vrai sens de l'individualisme.

## 3.2 Il n'y a pas de vie authentique sans engagement



- S'accomplir soi-même dans une vie qui a du sens, c'est forcément avoir un critère de ce qui a du sens.
- Il n'y a pas de réalisation de soi hors des liens sociaux et des relations
- L'idéal d'authenticité est engagement dans des relations et des luttes collectives et non égoïsme.

