

Christian Marendaz

Du **R**egard
à l'émotion





Fragment de *La Vierge et l'Enfant avec le jeune saint Jean-Baptiste*
de Botticelli, v. 1470 - 1475 (Paris, musée du Louvre)

© Leemage

Préambule

Regardez le jeu des regards dans ce fragment du tableau de Botticelli. L'enfant fixe avec intensité et sérénité le regard doux et protecteur de la mère tandis que Jean-Baptiste interroge du coin de l'œil celui du peintre. Pourquoi le dialogue des regards est-il si important pour chacun d'entre nous ? Pourquoi peut-il être brisé dans certaines pathologies ? Quel est le lien entre le regard, le cerveau et l'affectif ?

Le 10 septembre 1930, Freud écrivait à son ami Arnold Zweig : « Par la brèche de la rétine, on pourrait voir profondément dans l'inconscient¹. » Ce message traduisait-il le rêve freudien d'accéder, par le biais de cette excroissance du système nerveux central qu'est la rétine, aux bases cérébrales de l'âme émotionnelle humaine ? C'est ainsi que l'on peut le concevoir et qu'est né cet ouvrage.

En effet, le développement fabuleux des neurosciences et de la psychologie expérimentale ces trente dernières années, la mise au point d'outils d'investigation cérébrale de plus en plus sophistiqués et précis permettent peu à peu à ce rêve d'advenir. C'est ce que nous nous efforcerons de montrer au fil des chapitres de ce livre, en décrivant le lien direct, étroit mais aux facettes multiples qu'entretiennent

le regard et le cerveau émotionnel. Nous le ferons en recourant à des exemples issus de la pathologie, que ce soit au travers de personnes atteintes de lésions cérébrales ou de personnes souffrant de troubles psychiatriques.

Parcourons rapidement l'essentiel des différents chapitres. Le premier chapitre, « La rétine, une brèche dans le cerveau », rappelle quelques bases cérébrales à connaître pour mieux comprendre les chapitres suivants. Le chapitre 2, « La vision aveugle des émotions », montre qu'une voie visuelle archaïque qui va de la rétine au cœur du cerveau émotionnel permet à une personne atteinte de cécité corticale de pouvoir percevoir inconsciemment les expressions faciales émotionnelles. C'est peut-être par cette voie que transite notre premier ressenti émotionnel de l'autre. Le chapitre 3, « L'oubli de regarder le regard d'autrui », montre qu'*a contrario*, une atteinte de ce cœur peut conduire à oublier de regarder les yeux d'autrui et entraver alors la lecture des expressions faciales. Le chapitre 4, « Le bébé, le regard, la relation à l'autre », développe l'hypothèse que c'est probablement cette voie visuelle archaïque qui permet au bébé d'apprendre à fixer son regard sur celui qui le maternelle et à construire par là même sa relation à l'autre. Le chapitre 5, « L'autisme, l'aversion du regard, les neurones miroirs », évoque le cas douloureux de l'autisme en suggérant que des dysfonctionnements dans cette voie pourraient être à l'origine de l'autisme. Est également discutée l'idée d'un possible déficit des « neurones miroirs », censés sous-tendre le don d'empathie. Le chapitre 6, « La dilatation de la pupille et l'effet *belladonna* », montre que

nous mesurons inconsciemment la taille de la pupille de notre interlocuteur et que cette évaluation module notre jugement émotionnel sur ce dernier. Le chapitre 7, « La lumière et la langueur pathologique », traite du trouble dépressif dû à la moindre quantité de lumière captée par le regard à certaines saisons, et de sa possible remédiation par la luminothérapie. Le chapitre 8, « Humeur et couleur : une histoire de dopamine ? », développe l'idée que les troubles de l'humeur et de la personnalité peuvent modifier la vivacité de nos perceptions et, en conséquence, le degré de plaisir à voir ce qui nous entoure, car perception et humeur pourraient être biologiquement liées. Le chapitre 9, « Des yeux en mouvement pour guérir ? », s'interroge sur les bases neurocérébrales de la thérapie par les mouvements oculaires (EMDR). Ces mouvements mettent-ils réellement en jeu des mécanismes de restructuration neuro-émotionnelle analogues aux réaménagements cérébraux censés se passer durant la phase de rêve du sommeil ? Il est vrai que certains mouvements des yeux peuvent être riches d'informations sur notre personnalité et ses troubles, comme le développe de manière très prospective le chapitre 11, « Contrôle du regard, personnalité et humeur ». Pour mieux le comprendre, le chapitre 10, « La palpation du regard », rappelle comment fonctionnent les mouvements oculaires et quelles sont leurs bases cérébrales. Les chapitres s'enchaînent logiquement mais une lecture indépendante de chacun d'eux est cependant possible.

Entrons maintenant dans la brèche du regard.

Références

1. Sigmund Freud - Arnold Zweig, *Correspondance. 1927-1939*, Gallimard, 1973.