**Dissertation guidée**

Consignes : Pensez à activer les commentaires !!! Ne surtout pas les modifier ni les supprimer !  Rédigez **tout** le devoir sans les ( ) et les commentaires (vous pouvez copier-coller ce texte en les retirant et me rendre une copie tapée à l’ordinateur). **Complétez tous les espaces vides avec une couleur d’encre différente.** Vous trouverez tout au long du devoir des annotations qui vous expliquent pas à pas chaque étape. Lisez les bien.

Consignes formelles : alinéa en début d’intro, de chaque partie et conclusion/ à la ligne pour la problématique, le plan, le début de chaque sous-partie, transitions / saut de ligne entre gros bloc : intro, parties, conclusion.

Espaces vides : 3 en introduction / 2 en première partie / 5 en deuxième partie / 6 en troisième partie.

**Sommes-nous maîtres de nos pensées ?**

(Introduction : A2RPEP)

(Accroche)

L’homme est un être capable de se donner des choses une représentation, de se former un jugement. Ces représentations, ces jugements, c’est ce que l’on appelle ses pensées.

(2 Réponses)

Dans le champ des pensés, deux expériences contradictoires sont possibles. Tantôt il semble que l’on conduit sa pensée, qu’elle s’enchaîne selon une logique qui ne doit rien au hasard, par exemple…….... Tantôt elle semble surgir de nulle part et sans raison, par exemple, lorsqu’on est concentré sur une tâche et qu’on se met à penser à un souvenir dont le rapport avec la situation échappe ou bien lors d’une dispute,.........

(Problématique)

………………

(Enjeu)

Être maître de ses pensées et de ses actions est la condition d’un éventuel contrôle sur eux. C’est aussi être capable d’en répondre, de les justifier. Reconnaître qu’une partie de nos pensées, si ce n’est toutes, échappe à notre contrôle c’est du même coup renoncer à notre toute puissance à nous connaître et à agir par nous-mêmes.

(Plan)

Nous verrons dans un premier temps en quel sens nous sommes maîtres de nos pensées puis nous montrerons que cette maîtrise apparente n’est qu’une illusion. Enfin nous soutiendrons l’idée que cette maîtrise, si elle n’est jamais acquise et définitive, peut se gagner, se conquérir.

(Développement)

(Première partie : nous ne pouvons qu’être maître de nos pensées)

(Sous-partie 1 : maître = propriétaire)

Lorsque je dis “je pense”, je désigne en même temps “je” comme le propriétaire de cette pensée. En effet, à qui d’autre appartiendrait cette pensée ? Il serait curieux de se désigner comme le sujet du verbe penser et en même temps ne pas la considérer comme la sienne. En ce sens, dire “je pense” et “j’ai une pensée” revient au même. Du fait de la conscience, nos pensées se donnent toujours comme nôtres dès lors que nous pensons.

C'est justement ce que montre *Kant* lorsqu'il affirme que “Le *je pense* doit *pouvoir* accompagner toutes mes représentations ; car autrement serait représenté en moi quelque chose qui ne pourrait pas du tout être pensé” dans la *Critique de la raison pure* (« déduction transcendantale », §16.). La pensée n’est pas simplement réception d’une information extérieure mais représentation d’un sujet. Il n’y a pas de pensée sans un sujet qui la pense ou dit autrement toute pensée se donne toujours comme celle du sujet qui la pense. Si par exemple, je pense à cette dissertation, je ne me demande pas à qui est cette pensée. Je ne réalise pas après coup qu’il s’agit bien de ma pensée mais elle se donne d’emblée comme MA pensée.

Ainsi cela n’a pas de sens de penser une pensée sans maître c’est-à-dire une pensée qui n’appartienne à personne, qui n’est la pensée de personne.

(Sous-partie 2 : maître = connaître)

………….

(Sous-partie 3: maître = contrôler)

Ce qui nous fait dire que nous ne maîtrisons pas nos pensées, c’est que nous appelons “pensées” à tort tous les “états mentaux” y compris ceux qui sont de l’ordre de la spontanéité, des sentiments, des émotions. On désigne ainsi souvent par pensée, des désirs ou des opinions plus ou moins confuses. Or penser, étymologiquement pensare, signifie peser, examiner, juger, évaluer. Cela suppose par conséquent une opération de l’intelligence, un examen attentif, une réflexion. C’est cet examen par exemple que mentionne Socrate lorsqu’il affirme qu’”une vie sans examen ne vaut pas la peine d’être vécue” dans l’*Apologie de Socrate* (38a) de Platon. C’est aussi ce type de pensée réflexive que décrit Epictète lorsqu’il conseille de faire un bon usage de ses représentations pour être heureux, en l'occurrence savoir distinguer ce qui dépend de nous de ce qui ne dépend pas de nous. Ce “bon usage” suppose un contrôle de ses pensées. Il implique de rejeter ou de conserver certaines pensées, d’évaluer leur pertinence. Cette maîtrise est le fondement de la liberté pour Epictète (et les stoïciens). Ainsi dans ses *Entretiens* (I, 52), Epictète répond au tyran qui le menace de lui couper la tête “je ne puis être troublé que par moi-même. Tu as beau me menacer, je te dis que je suis libre” ; “Tu es le maître de ma carcasse ; prends-là. Tu n’as aucun pouvoir sur moi.”  Ainsi la maîtrise de nos pensées comme son manque dépend du sujet qui pense et de sa capacité à en faire bon usage. Ce qui, parmi nous, distinguent ceux qui maîtrisent des autres, résident en eux.

(Transition)

………………………………..

(Deuxième partie : Cette maîtrise apparente n’est peut-être qu’une illusion. Soupçon, doute)

(Sous-partie 1 : sommes-nous vraiment maîtres (propriétaires) de nos pensées ?)

………..

(Sous partie 2 : sommes-nous totalement maîtres de nos pensées,  conscients de toutes nos pensées ? où maître : connaître)

Nous venons de voir que nous pouvons ne pas être maîtres de nos pensées car elles peuvent provenir de l’extérieur, notre culture, notre classe sociale par exemple. Mais l’étrangeté de notre pensée peut également être interne. En effet, une pensée peut être en moi sans être de Moi. La thèse de Freud va nous permettre d’approfondir cette idée. En effet, Freud soutient que “..........................”. Cela signifie pour lui que…………………….. Pour illustrer cette thèse, l’auteur prend comme exemples …………………...Ainsi si on admet l’hypothèse de l’inconscient, cela implique que nous ne sommes pas totalement maîtres de nos pensées car …………………………. et que ce qui nous fait croire que nous les maîtrisons est l’ignorance des mécanismes de l’esprit.

(Sous-partie 3 : si nous doutons de l’origine, de la connaissance de nos pensées, nous doutons par conséquent du contrôle de nos pensées.)

Si je peux douter que c’est vraiment “moi” qui pense, si je ne suis pas certain d’avoir accès à toutes mes pensées alors leur contrôle semble compromis. De prime abord, on peut constater qu’on ne peut pas ne pas penser, c’est-à-dire choisir de ne pas penser. C’est d’ailleurs ce qui pour Descartes, dans le *Discours de la méthode* (IVème partie) en fait une évidence intuitive. Quand je pense, je pense ! Je ne peux pas penser que je ne pense pas. Ensuite, la pensée est souvent subie et non un choix, en particulier si je ne veux pas penser à quelque chose c’est justement là que je vais y penser ! Comme le souligne Nietzsche dans *Par-delà bien et mal* (Première section, § 17), “une pensée vient quand « elle » veut, et non pas quand « je » veux.”. Cette façon de raisonner “en fonction de l’habitude grammaticale” entretient notre illusion de maîtrise sur nos pensées. Mais pourquoi se bercer d’illusions ? Pourquoi tenons-nous tellement à nous considérer comme maîtres de nos pensées ?  Que perdrions-nous à reconnaître notre impuissance vis-à-vis de nos pensées ? C’est une illusion nécessaire car il serait trop coûteux d’abandonner cette croyance. En effet, avouer notre manque de maîtrise c’est remettre en question la liberté, la responsabilité et même la justice : Que peut-on reprocher à quelqu’un qui ne contrôle pas ses pensées et donc ses actions, qui ne sait même pas toutes les pensées qui siègent en son esprit ? Peut-on blâmer quelqu’un pour les pensées qui échappent à son contrôle ?

(Transition)

À la lumière de cette deuxième partie, il semble illusoire de se considérer comme maîtres de nos pensées d’une part parce que nos pensées appartiennent peut-être davantage à NOUS qu’à soi, d’autre part parce qu’il est possible que nous en ignorons la majeure partie, enfin parce que leur contrôle est par conséquent mis en péril. Mais faut-il pour autant renoncer à gagner en maîtrise ? Si nous avons émis des soupçons sur le fait que nous sommes maîtres de notre pensée, faut-il abandonner tout travail sur notre pensée ou bien est-il possible de devenir “plus” maîtres, de conquérir progressivement plus de maîtrise ?

 (Troisième partie : La pensée autonome est à conquérir, il faut faire l’effort de devenir maître)

(Sous-partie 1 : notre pensée peut gagner en autonomie)

Le fait que “nous avons tous été enfants avant que d’être hommes” (Descartes, *Discours de la méthode*, seconde partie), suffit à admettre que nous ne sommes pas immédiatement maîtres de nos pensées. L’enfant apprend, écoute, suit ses parents, ses éducateurs et c’est d’ailleurs mieux qu’ils le fassent (pour éviter les dangers, comprendre monde qui l’entoure). Cependant comme le soutient Kant dans *Qu’est-ce que Les Lumières* “un si grand nombre d’hommes restent cependant leur vie durant, mineurs”. Cela signifie qu’ils ne se servent pas de leur entendement, ils ne pensent pas par eux-mêmes mais laissent d’autres penser à leur place alors qu’ils auraient les capacités intellectuelles pour le faire. Les causes qui expliquent ce phénomène sont pour Kant au nombre de deux : la paresse et la lâcheté. Parce qu’il est plus facile, moins fatigant de laisser quelqu’un penser pour nous, on se dépossède volontairement de son droit et son autonomie. Cette passivité de la pensée se retrouve par exemple dans les préjugés, les idées toutes faites, ou lorsqu’on est perroquet de l’opinion. Il faut donc déjà commencer par vouloir penser par soi-même, être l’auteur de ses pensées pour le devenir. Cette décision demande du courage et de la résolution pour se réapproprier des pensées qui étaient celles de notre entourage, de notre société.

(Sous-partie 2 : Savoir qu’on ne maîtrise pas notre pensée, c’est connaître davantage ses pensées, leurs fonctionnements)

Se rendre maître c’est donc paradoxalement se rendre compte qu’on ne l’est pas. C’est faire voeu d’humilité (on est souvent très influencé) mais aussi pouvoir travailler dessus et donc avoir l’ambition de gagner en autonomie. Ainsi par exemple, prendre conscience de ses déterminismes sociaux ou éducatifs, ………………………………………. Par exemple, ……………………………. De même, la psychanalyse ne se contente pas d’affirmer l’hypothèse de l’inconscient comme un fatalisme (nous sommes condamnés à ne jamais nous connaître et maîtriser nos pensées.) Elle la présente plutôt comme un déterminisme mais dans une finalité thérapeutique. Cela signifie ……………………...

(Sous-partie 3 : Si on peut en apprendre davantage sur le fonctionnement de nos pensées, on peut améliorer leur contrôle).

Savoir qu’on ne connaît pas toutes nos pensées et leurs mécanismes de fabrication, nous invite à être plus vigilant contre certains de leurs travers. On doit ainsi apprendre à gérer ses pensées car spontanément elle va suivre des biais. C’est la thèse défendue par Daniel Kahneman dans *Système 1- Système 2, les deux vitesses de la pensée* en dégageant les nombreux biais cognitifs auxquels est soumis notre pensée. On peut par exemple citer ……………………………. présenté par ………………………. Ce biais consiste à …………………….. Nous pouvons donc améliorer le contrôle sur notre pensée en connaissant les différents biais qui peuvent l’influencer et en restant vigilant de ne pas les suivre.

(Conclusion)

Nous avons vu que nous ne pouvons apparemment qu’être maîtres de nos pensées. Mais nous nous sommes rendus compte que cette certitude était en fait une illusion que nous pouvons néanmoins tenter de corriger. Se rendre maître de notre pensée est alors une tâche infinie, un idéal à atteindre et non un fait. Être maître de ses pensées, c’est savoir justement que nous n’en sommes pas toujours les maîtres, et chercher à nous approprier notre pensée, à penser en première personne. Reste que penser par soi-même ce n’est pas seulement penser contre les autres mais aussi contre soi-même. Ainsi les autres peuvent nous aider à être le maître de notre propre pensée.