

Université de Montréal

**Sport moderne et spiritualité évangélique :
Une étude interdisciplinaire des concepts
de plaisir et de motivation en lien avec l'action humaine**

par

David Dytynyshyn

Faculté de théologie et de sciences des religions

Mémoire présenté à la Faculté des études supérieures
en vue de l'obtention du diplôme de Maître ès arts (M.A.)

novembre, 2009

© David Dytynyshyn, 2009

Université de Montréal
Faculté des études supérieures

Ce mémoire intitulé :

**Sport moderne et spiritualité évangélique :
Une étude interdisciplinaire des concepts
de plaisir et de motivation en lien avec l'action humaine**

présenté par :
David Dytynyshyn

a été évalué par un jury composé des personnes suivantes :

Jean-François Roussel, président-rapporteur
Jean-Claude Breton, directeur de recherche
Olivier Bauer, membre du jury

Résumé

Dans le contexte pastoral évangélique, il est très difficile de s'expliquer qu'un croyant puisse aimer et servir Dieu avec passion pour constater, quelques années plus tard, que la motivation qui le pousse vers Dieu a été étouffée. Bien qu'ils utilisent des termes différents, les entraîneurs sportifs posent essentiellement la même question : comment inciter les personnes sous leur charge à fournir un rendement correspondant à leur potentiel.

Si la motivation est le moteur du comportement, pour bien des personnes, les émotions en constituent le volant. Il semble que par nature l'humain oriente son comportement vers les émotions agréables et s'éloigne des émotions désagréables. C'est aussi vrai pour le sportif que pour le croyant.

Cette étude propose une réflexion interdisciplinaire entre la théologie et la psychologie au sujet du plaisir, de la motivation et de l'action humaine, à la fois dans le sport moderne et dans la spiritualité, qui permette d'aborder notre problématique sous un nouvel éclairage.

Les premiers chapitres ont pour objectifs d'identifier la rencontre entre le sport et la spiritualité (chapitre 1), de situer la problématique dans son contexte anthropologique à partir de la compréhension psychologique contemporaine de l'émotion (chapitre 2) et de la motivation (chapitre 3). Les chapitres qui suivent examinent la motivation humaine chez les sportifs à partir de la psychologie du sport (chapitre 4), avant de consulter deux théologiens protestants Jürgen Moltmann du courant libéral et John Piper, évangélique conservateur (chapitre 5) pour introduire la discussion théologique.

Bien que la psychologie contemporaine ait été une discipline longtemps figée dans un paradigme darwinien ou humaniste, décrivant l'empiètement de la théologie sur sa compréhension de l'humain, le chapitre 6 présente des exemples où une discussion théologique de l'humain, dépourvue de toute validité empirique, peut apporter une vision complémentaire à la psychologie contemporaine et contribuer au bien-être du sportif comme à celui du croyant. Ainsi, la contribution de la

psychologie, qui est acceptable à une interprétation évangélique, peut apporter un éclaircissement sur les raisons possibles d'un changement de motivation chez le croyant dans son amour et son service envers Dieu.

Le dernier chapitre se veut le prolongement de cette étude dans d'autres domaines, comme les études bibliques et le counseling auprès des croyants et des sportifs et dans le cadre de l'aumônerie militaire.

Mots clés : émotion, motivation, sport, spiritualité, plaisir, joie, psychologie du sport, Jürgen Moltmann, John Piper.

Abstract

For a pastor in the Christian Evangelical tradition, it is difficult to explain how a believer, who once loved and served God with passion, finds that a few years later his motivation directed towards God has waned. Though using different terminology, coaches ask essentially the same question concerning some of their athletes. How can they incite those under their supervision to perform in light of their full potential?

If motivation is the motor of behaviour, for the majority of people emotions are the steering wheel. People, by nature, tend to steer their behaviour in a direction that reinforces desirable emotions and avoids those that are undesirable. This is true for both athletes and believers.

This thesis proposes a reflection on motivation as it relates to two fields of study: theology and psychology. More precisely it looks at the subject of pleasure, motivation, and human action in the areas of modern sport and spirituality, with the intention of shedding new light on our problem.

The first few chapters seek to identify the common ground between sport and spirituality (chapter 1), and to situate our problem in its anthropological context by defining the basic concepts of emotion (chapter 2) and motivation (chapter 3) according to modern psychology. The chapters that follow examine motivation from an understanding of sport psychology (chapter 4) before moving on to its counterpart from a theological perspective (chapter 5) by consulting two protestant theologians: Jürgen Moltmann of a liberal persuasion and John Piper, a conservative evangelical.

Though contemporary psychology is known as being a discipline fixed in a Darwinian or Humanist paradigm which disassociates from any theological understanding of human beings, chapter 6 presents examples of how a theological discussion, outside of empirical confirmation, may bring a complementary vision to contemporary psychology and contribute to the well being of both athlete and believer. The chapter also proposes how an understanding of psychology, acceptable to an evangelical interpretation, may shed light on the possible changes in motivation a believer may experience in his love and service for God.

The last chapter projects the ideas of this study to other fields of interest such as Bible study, the counseling of believers and athletes, and the work of military chaplains.

Keywords: Emotion, motivation, sport, spirituality, pleasure, joy, sport psychology, Jürgen Moltmann, John Piper.

Table des matières

Résumé	iii
Abstract	iii
Table des matières	v
Liste des figures	ix
INTRODUCTION	1
1. <i>Préalable</i>	<i>1</i>
2. <i>Élaboration de la problématique</i>	<i>1</i>
2.1. <i>Émergence : présentation du problème</i>	<i>1</i>
3. <i>L'orientation précise.....</i>	<i>3</i>
3.1. <i>Le défi de cette étude interdisciplinaire</i>	<i>5</i>
4. <i>Les étapes de cette étude.....</i>	<i>6</i>
CHAPITRE 1 : SPORT MODERNE ET SPIRITUALITÉ	9
1. <i>Sport moderne et spiritualité : perspective liminaire.....</i>	<i>9</i>
2. <i>Sport moderne et spiritualité : perspective mitoyenne.....</i>	<i>9</i>
2.1. <i>La spiritualité</i>	<i>9</i>
2.2. <i>Le sport moderne</i>	<i>10</i>
3. <i>Sport et spiritualité : perspective historique.....</i>	<i>11</i>
4. <i>Sport moderne et spiritualité : perspective contemporaine</i>	<i>14</i>
4.1. <i>Sa relation symbiotique.....</i>	<i>14</i>
4.2. <i>Affirmation de la relation sport/spiritualité.....</i>	<i>16</i>
4.3. <i>Négation de la relation sport/spiritualité</i>	<i>17</i>
5. <i>Conclusion.....</i>	<i>18</i>
CHAPITRE 2 : PLAISIR ET ÉMOTION : PERSPECTIVE PSYCHOLOGIQUE CONTEMPORAINE.....	21
1. <i>Introduction</i>	<i>21</i>
2. <i>Plaisir</i>	<i>22</i>
2.1. <i>Idée du plaisir dans la société contemporaine</i>	<i>22</i>

3. <i>Émotion</i>	24
3.1. Influence historique de l'étude des émotions.....	24
3.2. Définition de l'émotion.....	25
3.3. Les principales théories de l'émotion et du plaisir.....	27
3.3.1. Les modèles dimensionnels.....	27
3.3.2. Les modèles à émotions discrètes.....	29
3.3.3. Les modèles orientés autour de la signification.....	30
3.3.4. Les modèles cognitifs.....	30
3.3.5. Un résumé des modèles.....	31
3.4. Appréciation de ces théories du plaisir selon trois grands métaparadigmes.....	37
3.4.1. Paradigme naturaliste ou darwinien.....	37
3.4.2. Paradigme humaniste.....	39
3.4.3. Paradigme évangélique.....	40
4. <i>Conclusion</i>	46
CHAPITRE 3 : MOTIVATION : PERSPECTIVE PSYCHOLOGIQUE CONTEMPORAINE	47
1. <i>Introduction</i>	47
2. <i>Définition</i>	48
3. <i>Théories de la motivation selon des considérations métathéoriques</i>	49
3.1. Les causes du comportement sont-elles déterminées?.....	50
3.2. Perspective normative ou perspective singularisante.....	50
3.3. La motivation est-elle innée ou apprise?.....	50
3.4. Le rôle de la conscience dans la motivation.....	51
3.5. Les forces de la motivation sont-elles internes ou externes?.....	51
3.6. L'organisme est-il motivé à croître ou cherche-t-il la stabilité?.....	51
3.7. L'influence sociale et culturelle.....	52
3.8. Résumé des considérations métathéoriques.....	52
4. <i>La relation entre le plaisir et la motivation</i>	54
5. <i>Appréciation de ces théories de la motivation selon un cadre d'interprétation théiste évangélique</i>	58
6. <i>Conclusion</i>	63
CHAPITRE 4 : PLAISIR ET MOTIVATION : PERSPECTIVE DE LA PSYCHOLOGIE DU SPORT	64
1. <i>Le sport et le plaisir</i>	64

2. <i>Résumé de quelques théories reliant le phénomène du plaisir avec celui de la motivation</i>	66
2.1. Présentation du modèle de Bandura.....	67
2.2. Présentation du modèle de Harter.....	68
2.3. Présentation du modèle de Deci et Ryan.....	69
2.4. Présentation de la théorie intégrée des motivations intrinsèque et extrinsèque de Vallerand et Rousseau.....	72
2.5. Présentation du modèle de Mageau et Vallerand.....	74
3. <i>Évaluation des théories reliant le phénomène du plaisir avec celui de la motivation</i>	76
4. <i>Conclusion</i>	80
CHAPITRE 5 : PLAISIR ET MOTIVATION SELON DEUX THÉOLOGIENS	
PROTESTANTS.....	82
1. <i>Introduction</i>	82
2. <i>Moltmann : Le Seigneur de la danse : essai sur la joie d'être libre</i>	83
2.1. Le jeu créateur : modèle pour la libération sociologique.....	84
2.2. Le jeu créateur : modèle pour la libération théologique.....	85
2.3. Le jeu créateur : modèle de libération complète.....	87
3. <i>Piper : Prendre plaisir en Dieu malgré tout : le combat pour la joie</i>	88
3.1. Le livre dans le contexte contemporain.....	88
3.2. Plaisir et la gloire de Dieu.....	89
3.3. Le combat pour la joie.....	91
3.4. La grâce de Dieu dans le combat pour la joie.....	93
3.5. Les stratégies du croyant dans le combat pour la joie.....	94
3.6. La relation du monde empirique dans le combat pour la joie.....	95
4. <i>Conclusion</i>	99
CHAPITRE 6 : PLAISIR ET MOTIVATION : DIALOGUE.....	100
1. <i>Introduction</i>	100
2. <i>Réflexions théologiques au profit d'une discussion psychologique du sport</i>	100
2.1. Contribution de Moltmann.....	100
2.1.1. La liberté dans le sport moderne et son détachement de la nécessité.....	101
2.1.2. La liberté dans le sport moderne et son détachement du déterminisme environnemental.....	103
2.1.3. La liberté dans le sport moderne et son détachement d'une compréhension étroite de la performance.....	105

2.1.4. Résumé.....	107
2.2. Contribution de Piper	107
2.2.1. Piper et le lien sport/spiritualité.....	107
2.2.2. Piper et les théories contemporaines de l'émotion	109
2.2.2.1. Piper et les théories de l'émotion de Scherer.....	109
2.2.2.2. Piper et Davidson/Solomon	111
2.2.2.3. Résumé	113
2.2.3. Piper et les théories contemporaines de la motivation.....	114
3. <i>Réflexions psychologiques au profit d'une discussion théologique de la spiritualité</i>	115
3.1. Contribution de la psychologie sur la composante affective du croyant	115
3.1.1. La foi nourrie par l'affect positif.....	117
3.1.2. La foi étouffée par l'affect négatif.....	118
3.2. Contribution de Vallerand au sujet de la motivation du croyant.....	118
3.2.1. La foi non autodéterminée.....	118
3.2.2. Le contexte motivationnel du croyant dans sa quête spirituelle	119
3.2.2.1. Sa motivation constitue la composante affective.....	120
3.2.2.2. La motivation du croyant et le comportement des dirigeants	121
4. <i>Contribution de la psychologie et de la théologie au bien-être de l'humain</i>	122
4.1. Pour le bien-être du sportif.....	122
4.2. Pour le bien-être du croyant	124
5. <i>Corrélations possibles entre le modèle de Vallerand et Losier et les Écritures chrétiennes qui sont acceptables au regard d'une interprétation évangélique</i>	125
6. <i>Conclusion</i>	131
CHAPITRE 7 : PROLONGEMENT	133
1. <i>Dans les études bibliques</i>	134
2. <i>Dans le counseling auprès des croyants</i>	135
3. <i>Dans l'aumônerie du sport</i>	136
4. <i>Dans l'aumônerie militaire</i>	136
BIBLIOGRAPHIE	138

Liste des figures

Figure 1. Les dynamiques d'un épisode émotionnel.....	33
Figure 2. Les sources possibles d'un stimulus qui incite un épisode émotionnel	34
Figure 3. Les trois composantes d'une émotion.....	36
Figure 4. Hiérarchie des besoins de Maslow.....	57
Figure 5. Le continuum d'autodétermination et les différents types de motivation	70
Figure 6. La séquence motivationnelle proposée et adaptée de Mageau et Vallerand (2003)	75
Figure 7. Une typologie de la foi selon les trois composantes humaines.....	125

*À mon Seigneur, Sauveur et Trésor
Jésus-Christ, que ce travail porte gloire
à son nom. (1 Corinthiens 10, 31)*

Remerciements

À mon directeur de mémoire, Jean-Claude Breton, dont la souplesse et la confiance me permettant de développer mes idées ont été appréciées à chaque étape du parcours.

À mon employeur, les Forces canadiennes, ayant contribué financièrement à ce projet par le programme visant à encourager leurs membres à poursuivre des études avancées.

À Louise Denniss qui a patiemment travaillé à la correction de mon français.

À mon épouse Nancy, qui est le plus grand agent de la grâce et de la joie du Seigneur dans ma vie.

INTRODUCTION

« Mon cœur brûlait dans ma poitrine, mes pensées s'embrasaient en moi, de telle sorte que les pensées sont le soufflet qui allume et enflamme les affections; si donc elles sont brûlantes, elles embrasent à leur tour les pensées. »

Thomas Goodwin (1600 – 1680)

1. PRÉALABLE

À la veille des XXI^e Olympiades d'hiver à Vancouver, un grand nombre de personnes se préparent pour les jeux d'hiver les plus prestigieux du monde. La ville aménage son infrastructure, les médias s'apprêtent à la diffusion télévisée et les athlètes s'entraînent pour la gloire de remporter l'or et l'honneur de leur pays. N'est-il pas aussi temps pour les théologiens québécois de s'échauffer en vue de proposer une réflexion opportune sur la rencontre entre deux champs d'études pertinents pour notre temps : la spiritualité et le sport? Le théologien Éric Volant (1976), appartenant à une génération antérieure, a énoncé une réflexion théologique sur les XXI^e Olympiades de Montréal en 1976 pour les récipiendaires de son époque¹. Trente trois ans plus tard, nous visons à reprendre le bâton témoin et poursuivre cette riche tradition, dans l'espoir que d'autres écrivains contemporains se joindront à nous pour faire progresser notre compréhension de l'être humain occidental à l'aube du XXI^e siècle.

2. ÉLABORATION DE LA PROBLÉMATIQUE

2.1. Émergence : présentation du problème

Les Actes des Apôtres décrivent l'Église primitive comme étant constituée de chrétiens enflammés pour Dieu. Leurs actions en témoignent. Ils étaient ensemble pour adorer Dieu. Ils persévéraient dans l'enseignement des apôtres. Leurs liens communautaires étaient solides². Ils aidèrent les pauvres³. Ils partageaient la bonne

¹ VOLANT E., « Le sport : perspectives théologiques », dans (dir.) M. Boutin, É.-G., Volant & J.-C. Petit, *L'Homme en mouvement : le sport, le jeu, la fête : sociologie, philosophie, théologie*, Montréal, Fides, 1976, pp. 53-76.

² Actes 2, 42 à 46

³ Actes 6, 1 à 4

nouvelle de Jésus-Christ, même lorsque confrontés à la persécution⁴. Leur passion pour le Seigneur et leurs actions envers leurs frères et sœurs furent l'expression d'une croissance spirituelle.

Depuis les débuts à Jérusalem ont aussi émergé, à travers l'histoire, des croyants plus ou moins passionnés pour la personne de Dieu et son œuvre. Certains, comme l'apôtre Paul, ont trouvé leur plaisir dans le Seigneur Jésus-Christ, malgré les épreuves et les souffrances de leur vie. D'autres, après un bon départ, ont abandonné la foi par amour pour le siècle présent⁵. Leur joie en Dieu et en sa parole a perdu de son intégrité devant les inquiétudes et les fascinations de ce monde.

Pourquoi une telle différence? Comment expliquer qu'un chrétien puisse aimer et servir Dieu avec passion pour constater, quelques années plus tard, que la motivation qui le pousse vers Dieu a été étouffée?

D'un côté, une interprétation évangélique des Écritures chrétiennes appuyée par l'observation pastorale permet d'affirmer que les plaisirs humains se situent souvent à la source de l'étouffement de la motivation et de la croissance spirituelle du croyant :

Ce qui est tombé parmi les épines, ce sont ceux qui, ayant entendu la parole, s'en vont, et la laissent étouffer par les soucis, les richesses et *les plaisirs* de la vie, et ils ne portent point de fruit qui vienne à maturité⁶. (Italique ajouté)

D'autre part, les plaisirs humains, envisagés selon une perspective appropriée, constituent une source de joie pour l'humain, et l'évidence même de la bonté de Dieu :

Ce Dieu, dans les âges passés, a laissé toutes les nations suivre leurs propres voies, quoiqu'il n'ait cessé de rendre témoignage de ce qu'il est, en faisant du bien, en vous dispensant du ciel les pluies et les saisons fertiles, en vous donnant la nourriture avec abondance et en remplissant vos cœurs de joie⁷.

⁴ Actes 11, 19 à 21

⁵ 2 Timothée 4, 9

⁶ Luc 8, 14

⁷ Actes 14, 16-17

Le plaisir dans son sens large peut donc être considéré soit comme un obstacle qui nuit à une personne et sape sa motivation spirituelle, soit comme une grâce qui vient de la bonté de Dieu et qui alimente la motivation d'une personne dans sa quête spirituelle.

Dans le contexte pastoral concret, il se produit des situations où l'intervenant rencontre des croyants qui tendent à différents degrés vers des extrêmes entravant la motivation dans la quête vers la maturité spirituelle : qu'il s'agisse de l'amour des plaisirs du monde, ou de la méfiance des plaisirs légitimes qui supprime toute joie de la vie chrétienne.

D'une part, existe-il une place pour le plaisir qui motive le croyant dans sa vie spirituelle? D'autre part, si tel est le cas, quelles sont alors les lignes délimitant la rencontre entre les plaisirs nuisibles et les plaisirs sains de la motivation dans une quête spirituelle?

La familiarité avec le sujet pourrait dissimuler des nuances importantes à la vue de l'intervenant. L'examen d'un autre champ d'étude pourrait-il élucider les points demeurés dans l'ombre de l'habitude?

3. L'ORIENTATION PRÉCISE

Comment expliquer que certains individus soient motivés pour entreprendre une action alors que d'autres font preuve de moins d'intérêt ?

Bien qu'ils utilisent des termes différents, les entraîneurs sportifs et les dirigeants des communautés évangéliques posent essentiellement la même question : comment inciter les personnes sous leur charge à fournir un rendement correspondant à leur potentiel? Si la motivation est le moteur du comportement, pour bien des personnes, les émotions en constituent le volant. Selon une métaphore non déterministe voulant que l'individu soit libre de son environnement pour conduire sa vie dans la direction de son choix, il semble que par nature l'humain oriente son comportement vers les émotions agréables et s'éloigne des émotions désagréables. C'est aussi vrai pour le sportif que pour le croyant.

L'activité sportive et la quête spirituelle sont prédominantes dans notre société québécoise (Perreault, 2006). Le sport moderne est un domaine ludique de l'action

humaine où la motivation à l'entraînement physique est liée à une amélioration de la performance de l'athlète. De plus en plus dans la littérature contemporaine, la rencontre entre le sport et la spiritualité est décrite comme un lieu où vivre une expérience de transcendance qui comporte un grand plaisir⁸. Par conséquent, le lien plaisir/motivation/action semble converger dans le sport moderne et la quête spirituelle. Selon Vaillancourt, la rencontre de ces deux phénomènes mérite réflexion⁹.

Si le plaisir constitue une source de motivation importante dans le sport moderne, des rapprochements sont-ils possibles ou déjà reconnus avec la croissance spirituelle? L'action humaine est un lieu de croissance aussi bien physique que spirituelle. Une personne vit et extériorise sa spiritualité au moyen de son corps. L'étude de l'action humaine, telle le sport, venant d'un champ extérieur à la spiritualité et à la théologie contemporaine, peut-elle nous éclairer quant à cette réalité voulant que le plaisir soit une source de motivation ou un obstacle à l'action humaine?

La psychologie du sport est un champ d'étude qui s'intéresse aussi au lien existant entre le plaisir, la motivation et la performance humaine. Ce champ d'étude a pour but d'examiner l'effet des facteurs psychologiques et émotionnels sur les performances et sur le bien-être des athlètes ainsi que l'influence de la pratique sportive sur ces mêmes facteurs.

À partir de la psychologie du sport, je propose une réflexion anthropologique sur la corrélation entre le plaisir, la motivation et la performance, suivie d'une réflexion théologique. Cette double approche pourra accroître notre connaissance et fournir des pistes intéressantes pour mieux comprendre le rôle du plaisir dans la transformation de la motivation en action humaine.

⁸ SAINT SING, Susan., *Spirituality of sport: Balancing body and soul*, Cincinnati, OH, St. Anthony Messenger Press, 2004.

⁹ VAILLANCOURT, Louis, *Le sport : opium du peuple ou voie spirituelle authentique?*, communication présentée au 72^e Congrès de l'Acfas le 10 mai 2004 à l'Université du Québec à Montréal. p. 1.

3.1. Le défi de cette étude interdisciplinaire

Une réflexion sur le plaisir, la motivation et l'action humaine dans le sport moderne et dans la spiritualité nous conduit à une discussion interdisciplinaire entre la théologie et la psychologie.

Pour comprendre un thème, le chercheur ne peut être neutre. L'auteur aborde son sujet d'étude avec un engagement intellectuel et affectif déjà établi, soit par rapport à la théologie, soit par rapport à la psychologie. Quoique cette constatation soit vraie dans les réflexions à l'intérieur de chaque champ d'étude, elle semble malheureusement vraie aussi dans les réflexions concernant la rencontre entre ces deux domaines de recherche. Pour certains auteurs, la dissociation de la psychologie et des discussions théologiques semble essentielle. D'une part, Crust¹⁰ est d'avis que les discussions théologiques, comme le rôle de la spiritualité dans les interventions de la psychologie du sport, représentent un pas en arrière pour cette discipline en pleine croissance¹¹. D'autre part des auteurs chrétiens, comme Miller, décrivent les dangers de la psychologie moderne et son influence néfaste sur les croyants fidèles¹².

En tant qu'auteur venant d'un paradigme théiste et d'une tradition chrétienne évangélique, cette dissociation paraît plus évidente à cause des paradigmes darwiniens ou humanistes sous-jacents aux théories psychologiques consultées pour ce mémoire. Cet auteur doit garder une tension continue entre la fidélité à sa tradition évangélique et l'objectivité d'une étude rigoureuse. En conséquence, son point de départ est critique dans son approche pour réfléchir sur la problématique décrite ci-dessus. Devant un tel dilemme, il doit choisir comme point de départ d'adopter des théories psychologiques modernes pour développer une réflexion théologique sur le rôle du plaisir et de la motivation dans l'action humaine ou d'embrasser son cadre théologique évangélique pour proposer certaines réflexions sur le domaine de la psychologie.

¹⁰ CRUST, Lee, « Challenging the “myth” of a spiritual dimension in sport », *Athletic Insight - The Online Journal of Sport Psychology*, Volume 8, n° 2, 2006, extrait le 30 septembre 2007 de [<http://www.athleticinsight.com/Vol 8 no 2/Spiritual.htm>]

¹¹ *Ibid.*, p. 4.

¹² MILLER, Wendel E., « Providing an alternative that is not an alternative », *Biblical Counseling Association*, consulté le 27 mars 2009 sur [<http://www.biblical-counsel.org/bcs-04.htm>]

Pour faire face à ce dilemme, il tente le plus possible de prendre les deux partis : soulever une réflexion théologique sur certaines théories de la psychologie ayant trait à la motivation et une réflexion psychologique sur sa problématique théologique. Conscient de ses propres opinions préconçues, il s'interroge de la manière suivante : ses réflexions intrathéologiques profitant des richesses de la psychologie moderne, de même que ses réflexions intrapsychologiques tirant avantage d'une discussion théologique ne l'intéressent-elles que dans la mesure où elles viennent renforcer sa tradition évangélique?

Que le lecteur juge de son succès!

4. LES ÉTAPES DE CETTE ÉTUDE

Tout autre que le skieur partant du sommet de sa matière à une vitesse maîtrisée pour effectuer sa descente jusqu'aux profondeurs de son sujet, cet auteur ressemble plutôt au patineur artistique se proposant de glisser sur une vaste surface : peu profonde mais couvrant une superficie étendue de son sujet.

Le premier chapitre fournit un cadre historique et contemporain de la rencontre entre deux domaines de l'activité humaine qui s'avèrent pertinents dans notre société : le sport moderne et la spiritualité.

Dans le deuxième chapitre, nous procéderons à un survol du sujet du plaisir selon la société occidentale, suivi d'une introduction des concepts de base en psychologie des émotions afin de situer notre problématique dans son contexte psychologique. Nous concluons ce chapitre par une appréciation de ces théories psychologiques selon une perspective chrétienne évangélique.

Une définition de la motivation selon la perspective psychologique contemporaine introduit le troisième chapitre. Par la suite, plusieurs théories de la motivation seront présentées autour de deux typologies : une typologie des considérations métathéoriques et une typologie de grandes familles de théories. Après avoir investigué les liens possibles existant entre le plaisir et la motivation à partir de ces théories, nous concluons ce chapitre par une appréciation de quelques éléments de ces théories de l'avis d'un lecteur évangélique.

Dans le chapitre quatre nous examinerons la contribution du champ d'étude de la psychologie du sport. Tout d'abord, quelques théories reliant le plaisir, la motivation et l'action humaine seront présentées afin de permettre au lecteur d'effectuer un survol des conditions théoriques qui favorisent la motivation humaine. La deuxième partie exposera le lecteur aux résultats d'une étude empirique qui a mesuré la corrélation entre la perception du plaisir, de la persévérance et de la performance des jeunes joueurs et joueuses de tennis élités du Québec. Les résultats seront comparés à quelques-unes des théories déjà présentées qui cherchent à expliquer la relation plaisir/motivation/action humaine.

L'objectif du cinquième chapitre sera de rendre compte du discours théologique au sujet du lien existant entre le plaisir et la motivation dans l'action humaine. Deux auteurs de la tradition chrétienne protestante seront considérés, Jürgen Moltmann du courant libéral et John Piper, évangélique conservateur. Selon Moltmann, la source de la joie se trouve dans une liberté qui se soustrait à la nécessité, à l'obligation ou à la contrainte. Pour sa part, Piper propose que la motivation du croyant prend sa source dans les affections du croyant. Ce dernier doit s'engager dans un combat visant à puiser sa pleine satisfaction en Dieu.

L'objet de cet ouvrage se trouve au sixième chapitre, où nous présentons un dialogue entre les interlocuteurs théologiens et leurs vis-à-vis du domaine de la psychologie du sport. Nous commençons ce chapitre avec des réflexions théologiques pour cheminer vers une discussion psychologique du sport. Le chapitre se poursuit par des réflexions psychologiques favorisant une discussion théologique de la spiritualité. Il s'achève par un résumé de notre discussion psychologique et théologique pour promouvoir le bien-être des sportifs évangéliques et des croyants de la même tradition.

Le dernier chapitre propose un prolongement de nos conclusions pour les appliquer à d'autres domaines tels le counseling des croyants, l'aumônerie du sport et l'aumônerie militaire.

CHAPITRE 1 : SPORT MODERNE ET SPIRITUALITÉ

1. SPORT MODERNE ET SPIRITUALITÉ : PERSPECTIVE LIMINAIRE

Quel est le lien entre le sport moderne et la spiritualité? De prime abord, la rencontre entre les deux n'est pas si évidente.

D'une part, la spiritualité enracinée dans la philosophie grecque de l'Antiquité a introduit une perspective dualiste de l'homme où l'accent fut mis sur l'esprit au mépris du corps. Selon Breton (2006), les philosophes à l'époque des Lumières, en renouant avec le langage de la tradition grecque, en ont profité pour faire « renaître dans un sens purement philosophique et humaniste l'expression *vie spirituelle*¹³. » En admettant ce sens, la spiritualité est « centrée sur l'esprit et non sur l'être humain dans son entier¹⁴ » et en conséquence n'a aucun lien avec le sport.

D'autre part, selon Guttmann (1978), le sport moderne est sécularisé au sens où il établit une rupture avec la transcendance¹⁵. En optant pour cette compréhension, le sport moderne n'a plus de lien avec la dimension religieuse de l'homme¹⁶.

Cette première lecture apporte une conceptualisation binaire entre le sport moderne et la spiritualité chrétienne : deux champs d'étude humaine sans relation, chacun isolé de l'autre. Cette perspective est illustrée adéquatement par la localisation des Facultés représentées par ces deux champs d'étude à l'Université de Montréal : celle de la Faculté de théologie et des sciences des religions, et celle du Département de kinésiologie. Chacune représente son propre champ d'étude, avec son corps de professeurs qualifiés, mais résidant chacune dans des pavillons isolés aux deux bouts du campus universitaire.

Après avoir très rapidement évoqué une perspective mitoyenne des rapports entre le sport moderne et la spiritualité, ce chapitre sera divisé en deux grandes

¹³ BRETON, Jean-Claude, *La vie spirituelle en questions*, Saint-Laurent, Québec, Bellarmin, 2006, p. 14.

¹⁴ *Ibid.*, p. 17.

¹⁵ GUTTMANN, A., *From ritual to record: The nature of modern sports*, New York, Columbia University Press, 1978, p. 324.

¹⁶ Pour Vaillancourt, la conception la plus fonctionnelle et la plus empirique de la religion est « ce qui est destiné à mettre l'humain en lien avec le transcendant ou le sacré ». VAILLANCOURT, L., *op. cit.*, p. 4.

parties : (1) le sport et la spiritualité examinés sous la perspective historique et (2) le sport et la spiritualité selon la perspective contemporaine.

2. SPORT MODERNE ET SPIRITUALITÉ : PERSPECTIVE MITOYENNE

2.1. La spiritualité

Breton (2006) nous aide à distinguer les termes « vie spirituelle » et « spiritualité ». D'une part, dans le contexte chrétien, le vocable « vie spirituelle » fait référence à la nouvelle vie de l'Esprit de Dieu *insufflée* dans le croyant pour qu'il devienne un disciple de Jésus-Christ¹⁷. Le mot « spiritualité » fait référence à *l'appel* ou à la manière dont un croyant vit l'expérience chrétienne : par exemple, en tant que martyr, célibataire, marié, missionnaire et ermite. D'autre part, dans la pratique actuelle, la « spiritualité » fait partie d'un discours de quête spirituelle centrée sur l'esprit de l'homme et « qui refuse toute appartenance religieuse¹⁸. »

L'utilisation du mot « spiritualité » peut donc avoir un sens distinct pour différents auteurs : une expérience religieuse de l'Esprit dans le contexte chrétien, une expérience « isolée de toute référence religieuse et *a fortiori* de toute connotation chrétienne¹⁹ » ou une expérience décrite dans la tradition philosophique comme « sans appartenance religieuse mais sans réactions antireligieuses²⁰. » Sensible à cette confusion de définition dans la littérature du sport, Crust écrit : « spirituality is defined in vague and wide-ranging ways, which contributes to its illusiveness²¹. »

Dans cette étude, nous suivons Vaillancourt (2004) et Breton (2006). Par spirituel, il faut entendre pour l'être humain « la recherche d'une unité de sa vie et ce par rapport à une référence ultime²². » La quête spirituelle est donc la démarche de l'être humain alors qu'il vise à identifier cette référence ultime ou pôle unificateur et

¹⁷ BRETON, Jean-Claude, *op. cit.*, p. 12.

¹⁸ *Ibid.*, p. 16.

¹⁹ *Ibid.*, p. 19.

²⁰ *Ibid.*

²¹ CRUST, Lee, « Challenging the “myth” of a spiritual dimension in sport », *Athletic Insight - The Online Journal of Sport Psychology*, Volume 8, n° 2, 2006, extrait le 30 septembre 2007 de [<http://www.athleticinsight.com/Vol 8 no 2/Spiritual.htm>], p. 4.

²² VAILLANCOURT, L., *op. cit.*, p. 9.

à « ... favoriser le rapprochement le plus adéquat de toutes les composantes de sa vie autour de ce pôle²³. »

Selon Carson (1996), pour le chrétien évangélique, ce pôle unificateur ou cette référence ultime est la vie éternelle qui se trouve dans la connaissance du seul vrai Dieu et son fils Jésus-Christ (Jean 17, 3)²⁴. Le but de la quête spirituelle n'est pas la perfection sur terre, mais que toutes les composantes de la vie du croyant portent gloire à Dieu, en Jésus-Christ.

Only then shall we approximate an all-of-life approach to spirituality — every aspect of human existence, personal and corporate, brought under the discipline of the Word of God, brought under the *consciousness* that we live in the presence of God, by his grace and for his glory²⁵.

Le sport est une composante de la vie d'une personne et selon cette perspective, il fait partie de la spiritualité évangélique. La quête de la vie spirituelle du croyant influencera sa participation physique, intellectuelle, affective et volitive au sport.

2.2. Le sport moderne

Selon la définition sociologique de Guttmann (1978), suivant le modèle type idéal de Weber, le sport moderne est défini comme une compétition qui est physique, ludique et non utilitaire. C'est-à-dire que le sport moderne fait partie des jeux en ce qu'il apporte un plaisir aux participants. Il n'est pas exercé dans le but de produire quelque chose. Le sport moderne est régi par des règles et pratiqué comme une compétition physique²⁶. Bellefleur (1976) présente sa réflexion sociologique sur le sport dans le contexte des XXI^e olympiades à Montréal. Le sport moderne, de niveau élevé, ne comporte pas seulement les éléments du jeu et du plaisir, mais aussi ceux du travail et de l'obligation.

Quoique le sport moderne comme tel ne nécessite pas une forme de spiritualité pour être pratiqué, un individu ou groupe d'individus peut superposer une

²³ BRETON, Jean-Claude, *op. cit.*, p. 46.

²⁴ CARSON, Donald A., *The gagging of God: Christianity confronts pluralism*, Grand Rapids, MI, Zondervan Pub. House, 1996, p. 568.

²⁵ *Ibid.*, p. 569.

²⁶ GUTTMANN, A., *op. cit.*, p. 324.

forme de spiritualité, soit religieuse soit sécularisée, dans sa manière d'exécuter le sport, comme c'est le cas pour n'importe quelle autre activité humaine.

Cette association entre le sport et la spiritualité possède une longue histoire. Elle part de l'Antiquité et nous rejoint même aujourd'hui.

3. SPORT ET SPIRITUALITÉ : PERSPECTIVE HISTORIQUE

Dans son livre *Playing with God*, Baker (2007) retrace les grandes lignes historiques de l'alliance entre le sport et la spiritualité. Rappelons simplement ici leur cadre général, des civilisations anciennes à la fin de XIX^e siècle.

Des civilisations maya et aztèque aux civilisations grecque et romaine, des tribus autochtones américaines aux tribus africaines, toutes ont concilié les rites religieux avec les compétitions physiques.

Dans la tradition chrétienne, la relation entre le sport et la foi fut plus hésitante. Quoique l'apôtre Paul se soit servi des métaphores sportives de son temps pour illustrer des réalités spirituelles, Tertullien de Carthage dans son traité *De spectaculis* a sévèrement critiqué les spectacles dans l'arène romaine de son époque²⁷. Quoique les moines de l'église médiévale aient incorporé les jeux récréatifs aux activités du dimanche et aient fourni l'espace pour les pratiquer²⁸, après la Réforme, le christianisme fut divisé dans sa position quant à la relation sport/spiritualité.

In political terms, the conflict was between reformist Protestants (Puritans) and conservative Anglicans and Catholics. England's first Stuart monarch, James I, virtually captained the latter team. When some Puritan magistrates issued prohibition against recreational activities on Sunday in the large northern county of Lancashire, James responded with a rousing *Declaration on Lawful Sports* (1617). He decreed that once the Sunday morning service of worship was finished, none of his subjects should be prevented from enjoying 'harmless recreation' such as dancing, archery, leaping, and vaulting²⁹.

²⁷ BAKER, William J., *Playing with God: Religion and modern sport*, Cambridge, MA, Harvard University Press, 2007, p. 11.

²⁸ *Ibid.*, pp. 13-14.

²⁹ *Ibid.*, p. 17.

Pour leur faire justice, il faut ajouter que les puritains ont réagi aux jeux populaires de leur temps, parce que ceux-ci étaient rehaussés de rites de fertilité préchrétienne³⁰.

Baker brosse le tableau d'une histoire occidentale qui a favorisé une relation symbiotique entre le sport et la religion dans le contexte américain contemporain. Un résumé de sa description suit, énonçant plusieurs facteurs pertinents.

D'abord, depuis la révolution industrielle et par conséquent, de la migration de la population rurale vers les centres urbains, les travailleurs et leurs familles se retrouvent avec un surcroît de temps et d'argent. Le sport devient l'un des loisirs conçus pour combler l'ennui associé avec cette liberté toute neuve³¹.

En second lieu, malgré les différentes idéologies théologiques existant dans le contexte américain au XIX^e siècle, le désir de perfection humaine, qu'elle soit accessible par l'effort humain pour un unitarien, ou par la grâce divine pour un postmillénariste, est apparenté dans l'éthique d'une idéologie ou de l'autre. L'importance attachée au bien-être moral, physique et spirituel de la population se retrouve autant dans le camp de la persuasion libérale que dans celui du conservateur³².

Troisièmement, en 1857, le terme « muscular Christianity » est inventé en Angleterre et devient associé avec Charles Kingsley³³. À cette époque, T.C. Sandars illustre l'homme idéal de Kingsley de la manière suivante :

His ideal is a man who fears God and can walk a thousand miles in a thousand hours – who ... breathes God's free air on God's rich earth, and at the same time can hit a woodcock, doctor a horse, and twist a poker around his finger³⁴.

Quatrièmement, dans la même année, également en Angleterre, un roman intitulé *Tom Brown's Schooldays*³⁵ renforce l'idée de l'homme idéal de Kingsley dans les universités britanniques. De plus, ce livre promulgue, à travers le caractère

³⁰ *Ibid.*, p. 16.

³¹ *Ibid.*, p. 23.

³² *Ibid.*, p. 29.

³³ Terme inventé par le critique littéraire T.C. Sandars dans son compte rendu du livre *Two years ago* de l'auteur anglais Charles Kingsley, *Ibid.*, p. 31.

³⁴ SANDARS, T.C., tiré de Baker, *Ibid.*, p. 32.

³⁵ *Tom Brown's schooldays* de Thomas Hughes, *Ibid.*

du maître de l'école, la nouvelle idée que la compétition sportive contribue à la santé physique et au sens moral de l'étudiant.

On the playing fields, boys acquired virtues that no prayers or books could provide ... not merely daring and endurance, but, better still, temper, self-restraint, fairness, honour, unenvious approbation of another's success, and all that 'give and take' of life which stand a man in good stead when he goes forth into the world³⁶...

Enfin, en Amérique, ces idées de la vertu du sport sont accueillies par les dirigeants moraux et sont adoptées dans ce nouveau contexte pour combattre les problèmes urbains de congestion, de mauvaise santé, et de l'effémination des hommes. Le mouvement de « muscular Christianity » répand l'idée que les garçons doivent viser le bien-être dans tous les domaines de la vie. Par exemple, d'une part les jeunes garçons ne doivent pas développer leur ambition littéraire au détriment de leur corps³⁷. D'autre part, le péché ne se définit plus seulement par l'effet du malin sur l'âme, mais aussi par l'effet de la maladie sur le corps. Le salut se trouve dans une meilleure alimentation, par un footing dans les bois ou par une séance d'entraînement dans le gymnase³⁸. *Mens sana in corpore sano* décrit l'humain dans l'ensemble de sa raison et de sa force physique³⁹.

Cette nouvelle manière de voir le sport, venant de l'Angleterre, n'exerce pas une influence seulement en Amérique. Elle accuse aussi un impact en France.

Un jeune aristocrate français, Pierre de Coubertin (né en 1863) découvre l'Angleterre. Selon Chappelet (1991), à travers ses voyages outre-Manche, de Coubertin associe la puissance britannique, en contraste avec les difficultés françaises, à la pratique du sport dans le système éducatif privé. Inspiré également par sa lecture du livre *Tom Brown's Schooldays*, il considère le sport comme essentiel à l'éducation morale des jeunes Français. Il dissémine ses idées par ses écrits et comme résultat, se voit confier la responsabilité d'animer un comité visant à promouvoir

³⁶ *Ibid.*

³⁷ *Ibid.*, p. 36.

³⁸ *Ibid.*, p. 37.

³⁹ HIGGS, Robert, J., *God in the stadium: Sports and religion in America*, Lexington, KY, University Press of Kentucky, 1995, p. 5.

l'exercice physique dans l'éducation française. En même temps, de Coubertin travaille à la restauration et à la reprise des jeux olympiques antiques.

De Coubertin, cité par Jantzen (1992), décrit sa perception du lien entre le sport et la spiritualité dans ces termes :

En ciselant son corps par l'exercice comme le fait un sculpteur d'une statue, l'athlète antique 'honorait les dieux'. En faisant de même, l'athlète moderne exalte sa patrie, sa race, son drapeau⁴⁰.

De Coubertin a voulu unifier le monde de son époque en mariant le sport moderne à une nouvelle religion qui inclura toutes les confessions : « musulmans et israélites, catholiques et protestants, animistes et marxistes-léninistes, maoïstes et taoïstes⁴¹. » Pour de Coubertin, le sport devient une religion.

Moltmann (1989) a décrit la perspective religieuse des Olympiades ressuscitées par de Coubertin dans ces mots :

Du fait que Coubertin ne prenait aux anciennes et aux nouvelles religions du monde que leurs rituels et leurs émotions, sans reprendre leurs dieux, c'est nécessairement le sport lui-même, les athlètes, les hommes, les peuples, et finalement l'humanité qui devaient devenir le contenu de la religion olympique moderne : Réjouis-toi au spectacle de l'humanité sans cesse renaissante⁴²!

4. SPORT MODERNE ET SPIRITUALITÉ : PERSPECTIVE CONTEMPORAINE

4.1. Sa relation symbiotique

Plus près de notre époque, Higgs (1995), écrivant dans le contexte américain, expose le lien entre le sport moderne et la religion. Quoique différant par leurs activités et leurs buts, ces deux éléments, selon Higgs, forment une relation de plus en plus symbiotique. Cette relation est renforcée dans les deux directions : la religion vers le sport et le sport vers la religion.

⁴⁰ JANZTEN, René, *Sport et sacré*, Talence, Presses universitaires de Bordeaux, 1992, p. 10.

⁴¹ *Ibid.*, p. 68.

⁴² MOLTSMANN, Jürgen, « Olympie entre la politique et la religion », *Concilium*, 225, 1989, p. 125.

Dans un premier temps, Higgs, citant Leavy, désigne comme exemple une coalition d'organisations chrétiennes sans but lucratif qui se spécialise dans les ministères orientés vers le monde du sport.

The International Sports Coalition, formed in 1986, is an umbrella group representing more than 50 ministries ... Coalition officials count more than 100 sport ministries worldwide and say they all haven't been identified yet⁴³.

Depuis la publication de cet article, cette Coalition ne cesse de grandir. Aujourd'hui, 20 ans plus tard, la Coalition vise à s'étendre à toutes les régions de ce monde à travers son plan stratégique.

A Strategic Regional Coalition (SRC) is the lifeblood of sports networking and training around the world, facilitating the strategic programs of the International Sports Coalition at a regional and mini-regional level. These areas are split into approximately 50 mini-coalitions for neighbouring countries/islands. Each mini-coalition (SRC) consists of a wide variety of partners and strategic program facilitators⁴⁴.

La relation religion/sport ne pointe pas vers une direction unique. Brossant un tableau de la dépendance du sport sur la religion, Higgs (1995) s'appuie sur la pensée du sociologue Harry Edwards (1973) qui, dans son livre *Sociology of Sport*, met en scène treize parallèles entre le sport moderne et la religion⁴⁵. Quelques-uns de ces points de contact sont les suivants : le sport a ses « saints » (héros et célébrités) du passé, ses « patriarches » (entraîneurs, gérants) qui encadrent le sport et les participants, ses « dieux » (superstars), ses « sanctuaires » (temples de la renommée), ses « lieux de culte » (aréna, stades) pour le rassemblement des fidèles, et ses « symboles de foi » (trophées, médailles)⁴⁶.

Malgré le fait que le sport ne soit pas une religion, lorsqu'il est décrit en ces termes, nous pouvons abonder dans le sens de Vaillancourt qui déclare qu'« on peut à

⁴³ LEAVY, Jane, « The Lord and the locker room », *Washington Post*, 28 juillet 1988, D1,8,10, tiré de HIGGS, R.J., *op. cit.*, p. 11.

⁴⁴ INTERNATIONAL SPORTS COALITION, *Strategic regional coalition*, tiré le 8 novembre 2007, de [http://www.sportsoutreach.org/src_page.htm], p. 1.

⁴⁵ EDWARDS, Harry, *Sociology of sport*, Homewood, IL, Dorsey, 1973, cité par HIGGS, R. J. *op. cit.*, p. 18.

⁴⁶ *Ibid.*

tout le moins admettre qu'il [le sport moderne] s'exprime concrètement et fonctionne selon des catégories religieuses⁴⁷. »

4.2. Affirmation de la relation sport/spiritualité

Plusieurs auteurs confirment la relation sport/spiritualité et écrivent sur les avantages que la spiritualité confère aux sportifs.

Kerrigan (1992) résume la théologie du sport et la vie chrétienne à partir des écrits et des homélies de Jean-Paul II. En parallèle avec la tradition du « Muscular christianity » du XIX^e siècle, l'ancien chef de l'Église catholique romaine décrit le sport comme étant utile au développement du caractère d'une personne. Le sport encourage le développement physique, la discipline personnelle, la maturité, un esprit communautaire et le bien-être psychologique.

Saint Sing (2004), ancienne athlète et entraîneuse de l'équipe américaine mondiale d'aviron, écrit sur la relation entre la spiritualité et le sport dans une perspective tout à fait différente, en se basant sur la spiritualité de François d'Assise. Pour elle, le lien entre ces deux domaines est expérimenté par le sportif au moment d'une compétition, alors que les ressources physiques du sportif sont épuisées. Le corps du sportif, par l'entremise de son âme, cherche sa force dans l'énergie de l'Autre (Dieu selon Saint Sing), inscrite à l'intérieur de l'être humain⁴⁸. C'est grâce à de tels moments qu'existe l'expérience spirituelle du sport : quand « le corps rencontre l'âme⁴⁹. » L'énergie de l'âme déborde des limites du corps humain pour accomplir des exploits surhumains⁵⁰. En d'autres termes, l'effort humain est honoré par Dieu⁵¹.

Le sportif doit apprendre à exploiter la force provenant d'un équilibre entre son esprit, son âme et son corps. Cet équilibre assure au sportif d'y trouver de la joie et de persévérer dans les épreuves sportives et non sportives de la vie. Quoique ces ressources spirituelles soient communes à tous, il existe des différences profondes entre les sportifs qui trouvent cette « unité du corps et de l'âme » et ceux qui ne la

⁴⁷ VAILLANCOURT, L., p. 8.

⁴⁸ SAINT SING, S., *op. cit.*, pp. 24 -25.

⁴⁹ *Ibid.*, p. 23.

⁵⁰ *Ibid.*, p. 81.

⁵¹ *Ibid.*, p. 29.

trouvent pas. D'une part, « l'unité du corps et de l'âme » se distingue d'une expérience euphorique ou *high* de la compétition qui est purement physiologique⁵². D'autre part, cette unité se distingue par son potentiel de faire de l'athlète un *champion* plutôt qu'un *profiteur* (*jock*). Selon Saint Sing, le *champion* reconnaît les dons qu'il a reçus et les responsabilités qui s'ensuivent envers les autres. Le *profiteur* par contre demeure arrogant et pense seulement à lui-même⁵³.

Vaillancourt observe qu'en ce qui a trait à la spiritualité, le sport est associé de plus en plus à un lieu où vivre une expérience de transcendance, plutôt qu'un lieu préparatoire où développer des vertus en vue d'une vie spirituelle. En citant comme référence le prêtre catholique Thomas Ryan (1986), auteur de *Wellness, Spirituality and Sports*, il décrit l'expérience spirituelle de nombreux sportifs comme « une sorte d'extase, l'accès à une plénitude hors d'atteinte, un sentiment de puissance inaccessible dans la banalité du quotidien⁵⁴. » Ces expériences trouvent leur parallèle dans les vies des mystiques qui, à travers d'autres circonstances, ont aussi été plongés dans de longues périodes d'inconfort, dans des états physiques et mentaux souvent extrêmes. Paradoxalement, Vaillancourt soutient que le sport, qui est profondément physique, peut mener son participant à traverser une ligne d'arrivée qui s'ouvre à une réalité se situant au delà du physique⁵⁵.

4.3. Négation de la relation sport/spiritualité

Malgré le fait que ces auteurs évoquent la relation étroite entre le sport et la spiritualité, d'autres auteurs contemporains questionnent la validité de cette interprétation. Crust (2006) est d'opinion que la dimension spirituelle du sport trouve son explication dans les mécanismes cognitifs, behavioristes et physiologiques de l'être humain⁵⁶. Il voit dans l'association sport/spiritualité une interprétation réductionniste qui, selon Richard Dawkins (2005, May 21) attribue à Dieu les mystères qui ne sont pas encore expliqués par la science contemporaine⁵⁷. De plus,

⁵² *Ibid.*, p. 24.

⁵³ *Ibid.*, pp. 68-69.

⁵⁴ VAILLANCOURT, L., *op. cit.*, p. 9.

⁵⁵ *Ibid.*, p. 12.

⁵⁶ CRUST, L., *op. cit.*, p. 3.

⁵⁷ *Ibid.*, p. 4.

pour Crust, l'intégration de la spiritualité dans les consultations des intervenants de la psychologie du sport constitue un pas en arrière qui peut saper la crédibilité de cette discipline scientifique en pleine croissance⁵⁸.

Afin de dissocier le sport de la spiritualité, il pose les arguments suivants. Premièrement, les croyances gouvernent la perception, l'émotion et l'interprétation humaines. Ces facteurs influent sur les attentes des athlètes qui en conséquence, conditionnent la performance sportive. Deuxièmement, l'accent sur l'aspect qualitatif de la recherche, au détriment de l'aspect empirique, accorde jusqu'à maintenant trop d'importance au témoignage des sportifs et à leur interprétation subjective des expériences vécues⁵⁹. Troisièmement, la recherche à ce jour dans le domaine du rapprochement entre le sport et la spiritualité se fonde, selon Crust, sur une sélection partielle de candidats. Plusieurs autres sportifs ont conquis l'adversité sans rapport à la spiritualité ni à l'aide surnaturelle⁶⁰. Quatrièmement, bien que les expériences vécues par les athlètes de différents paradigmes (théiste, naturaliste, humaniste) puissent être identiques, elles sont décrites soit par les termes du champ d'étude spirituel ou psychologique⁶¹. Enfin, au lieu d'invoquer une aide qui soit extérieure à soi-même, sous la forme d'une foi en une puissance ou un être suprême, la psychologie du sport démontre que le sportif maximise son effort en puisant ses ressources à l'intérieur de lui-même⁶².

5. CONCLUSION

À notre avis, le sommet du palmarès des citations exprimant la relation sport/spiritualité revient peut-être à Baker. « Pour toutes leurs différences, la religion comme le sport semblent avoir été créés à l'image l'un de l'autre. Les deux baignent dans le mythe soutenu par le rite; les deux récompensent la foi et la patience; les deux fleurissent de la passion tempérée par la discipline⁶³. »

⁵⁸ *Ibid.*, p. 3.

⁵⁹ *Ibid.*, p. 8.

⁶⁰ *Ibid.*, p. 9.

⁶¹ *Ibid.*, p. 11.

⁶² *Ibid.*, p. 12.

⁶³ BAKER, William J., *op. cit.*, p. 2.

Dans ce chapitre, nous avons observé la relation sport/spiritualité sous plusieurs facettes : le sport comme lieu *de mission* (évangélisation), lieu *de préparation* (morale, éthique, physique), lieu *d'expérience* (une réalité au-delà du physique), et lieu *de subversion* (en renversant les avancements crédités à la psychologie contemporaine). Aucune de ces perspectives n'est neutre. Chacune est associée à un paradigme particulier.

Avec le lien introduit entre le sport et la spiritualité, cette étude vise précisément le rôle du *plaisir* dans la *motivation* en ce qui concerne ces deux champs d'expérience humaine.

Le sport moderne est un domaine ludique de l'action humaine où la motivation à l'entraînement physique est liée à une amélioration de la performance de l'athlète. Tandis que le sport moderne est ludique il apporte un plaisir aux participants. La psychologie du sport est un champ d'étude qui s'intéresse aussi au lien existant entre le plaisir, la motivation et la performance humaine. Cox (2005) faisant référence à une théorie de la psychologie du sport propose que si l'engagement d'un athlète est imprégné de plaisir, il pratiquera le sport avec enthousiasme⁶⁴.

Le plaisir et la joie sont des émotions issues du spectre des diverses expériences humaines. Par conséquent, le lien plaisir/motivation/action semble converger dans le sport moderne et la spiritualité.

La familiarité avec un sujet pourrait cacher des nuances importantes à un intervenant. L'examen d'un autre champ d'étude pourrait élucider les points encore dissimulés dans l'ombre de l'habitude.

Cette recherche propose de discerner les convergences acceptables à une perspective évangélique entre le lien plaisir/motivation/action dans ces deux domaines. Si de tels rapprochements existent, elle tente de proposer des suggestions pour aider un intervenant évangélique à conseiller soit un croyant dans sa quête spirituelle, soit un athlète dans sa performance sportive.

⁶⁴ COX, Richard H., *Psychologie du sport*, Bruxelles : De Boeck, 2005, p. 324.

La quête spirituelle vise un but qui est décrit par Breton dans les termes suivants : « ...le but de la vie spirituelle est de permettre l'identification progressive du pôle unificateur de sa vie et de favoriser le rapprochement le plus adéquat de toutes les composantes de sa vie autour de ce pôle⁶⁵. »

Le plaisir joue-t-il un rôle qui permette à toutes les composantes de la vie d'un croyant d'être identifiées progressivement autour de ce pôle unificateur?

Pour le croyant chrétien évangélique ce pôle unificateur est la personne de Jésus-Christ.

Le plaisir joue-t-il un rôle qui permette au sportif d'être motivé à parvenir à son plein potentiel, mesuré par sa performance?

La réflexion dans l'un de ces deux domaines peut-elle éclairer le rôle de l'autre?

Notre démarche nous a menés dans un lieu où nous pouvions chausser nos patins pour commencer l'entraînement. Le départ se prépare pour patiner, dans les chapitres 2 à 4, sur le lac gelé de la psychologie contemporaine couvrant la surface restreinte de l'affect du plaisir et de la motivation humaine.

⁶⁵ BRETON, Jean-Claude, *op. cit.*, p. 46.

CHAPITRE 2 : PLAISIR ET ÉMOTION : PERSPECTIVE PSYCHOLOGIQUE CONTEMPORAINE

1. INTRODUCTION

Dans la vie quotidienne, une personne expérimente la plupart du temps le plaisir et la motivation sans jamais se soucier des conditions de l'activité qui consiste à interpréter ces phénomènes, ni leurs implications.

Par exemple, un hockeyeur, motivé à jouer un match, expérimente un sens du plaisir pendant cette activité exigeante. Alors que ses capacités tactiques, musculaires et cardio-vasculaires sont sollicitées pendant trois périodes de 20 minutes, au signal de fin de match, il devient conscient d'un autre de ses besoins corporels. Il expérimente une excitation corporelle qui provient de son estomac. Il ressent un nouvel état de tension qui règne dans son corps et il l'interprète comme étant la faim. Poussé à combler cette nouvelle sensation, il n'a plus envie de retourner sur la glace pour jouer un autre match. Son désir du plaisir qui accompagne un repas prend plutôt le dessus sur son plaisir de continuer à jouer. Sans trop de réflexion, sa motivation est dirigée vers une autre activité humaine : celle de se nourrir.

Quel lien existe-t-il entre le plaisir et la motivation décrits par cette illustration tirée du domaine du sport? Les deux prochains chapitres considéreront quelques concepts fondamentaux de la « patinoire » que constitue la psychologie contemporaine, avant de nous engager au chapitre suivant, dans la psychologie du sport.

Ce chapitre vise à donner au lecteur une brève définition du plaisir selon la société occidentale. Par la suite, nous présenterons différentes théories de l'émotion afin de situer notre problématique dans son contexte psychologique. Chaque théorie vise une meilleure compréhension de la complexité des émotions humaines. Finalement, une appréciation de ces théories sera proposée selon une perspective chrétienne évangélique.

2. PLAISIR

2.1. Idée du plaisir dans la société contemporaine

Pour Baker (2007), dans le contexte urbain occidental, la quête du plaisir est évidente et n'a pas changé depuis plusieurs siècles. Pour les masses culturelles, le plaisir semble être une chose qu'il faille acheter. Baker observe le lien hédoniste entre le corps et la consommation économique⁶⁶, qui réside autant dans les centres urbains contemporains que dans les villages puritains du XVIII^e siècle de la Nouvelle-Angleterre. Dans les deux cas, les commerçants ont su maîtriser l'art de faire de l'argent en se basant sur la soif humaine de plaisir⁶⁷.

Schmuck et Sheldon (2001), chercheurs dans le domaine du bien-être humain, critiquent cette tendance populaire vers l'hédonisme. Selon ces auteurs, les masses culturelles contemporaines jouissent d'une plus grande liberté, quant à la recherche du bonheur, qu'à toute autre époque de l'histoire humaine. Malgré le libre accès à l'éducation et l'affranchissement à l'égard d'une contrainte morale étouffante, les masses en dépit de toutes ces opportunités d'atteindre le bonheur, se dirigent dans une mauvaise direction. Schmuck et Sheldon rejettent les suppositions populaires que le bonheur se trouve dans les richesses matérielles qui contribueraient à maximiser le plaisir tout en minimisant l'effort⁶⁸.

Rutsky et Wyatt (1990) adoptent une perspective tout à fait différente par rapport au plaisir populaire. Ils constatent également que les plaisirs amusants sont étroitement associés aux masses culturelles américaines. De plus, la culture américaine de masses est exportée autour du monde par l'intermédiaire des films américains. Ces films, considérés comme amusants (*fun*), ridiculisent cependant ceux qui sont en position d'autorité. En conséquence, selon Rutsky et Wyatt, ce plaisir divertissant, qu'il s'agisse du cinéma ou encore de l'humour américain, intervient

⁶⁶ « Emploi d'un bien ou d'un service à la satisfaction d'un besoin, impliquant la destruction de ce bien ou de ce service. » tiré du *Grand dictionnaire terminologique*, de l'Office québécois de la langue française, consulté le 14 mars 2008 sur [\[http://w3.granddictionnaire.com/btml/fra/r_motclef/index1024_1.asp\]](http://w3.granddictionnaire.com/btml/fra/r_motclef/index1024_1.asp).

⁶⁷ BAKER, William J., *op. cit.*, p. 19.

⁶⁸ SCHMUCK, Peter et Kennon M. SHELDON, « Life goals and well-being: To the frontiers of life goal research », tiré de *Life goals and well-being: Towards a positive psychology of human striving*, Toronto, Hogrefe & Huber Publishers, 2001, p. 2.

pour niveler les classes sociales et faire avancer les valeurs démocratiques ailleurs dans le monde⁶⁹.

Afin de nous aider à déceler les différences qui subsistent à l'intérieur même du phénomène du plaisir, Rutsky et Wyatt établissent une distinction entre le plaisir sérieux et celui qui est non sérieux ou amusant. Dans les plaisirs sérieux, une personne trouve son contentement soit de manière autoritaire et rationnelle, en excluant ou abaissant un autre⁷⁰, ou en s'abandonnant d'une manière radicale au contrôle d'une autre force plus grande qu'elle⁷¹. Le plaisir non sérieux et amusant n'est pas opposé au sérieux, mais il est capable de rire de lui-même quand il devient trop sérieux⁷².

Davidson (1999) fait une distinction entre les émotions positives, comme celle du plaisir généré lorsqu'un organisme approche de son but, et celles que comporte la joie ou la satisfaction qui constitue le résultat obtenu lorsque ce même organisme a atteint son but. En ce sens, le plaisir est compris comme une émotion antérieure à l'appétitif, et la joie, ultérieure⁷³.

Enfin, Solomon (2000) note que toute émotion poursuit un objet, une personne ou un événement⁷⁴. D'une manière déductive, le plaisir aussi doit posséder un objet dont la personne retire du plaisir.

Pour comprendre le plaisir, soit dans le contexte des masses occidentales ou au sens pragmatique des activités quotidiennes, le point de départ consiste à notre avis à réaliser qu'il s'agit d'une émotion humaine. Pour nous faire progresser dans la compréhension du plaisir nous proposerons, dans la section qui suit, d'abord une bref historique des débats pertinents dans l'étude de l'émotion, une définition scientifique de l'émotion et enfin, différentes théories contemporaines de l'émotion.

⁶⁹ RUTSKY, R.L. et Justin WYATT, « Serious pleasures: Cinematic pleasure and the notion of fun », *Cinema Journal* 30, No,1, Fall 1990, p. 15.

⁷⁰ *Ibid.*, p. 6.

⁷¹ *Ibid.*, p. 9.

⁷² *Ibid.*, p. 10.

⁷³ DAVIDSON, Richard J., « Neuropsychological perspectives on affective styles and their cognitive consequences », tiré de *Handbook of cognition and emotion*, T. Dalgleish and M. Power (Eds), Chichester, England, John Wiley & Sons, 1999, p. 107.

⁷⁴ SOLOMON, Robert C., « The philosophy of emotions », tiré de *Handbook of emotions*, M. Lewis, & J. M. Haviland-Jones (Eds.), 2nd ed., New York, Guilford Press, 2000, p. 12.

3. ÉMOTION

3.1. Influence historique de l'étude des émotions

Pour bien nous situer dans les débats entre les théories contemporaines de l'émotion, nous citerons Scherer (2000), pour démontrer comment quelques personnes clés dans l'histoire ont exercé une influence déterminante pour une compréhension contemporaine de l'émotion : Platon, Descartes, Darwin et James⁷⁵.

Platon (427-358 av. J.-C) a proposé de distinguer entre la connaissance, l'émotion et la motivation. Puisqu'elle polarise la raison pure contre l'expression des émotions, la vision platonicienne de l'émotion est fort négative : les passions doivent être maîtrisées pour trouver la paix de l'âme. De nos jours l'interaction entre l'émotion et la connaissance demeure un débat. D'une part, il existe des modèles qui prônent la séparation entre les deux. Par exemple, le modèle de Schachter (1970) propose que la connaissance identifie l'émotion à partir d'une analyse de l'activation physiologique produite par le déclenchement de cette émotion. D'autre part, il existe d'autres modèles qui adoptent une perspective plus holistique de la relation émotion/connaissance. Dans ces modèles, le débat se concentre sur la prédominance d'un processus sur l'autre. Pour Izard et Ackerman (2000), c'est l'émotion qui suscite la connaissance⁷⁶ et l'aide dans le domaine de la mémoire ou de la créativité⁷⁷. Pour Fijda, c'est l'évaluation cognitive d'un stimulus qui déclenche le processus émotionnel⁷⁸.

Descartes (1596-1650) a proposé la séparation entre l'âme et le corps. Luminet (2002) résume ce concept cartésien de la manière suivante : « L'âme et le corps constituent deux entités séparées qui entretiennent peu de relations entre elles en vue de l'émergence des émotions⁷⁹. » De nos jours, le débat persiste quant à l'interaction entre l'âme et le corps. D'une part, avec les schématismes

⁷⁵ SCHERER, K. R., « Psychological models of emotion », tiré de J. C. Borod (Ed.), *The neuropsychology of emotion*, New York, Oxford University Press, 2000, pp. 142-143.

⁷⁶ *Ibid.*, p. 156.

⁷⁷ IZARD Carroll E., et B. P. ACKERMAN, « Motivational, organizational, and regulatory functions of discrete emotions », tiré de M. Lewis & J. M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (2nd ed), New York, Guilford Press, 2000, p. 256.

⁷⁸ LUMINET, Olivier., *Psychologie des émotions : confrontation et évitement*, Bruxelles, De Boeck Université, 2002, p. 28.

⁷⁹ *Ibid.*, p. 19.

physiologiques et nerveux associés aux émotions, certains modèles proposent une source biologique des émotions humaines⁸⁰. D'autre part selon Lewis (2000), des chercheurs ont observé des expériences émotives d'ordre sexuel parmi des paraplégiques ne recevant plus de messages nerveux au-dessous de la ceinture⁸¹.

Charles Darwin (1809-1882), à travers son observation systématique des individus dans huit pays, a avancé qu'il existe une uniformité dans les expressions faciales des émotions. De nos jours un débat oppose souvent les tenants d'une approche universelle de l'émotion et ceux qui privilégient une approche différenciée. L'approche universelle favorise l'influence unique de la psychobiologie des émotions où les états émotionnels se retrouvent de manière identique à travers les sociétés humaines. L'approche différenciée favorise l'influence des facteurs socioculturels qui ont pour résultat une variation du ressenti et de l'expression des émotions entre les cultures⁸².

William James (1842-1910) a proposé qu'à partir d'une activation corporelle, l'individu ressent l'émergence de sentiments subjectifs. Luminet décrit les étapes chronologiques de ce modèle : « Face à une situation incertaine, nous ressentons tout d'abord une activation corporelle. C'est la perception de cette activité qui, à son tour, contribue à l'émergence de sentiments subjectifs. » Ce modèle d'émotion fut réfuté plus tard par W.B. Cannon⁸³. James s'est servi du terme « émotion » en abordant une seule des composantes de ce phénomène, le sentiment subjectif. James nous amène à réaliser que plusieurs problèmes concernant les contradictions entre les modèles de l'émotion, antérieurs ou contemporains, découlent du problème de la définition de l'émotion.

3.2. Définition de l'émotion

Souvent, les termes « émotion » et « sentiment » sont considérés, à tort, comme des synonymes. D'une part, « émotion » selon Luminet, correspond à des « [r]éponses extrêmement rapides de l'organisme suite à certaines circonstances

⁸⁰ DAVIDSON, Richard J., *op. cit.*, p. 11.

⁸¹ LEWIS, Michael, « The emergence of human emotions », tiré de *Handbook of emotions*, M. Lewis, J.-M. Haviland-Jones (Ed.), 2nd ed., New York, Guilford Press, 2000, p. 273.

⁸² SCHERER, K. R., *op. cit.*, p. 143.

⁸³ LUMINET, O., *op.cit.*, p. 25.

[habituelles ou] inhabituelles de l'environnement qui se caractérisent par un ensemble de réponses *physiologiques*, *comportementales-expressives* et *cognitives-expérientielles* concomitantes⁸⁴ ». D'autre part, « sentiment » est le « [t]erme qui fait spécifiquement référence à la composante *cognitive-expérientielle* de l'émotion⁸⁵ ». C'est-à-dire ce que la personne ressent du côté subjectif et ce qu'elle désignera comme son état affectif à ce moment.

Ce problème de définition des termes n'existe pas seulement dans le domaine de la psychologie.

Le plaisir selon Abel (2003) est un sentiment agréable qui accompagne une sensation ou une action dans la satisfaction d'un besoin. Sa variabilité montre qu'il tient à la rencontre entre une expérience physique (la gratification d'un ou de plusieurs des cinq sens) et une expérience de liberté (satisfaction non physique ou spirituelle). Le sentiment du plaisir nécessite quatre éléments : le premier, un appétit pour le plaisir; le deuxième, quelque chose d'attirant pour satisfaire ce plaisir; le troisième, l'union de l'appétit et de l'objet; le quatrième, la perception agréable de cette union⁸⁶.

Selon la définition de l'émotion donnée par Luminet, Abel touche seulement la composante *cognitive-expérientielle* du plaisir, soit le côté subjectif du sentiment. L'émotion du plaisir d'une perspective psychologique inclut aussi les composantes *physiologique* et *comportementale-expressive*.

À partir de cette définition psychologique de trois composantes de l'émotion, il faut aussi distinguer l'« émotion » de l'« humeur ». L'émotion est la réponse coordonnée rapide (quelques secondes à quelques minutes) de ces trois éléments mentionnés ci-dessus devant un événement interne ou externe de signifiante majeure pour l'organisme. Tandis que l'humeur est un état qui « se met en place plus lentement, mais elle apparaît de manière plus fréquente et plus durable (entre

⁸⁴ *Ibid.*, p. 110.

⁸⁵ *Ibid.*, p. 214.

⁸⁶ ABEL, Olivier, « Plaisir : Esthétique, morale, psychologie », tiré de (dir.) M. Blay, *Grand dictionnaire de la philosophie*, Paris, Larousse, 2003, p. 819.

quelques heures et quelques jours) et est ressentie de manière plus diffuse⁸⁷ ». Elle est en permanence présente en arrière-fond de notre fonctionnement cognitif et module les processus cognitifs. Par exemple, un état d'humeur positif aidera une personne à fournir plus de réponses créatives face à un problème⁸⁸.

À partir de ces exemples, nous constatons l'importance de prendre en considération les termes utilisés pour les émotions ou les différents aspects du phénomène du plaisir. Selon Scherer un certain terme ou groupe de termes peuvent être favorisés dans une théorie de l'émotion et un autre groupe de termes, dans une autre théorie⁸⁹. Il est donc fort possible que différentes théories visent différents éléments du processus émotif. Pour cette raison, nous passerons en revue quelques théories contemporaines de l'émotion humaine, avant de proposer une vue d'ensemble de la dimension affective de l'humain.

3.3. Les principales théories de l'émotion et du plaisir

Au cours des dernières décennies, les chercheurs ont invoqué plusieurs théories pour arriver à une meilleure compréhension de l'émotion. Le bref aperçu qui suit, venant de Scherer, brosse un tableau des ces théories contemporaines. Il nous place au-dessus d'une conception vulgarisée du plaisir et nous prépare à mieux évaluer le rôle du plaisir dans le sport moderne et la spiritualité.

La diversité parmi les théories contemporaines pour conceptualiser les émotions humaines tourne autour de deux facteurs : le nombre d'émotions expliquées par la théorie et les principes évoqués pour expliquer les différences entre ces émotions⁹⁰. Se servant de ces deux facteurs, Scherer catégorise ces théories en quatre modèles : les modèles dimensionnels, les modèles discrets, les modèles orientés autour de la signification et les modèles cognitifs.

3.3.1. Les modèles dimensionnels

La première catégorie discutée par Scherer, les modèles dimensionnels, est elle-même subdivisée en trois sous-catégories : les modèles unidimensionnels,

⁸⁷ LUMINET, O., *op. cit.*, p. 211.

⁸⁸ *Ibid.*, p. 36.

⁸⁹ SCHERER, K. R., *op. cit.*, p. 150.

⁹⁰ *Ibid.*, p. 145.

bidimensionnels et multidimensionnels. Ce qui relie tous ces modèles, selon Scherer, est leur convergence vers l'expérience subjective de l'émotion⁹¹ ou la composante *cognitive-expérientielle* selon Luminet. Dans cette catégorie, toutes les émotions se ressemblent et elles sont réduites à n'être que de simples choses : elles produisent un ou plusieurs effets chez la personne, en fonction du nombre de dimensions évoquées par la théorie.

Dans les théories unidimensionnelles, les émotions se réunissent soit autour de la dimension de l'activation de l'individu ou de la valence. À l'intérieur d'une dimension jointe par l'activation, il existe un *continuum* entre les émotions de haute activation/excitation et de basse activation/repos. À l'intérieur d'une dimension unie par la valence, se rencontrent des émotions agréables et désagréables expérimentées par l'individu, et toutes les nuances possibles entre les extrêmes. Les théories bidimensionnelles ajoutent la combinaison des dimensions d'activation et de valence. La théorie multidimensionnelle ajoute une troisième dimension de base : attention/relaxation.

Dans ces théories, le plaisir devient souvent un critère pour évaluer tout autre effet émotif. Suivant le critère du plaisir, une distinction est établie entre les émotions qui comportent du plaisir chez l'individu de celles étant désagréables à l'individu.

Par exemple, en s'appuyant sur la recherche sur les animaux et sur la théorisation des processus humains de l'émotion, Richard J. Davidson suggère les deux dimensions de l'approche et du retrait⁹². Le système de l'approche, associé avec le cortex préfrontal gauche, facilite les comportements appétitifs et génère, si activé, des sentiments positifs reliés à l'approche d'un but : intérêt, enthousiasme et fierté⁹³. Si la dimension de l'approche n'est pas intense, le sentiment d'apathie ou de dépression est expérimenté⁹⁴. Le système de retrait, associé au cortex préfrontal droit, facilite le retrait de l'organisme des sources de stimulation menaçantes. Si activé, il

⁹¹ *Ibid.*, p. 151.

⁹² DAVIDSON, Richard J., *op. cit.*, p. 106.

⁹³ *Ibid.*, p. 107.

⁹⁴ DAVIDSON, Richard J., et W, IRWIN, « The functional neuroanatomy of emotion and affective style », tiré de *Trends in cognitive sciences*, 1999 3(1), p. 13.

génère certaines formes d'émotions négatives : peur et dégoût⁹⁵. Si la dimension du retrait n'est pas intense, le sentiment du calme est expérimenté. L'intégration de ces deux dimensions n'est pas encore comprise⁹⁶. Ces deux dimensions peuvent être soit intégrées⁹⁷, soit orthogonales⁹⁸. Pour appuyer son approche, Davidson propose deux circuits dans le système cérébral humain qui seraient à la base de différentes formes de motivation et d'émotion. En mesurant l'activation des différentes composantes du cortex préfrontal par le processus d'image neurale d'une caméra tomographique à positron et de l'imagerie par résonance magnétique (IRM), il cherche à appuyer son hypothèse avec les données empiriques de la neuroscience⁹⁹.

3.3.2. Les modèles à émotions discrètes

La deuxième catégorie de théories de l'émotion examinée par Scherer s'intitule les modèles à émotions discrètes ou des émotions fondamentales¹⁰⁰. Ces modèles s'opposent à ceux des modèles dimensionnels au sens où les émotions ne sont pas réduites à des caractéristiques simples autour d'une ou plusieurs dimensions. Au contraire, il existe des émotions de base, présentes de manière universelle chez l'humain. Chaque émotion fondamentale a ses propres caractéristiques et sa propre fonction. Pour les modèles à émotions discrètes, les fonctions des émotions peuvent être catégorisées pour former les grandes familles d'émotions¹⁰¹.

Izard et Ackerman (2000) désignent plusieurs émotions et leurs avantages adaptatifs dans le processus évolutif. Au sujet du bonheur et de la joie, nous présentons un résumé de leurs pensées : malgré que la joie se distingue du plaisir sensuel, elle est souvent le fruit de ce plaisir. Les sources du bonheur et de la joie sont à trouver dans les interactions sociales, le jeu et la satisfaction dans la réalisation d'objectifs. La joie est vécue comme un sentiment plaisant, agréable, positif et gratifiant. Elle inclut une impression de confort psychologique et de bien-être. Elle

⁹⁵ DAVIDSON, Richard J., et W, IRWIN., *op. cit.*, p. 108.

⁹⁶ *Ibid.*, p. 108.

⁹⁷ *Ibid.*, p. 109.

⁹⁸ Un étudiant qui voyage à l'extérieur de son pays pour la première fois vit les expériences orthogonales de l'intérêt et de la peur en même temps. IZARD, Carroll E., et B.P. ACKERMAN, *op. cit.*, p. 257.

⁹⁹ DAVIDSON, Richard J., et W, IRWIN., *op. cit.*, p. 11.

¹⁰⁰ SCHERER, K. R., *op. cit.*, pp. 146 à 148.

¹⁰¹ *Ibid.*, p. 148.

favorise également la récupération de l'esprit et du corps après des états de stress mental ou physique¹⁰².

3.3.3. Les modèles orientés autour de la signification

La troisième catégorie de théories de l'émotion approfondie par Scherer se nomme les modèles orientés autour de la signification. Les auteurs qui souscrivent à ces modèles opposent une compréhension universaliste de l'émotion où il existe un ensemble d'émotions de base, présentes de manière universelle¹⁰³. Ils font voir un point de vue culturel de l'émotion et partent de la présupposition que l'étude du langage humain aidera les chercheurs à trouver une structure sous-jacente au phénomène de l'émotion humaine¹⁰⁴. Cette approche se réfère aux étiquettes verbales attribuées à des états émotionnels.

Scherer fait référence à Averill, un chercheur qui a développé un modèle à partir de cette approche. Il perçoit les réponses physiologiques et comportementales-expressives de l'humain par rapport à son état émotionnel secondaires au sens de l'émotion dans son contexte socioculturel¹⁰⁵. Par exemple, une société peut avoir un état émotionnel qui est unique à sa culture : comme une tribu *chasseuse de têtes* aux Philippines. Une émotion qui s'appelle « liget » exprime le caractère grisant et exaltant du moment où une tête appartenant à une autre tribu est tranchée¹⁰⁶.

Cette troisième catégorie à classer les théories de l'émotion nous mène sur une piste démontrant que les règles sociales d'une culture jouent aussi un rôle dans le processus émotif de l'être humain.

3.3.4. Les modèles cognitifs

La dernière catégorie de théories de l'émotion abordée par Scherer s'appelle les modèles composants ou cognitifs¹⁰⁷. Partisan lui-même de cette catégorie de théories, il a observé qu'une situation émotionnelle identique peut susciter différents comportements expressifs et étiquettes verbales non seulement entre divers individus,

¹⁰² IZARD, Carroll E., et B.P. ACKERMAN, *op. cit.*, p. 258.

¹⁰³ LUMINET, O., *op. cit.*, p. 31.

¹⁰⁴ SCHERER, K. R., *op. cit.*, p. 148.

¹⁰⁵ *Ibid.*, p. 149.

¹⁰⁶ LUMINET, O., *op. cit.*, p. 32.

¹⁰⁷ SCHERER, K. R., *op. cit.*, p. 149.

mais aussi chez un même individu qui vit deux fois la même situation¹⁰⁸. Dans une approche cognitive, il existe deux processus essentiels : une évaluation cognitive et une régulation émotionnelle.

D'une part, Luminet, à partir de plusieurs auteurs, note un ensemble de jugements posés par un individu dans le déclenchement et l'évolution de son expérience émotive : 1) l'importance/insignifiance de l'événement pour l'individu; 2) le plaisir/déplaisir éprouvé par l'individu; 3) le degré de maîtrise de l'individu dans la situation; 4) sa pertinence/inadéquation pour l'individu; 5) les ressources personnelles disponibles pour faire face à la situation; 6) la compatibilité de la situation avec les buts et 7) avec les normes de l'individu et de la société¹⁰⁹.

D'autre part, Gross (1998) développe le processus de la régulation émotionnelle. Pour cet auteur, la régulation émotionnelle est le processus par lequel les individus influencent les émotions qu'ils éprouvent, le moment où elles se produisent et la manière dont ils vivent et expriment ces émotions. Ces processus peuvent être automatiques ou contrôlés, conscients ou inconscients, et intervenir à un ou plusieurs moments du processus de génération des émotions¹¹⁰.

3.3.5. Un résumé des modèles

À partir des théories mentionnées ci-dessus, nous constatons que la complexité de la dimension affective chez l'humain nous dépasse. Cependant, pour faire progresser notre compréhension de l'émotion, il semble nécessaire de proposer une vue d'ensemble de ces théories d'une façon simple : à partir d'une métaphore du climat et à partir de graphiques.

D'abord, la métaphore du climat devient utile pour distinguer les différents termes utilisés par les chercheurs pour parler de l'émotion. Le terme *climat* fait référence à l'ensemble des circonstances atmosphériques et météorologiques propres à une région du globe et se distingue de la topographie ou de la biologie de cette région, tout en exerçant une influence sur ses dernières. L'*affect* est le terme collectif

¹⁰⁸ LUMINET, O., *op. cit.*, p. 33.

¹⁰⁹ *Ibid.*, pp. 28 et 34.

¹¹⁰ GROSS, J. J., « The emerging field of emotion regulation: An integrative review », tiré de *Review of General Psychology*, Vol. 2, 1998, p. 275.

qui englobe tous les autres concepts de l'émotion et se distingue des dimensions physiologique, cognitive et volitive de l'humain, tout en exerçant une influence sur celles-ci¹¹¹. Comme des régions climatiques se distinguent par les caractéristiques de la température (froid/chaleur) et de l'humidité (humidité/sécheresse) l'*affect*, suivant les modèles dimensionnels, varie selon les deux dimensions de valence (plaisir/déplaisir) et d'activation (intérêt/repos). À l'intérieur d'une région climatique donnée, il existe des *saisons* de l'année caractérisées par un climat relativement constant. De la même manière, l'*humeur* fait référence aux états d'affect humain qui s'installe plus lentement, mais est plus durable. Les saisons se caractérisent par les *systèmes météorologiques* où les phénomènes atmosphériques sont en interaction complexe et fournissent le contexte climatique aux *conditions météorologiques*. Tandis que les phénomènes atmosphériques sont distincts, l'interaction entre ces phénomènes produit des *conditions météorologiques* momentanées qui fluctuent quotidiennement ou à l'intérieur d'une journée : ensoleillement, nuages, tempête. Parallèlement, dans la dimension affective chez l'humain, suivant les modèles à émotions discrètes, l'*épisode émotionnel* fait référence au contexte du phénomène de l'émotion et son déroulement ou complot : l'événement ou l'instigateur qui a déclenché l'émotion, le contexte social, les effets ainsi que l'émotion.¹¹² L'*émotion* même, comme les *conditions météorologiques*, fait référence au phénomène affectif de courte durée (quelques minutes) incluant trois composantes : *physiologique*, *comportementale-expressive* et *cognitive-expérientielle*¹¹³.

Deuxièmement, fondée sur les constituants d'un style affectif proposés par Davidson,¹¹⁴ une série de graphiques est présentée pour éclairer la conceptualisation de l'émotion.

La Figure 1 décrit la réaction fictive d'une personne pendant le processus d'un épisode émotionnel. Une personne demeurant à un niveau d'humeur constant trouve une réponse émotionnelle déclenchée chez elle lorsque l'intensité d'un stimulus dépasse son coefficient d'activation.

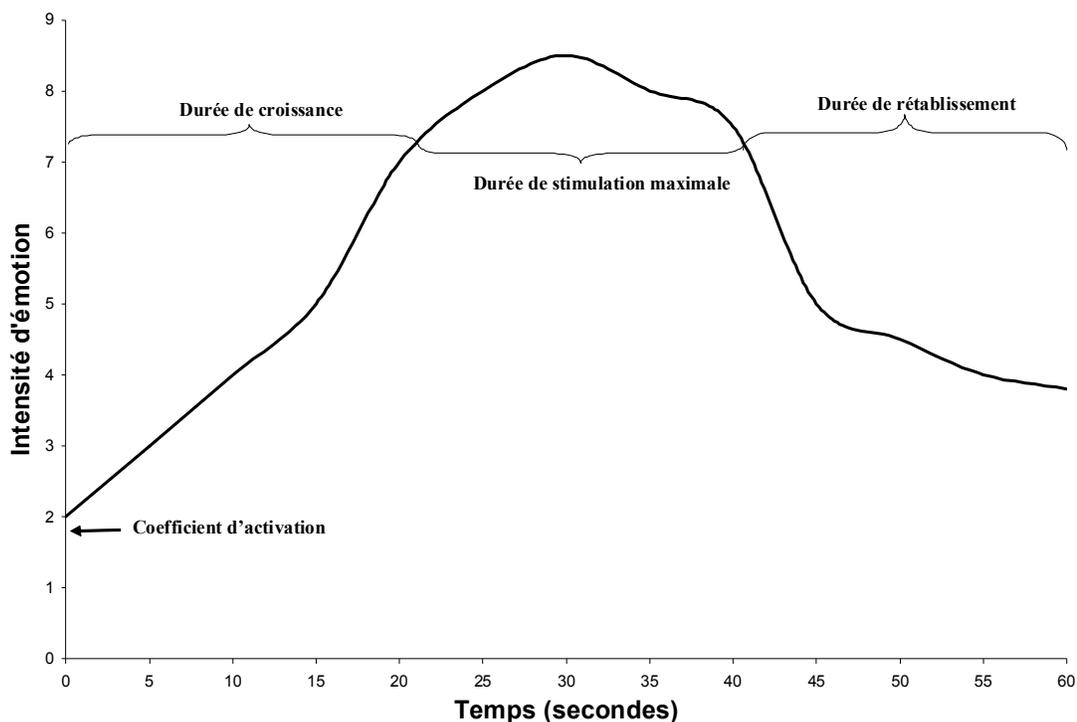
¹¹¹ *Ibid.*, p. 273.

¹¹² *Ibid.*

¹¹³ LUMINET, O., *op. cit.*, p. 110.

¹¹⁴ DAVIDSON, Richard J., *op. cit.*, pp. 104-106.

Figure 1. Les dynamiques d'un épisode émotionnel

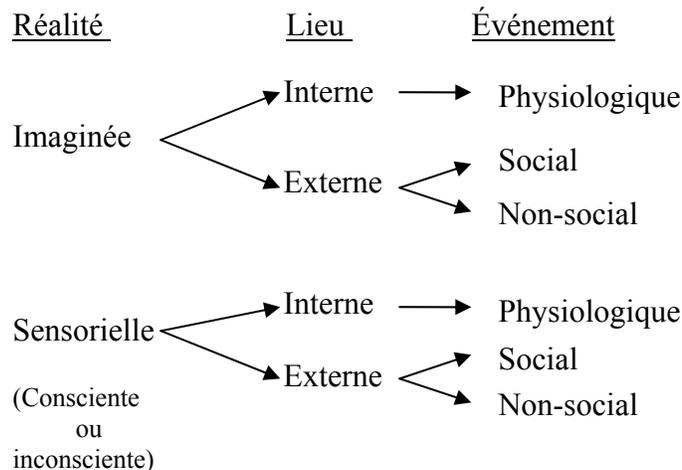


La Figure 2 présente les sources possibles d'un stimulus qui incite un épisode émotionnel. Un épisode émotionnel peut être incité soit par un stimulus imaginé ou par un stimulus sensuel, conscient ou inconscient chez l'individu. Dans ces deux cas, le stimulus peut aussi bien être interne qu'externe à l'individu. Dans les cas où le stimulus est externe à l'individu, il peut être social ou non social¹¹⁵.

À la Figure 1, l'émotion suscitée augmente en intensité (durée de croissance) pour une durée de temps qui s'échelonne jusqu'au moment où elle arrive à son maximum (durée de stimulation maximale). Par la suite, l'individu passe par une période de rétablissement (durée de rétablissement) pour enfin arriver à un autre état constant. À partir de cette description simple d'un épisode émotionnel, l'ajout des facteurs montre la complexité de l'affectivité humaine.

¹¹⁵ LEWIS, Michael, *op. cit.*, p. 266.

Figure 2. Les sources possibles d'un stimulus qui incite un épisode émotionnel



L'intensité du coefficient d'activation peut être influencée par plusieurs facteurs, soit pour rendre ce coefficient plus sensible, facilitant un déclenchement émotionnel, soit pour rendre le coefficient plus insensible, empêchant son déclenchement : son humeur, état de fatigue, expérience du passé, anticipation ou surprise. Ce déclenchement peut être conscient (en passant par les processus cognitifs), inconscient (en passant par un processus automatisé) ou quelque part entre ces deux pôles (Figure 2). Un stimulus d'une certaine intensité peut déclencher un épisode émotionnel chez un individu et avoir peu ou aucun effet chez un autre.

Tandis que l'individu n'est pas totalement conscient de l'activation chez lui, il possède peu de contrôle sur l'émotion. Sensible aux changements en lui, il porte une interprétation à partir du contexte dans lequel il se trouve. Cette interprétation donne un sens à ses changements affectifs. Rendu conscient, l'individu peut évaluer la situation et devenir plus apte à réguler l'émotion à partir des processus cognitifs.

Les modèles cognitifs mentionnés ci-dessus fournissent les processus qui influencent la durée (prolongation ou raccourcissement) et l'intensité (amplification, atténuation, maintenance) des étapes de l'épisode émotionnel. Pour réitérer, l'épisode émotionnel pourrait être régulé de plusieurs manières : 1) l'importance/insignifiance de l'événement pour l'individu; 2) le plaisir/déplaisir éprouvé par l'individu; 3) le degré de maîtrise de l'individu dans la situation; 4) sa

pertinence/inadéquation pour l'individu; 5) les ressources personnelles disponibles pour faire face à la situation; 6) la compatibilité de la situation avec les buts et 7) avec les normes de l'individu ou de la société.

Pour concrétiser davantage encore la complexité de l'affectivité humaine, il faut réaliser que l'individu demeure dans un contexte social incluant des normes et attentes sociales. Tel que l'énoncent les modèles orientés autour du sens, l'individu apprend ces normes à un jeune âge chez lui et ces dernières peuvent être confrontées à d'autres contextes sociaux à l'extérieur de chez lui, et plus tard, au cours de ses étapes de croissance. Ce contexte socioculturel joue aussi un effet sur la régulation de la durée et de l'intensité de l'épisode émotionnel.

Quoique la Figure 1 présente l'épisode d'une seule émotion chez un individu, la réalité comporte plusieurs émotions qui peuvent être présentes en même temps. L'ajout d'une ou de plusieurs émotions à celle déjà expérimentée aura aussi une influence sur la durée et l'intensité des épisodes émotifs.

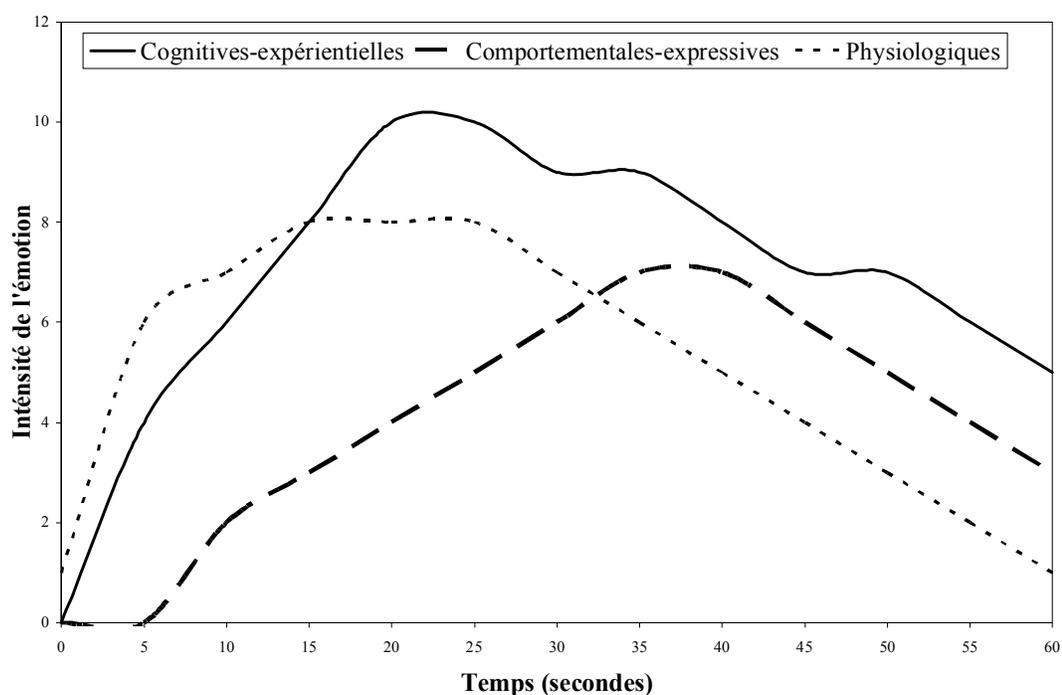
La Figure 3 démontre notre dernière constatation de complexité. Il s'agit d'un épisode émotionnel qui possède trois composantes : *physiologique*, *comportementale-expressive* et *cognitive-expérientielle*. Tout ce qui a été mentionné ci-dessus concernant l'épisode émotionnel de la Figure 1, le coefficient d'activation, la durée, l'intensité et la régulation de ces constituants doivent donc être répétés pour ces trois composantes.

En ce qui concerne l'interaction entre ces trois composantes dans un épisode émotif, elles peuvent influencer la partie affective d'une personne soit inconsciemment soit consciemment. D'une part, ces trois composantes peuvent être synchronisées inconsciemment dans un épisode émotif, s'influencer les unes les autres avec pour résultat le changement de la durée/l'intensité de l'une d'entre elles, ou alors n'avoir aucun rapport entre elles¹¹⁶. Dans ce troisième scénario, une personne peut se trouver dans un certain état, lors d'un épisode émotionnel comportant l'activation au niveau physiologique, sans l'expérience subjective (sentiment) de l'émotion, ni la démonstration d'une expression-comportement pour

¹¹⁶ *Ibid.*, p. 275.

cette émotion. Dans ce cas, la personne se fie à son contexte pour essayer d'interpréter le sentiment qu'elle est en train d'expérimenter. D'autre part, chacune de ces composantes peut être partiellement régulée par l'individu d'une manière consciente en s'accordant avec le contexte social dans lequel il se trouve. En d'autres mots, nous anticipons, dans un épisode émotionnel non-régulé, une corrélation complète entre l'état physiologique, l'expérience phénoménologique et l'expression corporelle de cette émotion. Un manque de corrélation montre que l'émotion est régulée par l'individu, soit consciemment soit inconsciemment.

Figure 3. Les trois composantes d'une émotion



Dans l'épisode fictif de la Figure 3, la composante physiologique de l'épisode émotif est déclenchée au départ par un stimulus. La composante expérimentale ou en d'autres termes le phénomène des sentiments expérimentés s'ensuit. Finalement, les expressions de l'émotion par le corps (faciale, posturale, vocale, et locomotive) apparaissent¹¹⁷.

¹¹⁷ *Ibid.*, p. 270.

3.4. Appréciation de ces théories du plaisir selon trois grands métaparadigmes

Pour comprendre un sujet, un chercheur n'est pas neutre. Il aborde son sujet d'étude avec un engagement intellectuel et affectif déjà établi. Tandis que ce lien existentiel permet de formuler un certain nombre de questions pour mieux interpréter le phénomène abordé, l'incapacité de remettre ses propres points de vue ou ses idées préconçues en question caractérise l'attitude idéologique. Selon Jeanrond (1995), « ces attitudes idéologiques peuvent être délibérées ou inconscientes¹¹⁸. »

En vue de nous sensibiliser à la facilité d'imposer un cadre interprétatif qui défende de façon inconditionnelle un modèle d'émotion, la section suivante constitue un aperçu sommaire consacré au dégagement des paradigmes sous-jacents de différentes théories psychologiques.

3.4.1. Paradigme naturaliste ou darwinien

Thiriart (2002) écrit à propos des notions de base de l'évolutionnisme darwinien. Quoique Darwin ne soit pas à l'origine de la théorie de l'évolution des espèces, il fut le premier à présenter de façon à la fois déductive et empirique un mécanisme qui explique cette évolution¹¹⁹. À travers sa recherche, Darwin (1980/1872) est parvenu à la conclusion que « les espèces n'ont pas été créées indépendamment les unes des autres, mais que, comme les variétés, elles descendent d'autres espèces¹²⁰. »

Buican (1987) décrit le mécanisme de cette évolution des espèces comme étant la sélection naturelle. Elle constitue le mécanisme de base de l'adaptation de l'organisme à son environnement. Ce mécanisme favorise la conservation des variations génétiques (selon une clarification néo-darwinienne) favorables à la survie ou à l'adaptation au milieu, et la destruction de celles qui y sont nuisibles¹²¹. La sélection naturelle est générée par la « lutte pour l'existence. » C'est-à-dire, pour la

¹¹⁸ JEANROND, Werner. G., *Introduction à l'herméneutique théologique*, Paris, Éditions du Cerf, 1995, p. 13.

¹¹⁹ THIRIART, Philippe, *Morale évolutionniste darwinienne : Évolution darwinienne, morale utilitariste et valeurs romantiques*, Montréal, Université de Montréal, 2002, p. 33.

¹²⁰ DARWIN, Charles, *L'origine des espèces*, traduction de la 6^e édition par Edmond Barbier, Paris, La Découverte, 1980/1872, p. 43.

¹²¹ BUICAN, Denis, D. *Darwin et le darwinisme*, Paris, Presses universitaires de France, 1987, p. 49.

survie de l'individu, ainsi que pour la réussite de sa descendance (survie de l'espèce)¹²². Le résultat est la conservation des caractéristiques utiles à l'adaptation qui amène l'amélioration toujours croissante de l'être relativement aux conditions de l'environnement¹²³.

Quoique Darwin écrive, cité par Buican : « Le mystère du commencement de toutes choses est insoluble pour nous; c'est pourquoi je dois me contenter de rester agnostique¹²⁴ », Thiriart constate que « de nos jours, presque tous les biologistes considèrent que la sélection naturelle ne fait intervenir ni personne ni aucun principe transcendant qui sélectionne. Ce processus de sélection est aveugle et non rationnel¹²⁵. » En conséquence, dans le processus de l'homínisation selon ce paradigme, l'homme a acquis non seulement ses caractéristiques biologiques mais aussi ses facultés mentales (cognitive, affective et volitive), sociales (bienveillance et altruisme) et morales (patriotisme, fidélité, obéissance, courage, sympathie) car elles présentent un avantage adaptatif. En d'autres mots, des mécanismes psychologiques ont également été taillés par la sélection naturelle en raison du hasard. Comme le note Buss (1999) à partir de l'œuvre de Symons (1987) :

Because evolution by selection is the *only* known causal process that is capable of producing the fundamental components of that human nature, all psychological theories are implicitly or explicitly evolutionary¹²⁶ (Italiques ajoutés).

Selon ce paradigme naturaliste, l'homme vient d'une source purement biologique.

Deux exemples sont fournis démontrant un paradigme darwinien ou naturaliste sous-jacent aux modèles dimensionnels et discrets.

Pour le modèle d'émotions dimensionnelles de Davidson décrit ci-dessus, rappelons que l'asymétrie de l'activation avec prédominance du cortex préfrontal

¹²² *Ibid.*, p. 50.

¹²³ *Ibid.*, p. 51.

¹²⁴ DARWIN, Charles, *Darwin, 1809-1882 : L'autobiographie*, Paris, Belin, 1985, cité par BUICAN, Denis, *Darwin et le darwinisme*, Paris, Presses universitaires de France, 1987, p. 17.

¹²⁵ THIRIART, Philippe, *op cit.*, p. 43.

¹²⁶ BUSS, David M., « Human nature and individual differences: The evolution of human personality », L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (2nd ed), New York, Guilford, 1999, p. 36.

gauche ou droit du cérébral prédispose au fait que l'expérience de l'état affectif d'un individu soit positive ou négative¹²⁷. Une personne éprouve une tendance prédominante soit vers l'intérêt ou l'apathie concernant le système d'approche, à cause de ces tendances d'activation émotionnelle qui se trouvent dans les circuits cérébraux. Puisque ces données empiriques appuient sa thèse que les composantes neurales du cérébral humain soutiennent l'affect positif et négatif, le paradigme de Davidson l'amène à conclure que le style affectif peut aussi être réduit aux mesures biologiques¹²⁸. En conséquence, un déterminisme est sous-jacent aux modèles dimensionnels.

À propos des modèles des émotions discrètes, Scherer fait référence à Darwin comme fondateur de plusieurs des modèles des émotions discrètes. Dans son livre *The expression of emotion in man and the animals* (1872/1998), Darwin a expliqué les fonctions, l'histoire évolutive et l'universalité de plusieurs émotions¹²⁹. Un chercheur comme Ekman, quant à lui, insiste sur un paradigme darwinien dans son modèle des émotions discrètes. Luminet, en parlant de la perspective d'Ekman, écrit ce qui suit : « Les émotions ont évolué au cours de péripéties de l'histoire humaine pour faire face de manière adaptative aux exigences de chaque période¹³⁰. » Ekman comprend toute émotion comme possédant une réponse physiologique et une expression unique à cette émotion.

3.4.2. Paradigme humaniste

Si un paradigme darwinien des émotions est associé à la survie de l'espèce et que les bienfaits des différentes émotions expérimentées par l'humain sont évalués par leur contribution à sa survie, selon un cadre interprétatif humaniste romantique les émotions existent pour l'expression de soi. Selon Thiriart, une personne qui partage ce paradigme « vise la libération du soi des contingences du réel¹³¹. » Les objectifs de ce paradigme sont « l'expression de soi, la réalisation de soi,

¹²⁷ DAVIDSON, Richard J., et William IRWIN, *op. cit.*, p. 13.

¹²⁸ SCHERER, K.R., *op. cit.*, p. 146.

¹²⁹ *Ibid.*, p. 147.

¹³⁰ LUMINET, Olivier, *op. cit.*, p. 31.

¹³¹ THIRIART, Philippe, *op. cit.*, p. 19.

l'accomplissement de soi, la découverte de l'authenticité¹³². » Par rapport à la quête du bonheur, « l'humanisme romantique laisse croire que chacun a la possibilité et le droit d'atteindre à un bonheur exaltant et durable¹³³. »

Ce paradigme privilégie le phénomène de l'expérience subjective et sa signification cognitive d'ici-et-maintenant plutôt que les déterminants internes ou externes du passé. Ce paradigme a inspiré les modèles cognitifs de l'émotion qui mettent l'accent sur la composante cognitive-expérientielle de l'émotion¹³⁴.

3.4.3. Paradigme évangélique

Du fait que l'homme est créé à l'image de Dieu, selon un cadre interprétatif évangélique, les émotions humaines sont un reflet des émotions de Dieu. À partir de ce paradigme, l'étude de l'émotion ne peut être conçue de manière isolée des autres phénomènes chez l'humain. Par exemple, Solomon (2000) affirme le lien étroit entre l'émotion et l'éthique dans l'histoire du christianisme.

Emotions were essentially linked with desires, particularly self-interested, self-absorbed desires. And so the Christian preoccupation with sin led to elaborate analyses of those emotions, passions and desires designated as sins (notably greed, gluttony, lust, anger, envy, and pride; sloth perhaps, is a special case). The tight linkage between the study of emotion and ethics is particularly evident in the curious observation that the highest virtues, such as love, hope, and faith, were not classified as emotions as such, but were rather elevated to a higher status and often (e.g., by Thomas Aquinas) equated with reason¹³⁵.

Si les émotions sont associées à l'éthique et la raison provenant de la partie cognitive de l'humain, elles peuvent et doivent aussi être, selon Solomon, évaluées de la même manière que les croyances.

Are they appropriate to the context? Do they consider the facts of the matter? Are their perceptions fair and their evaluation reasonable¹³⁶?

Par contre, l'évaluation des émotions, dans une perspective évangélique, n'est pas uniquement fondée sur la rationalité de l'humain comme dans un paradigme

¹³² *Ibid.*, p. 19.

¹³³ *Ibid.*, p. 90.

¹³⁴ DOLAN, S. L., G. LAMOUREUX, E. GOSSELIN, et S. DOLAN, *Psychologie du travail et comportement organisationnel* (2^e éd.). Montréal, Gaëtan Morin, 2002, p. 11.

¹³⁵ SOLOMON, Robert C., *op. cit.*, pp. 5-6.

¹³⁶ *Ibid.*, p. 13.

darwinien, ni seulement sur un subjectivisme à l'intérieur de lui-même comme dans le paradigme humaniste. Ce standard se trouve à l'extérieur de l'homme dans la parole de Dieu écrite, révélée et préservée dans le Premier et le Nouveau Testaments. Comme déjà mentionné dans le chapitre 1, le développement de ce standard à l'intérieur du croyant fait partie de la croissance dans la spiritualité évangélique où les croyants visent à refléter le caractère de Jésus-Christ¹³⁷. Ils se servent de leur rationalité et de leur dimension d'affectivité, sous l'influence de l'Esprit de Dieu et en s'appuyant sur la grâce de Dieu, pour arriver à la connaissance du seul vrai Dieu et de son fils Jésus-Christ¹³⁸.

Cette manière de vivre ne vise pas d'abord le bien-être sentimental de l'homme. Elle vise la gloire de Dieu. Cependant, en recherchant la gloire de Dieu, le croyant en tire avantage, puisque selon Jonathan Edwards cité dans Piper (2006) : « Dieu se trouve davantage honoré par ceux qui font de sa gloire leurs délices¹³⁹. »

Selon notre opinion, une perspective évangélique ne va pas à l'encontre d'un modèle dimensionnel, mais elle s'interroge sérieusement par rapport au paradigme darwinien qui est sous-jacent à ce modèle. Les partisans de ce paradigme excluent dans l'énoncé de ce modèle la dimension éthique de l'émotion, ils proposent des explications trop réductrices et s'appuient sur la faiblesse d'une logique de la causalité linéaire. Pour éclairer ces faiblesses, nous soulignerons l'apport d'auteurs non sympathisants d'un paradigme évangélique suivi d'exemples venant des Écritures.

Tout d'abord, quoique loin d'être évangélique, Spinoza est connu pour avoir introduit une distinction utile entre la compréhension et la véracité d'une

¹³⁷ Philippiens 2, 4 à 5 ; Éphésiens 4, 13 à 16

¹³⁸ Vanhoozer a proposé une méthode d'interprétation évangélique qui à force de manœuvre réussit à passer à travers les critiques de méthodes d'interprétation de notre époque. Cette approche, la méthode canonique-linguistique pour interpréter les Écritures, évite les extrêmes contemporains qui mettent l'accent seulement sur les propositions factuelles, dans les expériences religieuses ou dans le relativisme linguistique. Pour Vanhoozer, l'étude et l'interprétation du texte biblique doivent conduire à l'action. « The biblical script asks not to be admired but to be performed. Christian faith is neither a metaphysical nor a moral system but a way of life: a shape of covenantal life with others and with God. » VANHOOZER, K. J. *The drama of doctrine: A canonical-linguistic approach to Christian theology*, Louisville, KY, Westminster John Knox Press, 2005, p. 252.

¹³⁹ PIPER, John, *Prendre plaisir en Dieu malgré tout : le combat pour la joie*, Montréal, Éditions SEMBEQ, 2006, p. 70.

compréhension¹⁴⁰. Si nous adoptons ce même principe pour nos émotions, l'expérience subjective associée à une émotion n'est pas toujours en accord avec la véracité d'une émotion ou le standard éthique établi par la parole de Dieu. Par exemple, un sentiment positif ressenti par une personne ne signifie pas que sa réponse soit éthiquement appropriée à la situation.

Une personne peut ne ressentir aucune culpabilité après avoir commis un acte violent. Les Proverbes parlent des hommes qui tiennent des discours pervers, qui abandonnent les sentiers de la droiture et qui trouvent de la jouissance à faire le mal. Ces hommes tirent du plaisir dans la perversité¹⁴¹. Dans l'Évangile de Luc, au moment où Judas, sous l'influence de Satan, est venu chez les principaux sacrificateurs et les chefs des gardes pour partager son dessein de trahir Jésus, ces chefs religieux ont expérimenté de la joie¹⁴². Soit que nous considérions ces sentiments positifs à l'égard de ces événements de violence ou de trahison comme contribuant à la longue à la survie de l'espèce (ou d'un peuple), selon un paradigme darwinien, ou alors que empruntons à une foi chrétienne un standard de moralité et le dissimulions sous des termes darwiniens pour créer une éthique utilitariste qui condamne ces actions¹⁴³.

Ensuite, les explications de l'émotion d'un paradigme naturaliste semblent à certains moments trop réducteurs et souffrent du positivisme. Crust écrit à propos de l'origine biologique des émotions :

It would also seem reasonable to suggest that experiences (feelings and emotions) are the result of chemical and biological changes within the body, coupled with our cognitive interpretations. Research has shown the importance of biochemical processes in the experiencing of emotions (i.e. injecting chemicals can produce 'as if' emotions) but the missing link is individual interpretation¹⁴⁴.

Par contre Kretchmar (2005) nous met en garde contre les arguments réducteurs où un phénomène humain peut être compris par les éléments les plus

¹⁴⁰ SPINOZA, B., « De l'interprétation de l'Écriture », *Traité théologico-politique* / Traduction et notes par C. Appuhn (GF;50), Paris, Garnier-Flammarion, 1965, p. 140.

¹⁴¹ Proverbes 2, 13 à 14

¹⁴² Luc 22, 3 à 5

¹⁴³ Qui semble être le cas selon le mémoire rédigé par Thiriart. THIRIART, Philippe, *op. cit.*,

¹⁴⁴ CRUST, Lee, *op. cit.*, p. 8.

simples. Par rapport au comportement humain, mais aussi valide pour les émotions humaines, Kretchmar écrit :

While reductionist models work well for certain mechanical operations, they have not been very effective in explaining complex real world behavior ... To be sure part of the answer lies there because human beings are chemically tethered organisms. But to get a more complex answer to behavioral change, we have to resist the urge merely to reduce lived experience to biochemistry, the elements of which can never be experienced¹⁴⁵.

Si les émotions sont uniquement le résultat de changements biochimiques comme le propose Crust, comment se fait-il que Jacques puisse commencer son épître en écrivant :

Mes frères, regardez comme un sujet de joie complète les diverses épreuves auxquelles vous pouvez être exposés, sachant que l'épreuve de votre foi produit la patience¹⁴⁶ ... ?

Ment-il en écrivant cette exhortation à expérimenter la joie dans la souffrance ou connaît-il une dimension spirituelle de l'émotion humaine qui ne soit pas encore considérée par un paradigme naturaliste?

Finalement, les partisans d'un paradigme darwinien s'appuient sur la faiblesse d'une logique de la causalité linéaire. Les modèles dimensionnels sont utiles pour expliquer des facettes de l'émotion du plaisir, mais ils ne vont pas assez loin pour apporter une explication globale de l'émotion chez l'humain.

Pour Buss (1999), l'approche évolutionniste s'appuie sur une compréhension matérialiste et positiviste de la nature humaine. La complexité des réponses émotives doit être expliquée par le nombre élevé de mécanismes psychologiques complexes et les activations neurophysiologiques qui existent chez l'humain¹⁴⁷. Ekman souligne également le fondement biologique de l'émotion qui se caractérise par les profils physiologiques de base comme la colère, la surprise ou la joie. Ces états stables sont déclenchés « par un événement prototypique avec comme réponse un programme de réponse pré-établi¹⁴⁸. »

¹⁴⁵ KRETCHMAR, R. Scott, p. 14.

¹⁴⁶ Jacques 1, 2-3

¹⁴⁷ BUSS D. M., *op. cit.*, p. 41.

¹⁴⁸ LUMINET O., *op. cit.*, p. 33.

Kretchmar, par contre nous avise de faire attention aux arguments de causalité linéaire à sens unique lorsque les chercheurs étudient la complexité du comportement humain. La causalité linéaire vient de l'étude des structures mécaniques.

When scientists reduce complex human behavior to mechanical structures, they begin to expect regularity associated to machines. Linearity takes its cues from physics, specifically from Newtonian principles of mechanics¹⁴⁹.

Nous constatons que dans la littérature, le paradigme darwinien se sert de la métaphore des machines pour parler de l'émotion : mécanisme, processus, programme de réponse, feedback, synchronisation, etc.

Kretchmar note aussi, tel que mentionné ci-dessus, que le comportement humain ressemble davantage à une métaphore météorologique avec ses phénomènes prévisibles mais aussi chaotiques¹⁵⁰.

Si l'humain est étudié selon un cadre interprétatif évangélique, peut-il être compris d'une manière nouvelle, qui prend en considération ses réactions qui ne sont pas toujours si prévisible?

Prenons pour exemple une situation où la relation cause à effet entre la dimension neurophysiologique et l'expérience phénoménologique semble un peu chaotique. Un croyant peut choisir d'avoir une attitude positive devant les circonstances incontrôlables de la vie qui normalement produisent des états émotionnels de colère, de peur ou de tristesse. L'apôtre Paul a écrit :

Réjouissez-vous toujours dans le Seigneur; je le répète, réjouissez-vous. Que votre douceur soit connue de tous les hommes. Le Seigneur est proche. Ne vous inquiétez de rien; mais en toutes choses faites connaître vos besoins à Dieu par des prières et des supplications, avec des actions de grâces. Et la paix de Dieu qui surpasse toute intelligence, gardera vos cœurs et vos pensées en Jésus-Christ¹⁵¹.

Un cadre interprétatif évangélique ne nie pas que les habitudes affectives d'un individu *laissent* ses traces dans les structures neurales de l'être humain. Il questionne surtout le fait que les émotions humaines trouvent leur source *uniquement* dans les activations neurophysiologiques ou la dimension biologique. Un paradigme

¹⁴⁹ KRETCHMAR, R. Scott, *op. cit.*, p. 15.

¹⁵⁰ *Ibid.*, p. 16.

¹⁵¹ Philippiens 4, 4-7

évangélique ouvre la possibilité que les réponses non prévisibles selon un paradigme naturaliste peuvent être expliquées par la dimension spirituelle de l'humain.

Crust apporte une critique valable au paradigme théiste et aux préjugés qu'un chercheur de ce cadre interprétatif apporte à ses observations quand il affirme :

The evidence presented thus far indicates that beliefs can have powerful influences on the individual – so it is reasonable to assume that religious or spiritual beliefs will influence the individual likewise. People who believe in the existence of a human spirit are likely to pay attention to experiences that are interpreted as supporting this belief while missing other cues and possible explanations ... Conveniently, the spirit is of course immaterial, intangible and therefore, it is impossible to deny its existence¹⁵².

On ne peut nier que la foi d'un croyant influence son interprétation des phénomènes observés. Quoique l'argument de Crust soit valable, il constitue une épée à deux tranchants. Au lieu de clore la discussion sur l'émotion encadrée par les préjugés de la foi, Crust ouvre une porte encore plus grande. Ceux qui adhèrent à un paradigme darwinien sont aussi des chercheurs avec des préoccupations, des perspectives et des préconceptions influençant leur recherche. Comme tous les acteurs concernés, ils sont à l'affût des phénomènes qui appuient leur subjectivité.

En conséquence, à notre avis, la recherche heuristique de l'avenir, du moins en ce qui a trait aux débats concernant les émotions, appartient à ceux qui sauront aussi y intégrer les conditions théologiques en vue de s'ouvrir à toutes les considérations et de faire avancer notre compréhension de la complexité humaine.

Toutefois, dans la réalité, nous constatons que peu d'individus partagent l'un de ces paradigmes d'une manière pure. Quoique chacun tende vers l'un de ces paradigmes, il se peut que, pour le meilleur ou pour le pire, plusieurs se situent à la rencontre de ces trois paradigmes¹⁵³.

¹⁵² CRUST, Lee, *op. cit.*, pp. 7-8.

¹⁵³ Par exemple, dans son livre *The Dawkins Delusion?: Atheist Fundamentalism and the Denial of the Divine*, Alistair McGrath apporte une critique du livre de Richard Dawkins, *The God Delusion*. McGrath en montrant les faiblesses des arguments de Dawkins, « does not attack Darwinism because he sees it equally compatible with both theism and atheism ». Tiré de Logan Paul Gage, « The CT review », dans *Christianity Today*, Vol. 5, No. 11, Novembre 2007, p. 80.

D'une perspective évangélique, les émotions d'une personne trouvent à leur origine la personne de Dieu et comme les autres composantes de sa dimension non physiques, seront éternisées. Dans les deux autres paradigmes, les émotions surviennent par hasard et elles existent aussi longtemps que le corps existent.

4. CONCLUSION

Dans ce chapitre, nous avons introduit notre discussion sur les émotions en fournissant une compréhension du plaisir selon la société occidentale. Ainsi, nous avons traité de la définition psychologique de l'émotion selon Luminet. Nous avons, par la suite, présenté différentes théories de l'émotion afin d'affermir la complexité des émotions humaines. Enfin, une appréciation des ces théories selon trois grands méta-paradigmes a été présentée pour proposer qu'une discussion théologique puisse contribuer à notre compréhension des émotions.

CHAPITRE 3 : MOTIVATION : PERSPECTIVE PSYCHOLOGIQUE CONTEMPORAINE

1. INTRODUCTION

De nos jours, il est devenu évident que lorsque les chercheurs essaient de comprendre un phénomène ou de comprendre l'interaction entre plusieurs phénomènes, il est tout naturel qu'ils les étudient selon leurs champs d'intérêts. Leur attention est donc attirée par différents aspects du sujet d'étude et la compréhension de ce sujet est influencée par leur cadre d'interprétation.

L'objet de ce mémoire vise une meilleure compréhension de l'interaction entre deux phénomènes à partir de deux champs d'études précis : le rôle du plaisir dans la motivation, soit dans le sport moderne ou dans la spiritualité humaine. Le cadre d'interprétation de ce mémoire est celui d'une interprétation évangélique. Toutefois même si ce mémoire opte pour une perspective évangélique, nous soulignons l'importance des différentes perspectives d'étude dans les théories contemporaines de la motivation humaine. Pour cette raison, ce chapitre abordera un survol du phénomène de la motivation à partir de la psychologie contemporaine. Par la suite, le lecteur sera plus en mesure d'évaluer pour lui-même la crédibilité des conclusions tirées de cette recherche, réalisée dans un cadre d'interprétation évangélique.

Ce chapitre comporte quatre sections. La première propose une définition de la motivation de la perspective psychologique contemporaine, avec des concepts reliés à cette définition. La deuxième section présentera brièvement plusieurs théories de la motivation autour de deux typologies : une typologie des considérations métathéoriques qui permettra de distinguer ces théories et une typologie de grandes familles de théories. La troisième section est consacrée aux liens possibles existant entre le plaisir et la motivation à partir de ces théories présentées. La dernière section portera sur une appréciation de quelques éléments de ces théories à partir d'une interprétation évangélique. Le tout préparera à une compréhension de la relation plaisir/motivation qui nous permettra, dans les chapitres 4 et 5, de traiter la relation

plaisir/motivation dans le sport moderne ainsi que dans la spiritualité évangélique.

2. DÉFINITION

Au chapitre 2, nous servant de l'exemple d'un hockeyeur, nous avons abordé le sujet de l'émotion et de la motivation humaine. Rappelons qu'au début, le hockeyeur était motivé à jouer un match de hockey. Par contre, à la fin de ce match, sa motivation à jouer diminuait à mesure qu'augmentait sa motivation à manger. À partir de cette illustration, nous constatons quelques éléments fondamentaux par rapport à la motivation humaine. D'abord, la motivation est reliée au comportement humain et à l'action du corps. Deuxièmement, la motivation est associée soit à la présence soit à l'absence de l'effort et de l'énergie nécessaires à l'exécution d'une tâche. Enfin, la motivation est dynamique et non statique. La motivation varie avec le temps et correspond à l'état de l'individu et aux circonstances dans lesquelles il se trouve.

Quoique ces constatations comportent une idée générale de ce que représente la motivation, elles sont insuffisantes pour fournir un concept adéquat de la motivation dans le champ d'étude de la psychologie contemporaine. Vallerand et Thill (1993) proposent la définition suivante de la motivation qui s'avère la plus complète :

Le concept de motivation représente le construit hypothétique utilisé afin de décrire les forces internes et/ou externes produisant le déclenchement, la direction, l'intensité et la persistance du comportement¹⁵⁴.

Pour ajouter plus de précision à cette définition nous empruntons de Vallerand et Thill leur explication de la nature de la motivation¹⁵⁵.

D'abord, la motivation ne correspond pas à une entité matérielle qui puisse être mesurée directement. Elle est surtout mesurée indirectement par son expression à travers le comportement humain ou l'action du corps. De plus, la motivation, qui se traduit en action du corps, correspond à des processus internes tirant leur sens soit des

¹⁵⁵ VALLERAND, R. J., et E. THILL, *Introduction à la psychologie de la motivation*, Laval, Éditions Études vivantes, 1993, p. 18.

¹⁵⁵ *Ibid.*, pp. 18-21.

objets/événements externes de l'individu (forces externes), soit de la conscience ou inconscience de l'individu (forces internes). Dans une situation où l'individu est conscient de son besoin, ses comportements se dirigent vers le but, qui consiste à satisfaire ce besoin. Enfin, la manifestation de la motivation à travers le corps produit au moins quatre voies d'expressions : le déclenchement, la direction, l'intensité et la persistance du comportement. De manière semblable aux émotions décrites au chapitre 2, la motivation déclenche ou fournit l'énergie nécessaire pour susciter le comportement d'un individu. Elle oriente cette énergie vers une direction où le comportement peut servir à satisfaire ce besoin. La motivation de l'individu devient évidente par l'intensité de cette énergie, axée vers l'expression du comportement. Pour conclure, par rapport à sa durée, la motivation influence la persistance du comportement et manifeste l'engagement de l'individu. Quoique décrites comme quatre caractéristiques distinctes, de même que pour les émotions, ces manifestations de la motivation peuvent s'influencer entre elles. D'autres caractéristiques motivationnelles, telles que les changements affectifs de l'individu ou les habitudes motivationnelles sont aussi importantes. Différentes théories de la motivation mettent en évidence ces autres aspects.

3. THÉORIES DE LA MOTIVATION SELON DES CONSIDÉRATIONS MÉTATHÉORIQUES

Le désir de comprendre la motivation humaine n'est pas limité aux psychologues. Qu'il s'agisse du domaine du sport ou du travail, d'un sujet d'intérêt pour les artistes ou les philosophes, la compréhension de la motivation est une partie intégrale de la recherche scientifique. Les chercheurs de différents champs d'étude proposent des théories de motivation pour être capables de prédire le comportement humain. Au cours des années, la complexité de cette tâche est devenue de plus en plus évidente lorsque l'on considère le nombre de théories proposées et le manque de consensus entre elles. Une raison contribuant à ce défaut de consensus est que de manière sous-jacente à chacune des théories, existent diverses images de la nature humaine.

Faisant écho à la typologie de Vallerand et Thill avec l'amplification de Dolan, Lamoureux, Gosselin, et Dolan (2002) et Reeve (2005), nous présentons dans

cette section sept considérations métathéoriques de la nature humaine qui laissent leurs traces dans les théories de l'émotion proposées¹⁵⁶.

3.1. Les causes du comportement sont-elles déterminées?

Une position déterministe soutient la prémisse que le comportement humain est prévisible à partir des lois de la motivation. Des caractéristiques génétiques aux stimuli externes, des facteurs physio-neurologiques aux forces inconscientes, ce postulat affirme que l'humain est programmé à répondre d'une manière attendue. À l'opposition d'une position déterministe se trouve le libre arbitre et la possibilité d'une autodétermination de l'humain à divers degrés.

3.2. Perspective normative ou perspective singularisante

Cette dimension porte sur le caractère unique de l'individu. Une explication normative postule les lois générales et universelles pour tout humain. Une théorie appuyant cette position est utilisée pour expliquer les points communs entre les réactions à diverses conditions motivationnelles. À l'autre extrême, une approche singularisante cherche à comprendre la motivation en identifiant les caractéristiques qui rendent chaque personne unique. Une position intermédiaire accepte le fait que certaines lois générales semblent exister, mais qu'elles peuvent varier selon l'individu et le contexte vécu.

3.3. La motivation est-elle innée ou apprise?

Les motivations humaines viennent-elles de notre code génétique ou sont-elles apprises? D'une part, si la motivation est transmise de génération en génération par les facteurs héréditaires, la motivation humaine est donc en ce sens considérée comme innée. En outre, la manifestation de la motivation chez l'humain peut être comprise comme le résultat d'une interaction avec les stimulations de l'environnement. Une troisième option tend vers un certain nombre de motivations innées, faisant d'un ensemble d'autres motivations l'objet d'un apprentissage.

¹⁵⁶ *Ibid.*, p. 21-26.

3.4. Le rôle de la conscience dans la motivation

Les théories de la motivation peuvent également se différencier selon le rôle de la conscience. Selon l'une des perspectives, les connaissances sont accessibles à la conscience et jouent un rôle déterminant pour amener l'humain à intervenir (théories cognitives). Selon une autre perspective, l'inconscient est la source des forces véritables de la motivation : ce qui pousse l'humain à agir est peu accessible (psychanalyse). Une troisième perspective suggère que ni la conscience ni l'inconscience ne se trouvent à la source de la motivation. Le contexte et la force de la situation jouent un rôle primordial dans le comportement selon la théorie du conditionnement opérant de Skinner.

3.5. Les forces de la motivation sont-elles internes ou externes?

Cette question renvoie à la contribution des forces internes ou externes à l'individu. Les forces internes qui poussent l'individu à agir viennent des motifs ainsi que des besoins physiologiques et psychologiques. Pour satisfaire ces besoins, la motivation pousse l'individu à l'action. À l'opposé, si une personne agit sous la contrainte ou si elle subit de fortes pressions, ce sont les forces externes qui suscitent l'action. Les théories se situant entre ces deux pôles se distinguent en mettant un accent plus ou moins grand sur l'une ou l'autre des ces influences.

3.6. L'organisme est-il motivé à croître ou cherche-t-il la stabilité?

La distinction importante selon cette considération métathéorique concerne le but de l'individu. Orienté vers un déficit à combler, l'individu cherche la stabilité ou le rétablissement de l'équilibre perturbé, soit au niveau physiologique ou psychologique. Ce genre de motivation fonctionne selon un modèle de réduction de la tension. Lorsqu'un besoin de ce genre est comblé, l'individu expérimente un soulagement.

Orienté vers les besoins de croissance, l'individu cherche à développer son potentiel. Contrairement aux besoins liés à un déficit, les besoins de croissance ne sont pas satisfaits quand leur but est réalisé : la satisfaction découle plutôt de la croissance que produit l'expression de cette motivation. La motivation associée au

besoin de croissance, au lieu de la diminuer, se modifiera de façon systématique à mesure que l'individu se développe.

Les besoins liés à un déficit sont associés à un état de déprivation, où l'individu ressent de l'inquiétude, de la douleur ou de la frustration. Les besoins de croissance, par contre, sont associés aux émotions agréables telles que l'intérêt, la joie et la vitalité¹⁵⁷.

3.7. L'influence sociale et culturelle

Nous énoncerons une dernière considération pertinente sur la compréhension de la motivation et l'effet social qui est incorporé aux théories. À partir de l'un des pôles, les effets interpersonnels et culturels ne sont pas examinés par les théories. Les facteurs de motivation sont soit internes par rapport à l'individu, soit externes et non personnels. À l'autre pôle, les théories reconnaissent que la simple présence d'autrui ainsi que les valeurs faisant partie de notre culture peuvent influencer la perspective d'un individu et modifier le déclenchement, la direction, l'intensité et la persistance d'un comportement.

3.8. Résumé des considérations métathéoriques

À partir d'une simple équation mathématique, si nous prenons uniquement ces sept considérations indépendantes et les multiplions par les deux possibilités opposées et une troisième position se situant à mi-chemin, nous arrivons à une somme possible (3^7) de 2187 manières de comprendre la nature humaine et par conséquent, les familles de théories de la motivation. Conscient qu'il existe un nombre de théories variées associées à toutes les combinaisons de ces métathéories, la complexité de la motivation humaine nous dépasse donc.

Nous présenterons brièvement une autre typologie des théories de la motivation qui souscrivent aux différentes combinaisons métathéoriques introduites ci-dessus.

La famille des théories *biologiques* prône un paradigme matérialiste et mécaniste. Selon ces théories, le comportement humain constitue un phénomène

¹⁵⁷ REEVE, J. M., *Understanding motivation and emotion*, (4th ed.), Hoboken, NJ, Wiley, 2005, p. 76.

naturel puisant ses sources uniquement des entités matérielles et est donc assujéti uniquement aux diverses lois de la nature. Les métathéories primaires sous-jacentes de cette approche proposent qu'un comportement soit inné et sous l'influence d'un déterminisme. Dans une approche biologique, les causes du comportement sont associées à des facteurs physiologiques tels les gènes, les hormones et les structures neurologiques. Hull et sa théorie du *drive* en est un exemple¹⁵⁸.

La famille de théories de *l'organisme* comporte un nombre de sous-familles, chacune associée à une différente métathéorie primordiale. Une première sous-famille constitue celle de l'approche de l'apprentissage. Contrairement à la métathéorie de l'inné, cette approche s'intéresse aux processus par lesquels la motivation est apprise. Cette approche est représentée par des chercheurs tels que Skinner et sa théorie du conditionnement opérant. Une deuxième sous-famille est celle de l'approche psychodynamique. Opposée à la métathéorie de la conscience, celle-ci se préoccupe des forces inscrites à l'intérieur de l'individu, dans son inconscient. Freud et sa théorie de la psychanalyse illustre bien cette approche. L'approche cognitive est une troisième sous-famille qui elle aussi s'intéresse aux forces inscrites à l'intérieur de l'individu, mais contrairement à l'approche psychodynamique, celle-ci affirme que la motivation trouve sa source dans les différents phénomènes de la connaissance humaine. La théorie de l'équité proposée par Adams en est un exemple¹⁵⁹.

Une dernière sous-famille adhérant à la famille de théories de l'organisme est l'approche humaniste. Au lieu de maintenir une stabilité au niveau physiologique ou psychologique, l'humain, selon cette approche, est motivé à réaliser son plein potentiel en tant que personne. « L'être humain agit de la sorte afin de sentir qu'il est compétent et à l'origine de ses propres actions¹⁶⁰. » Les théories de Weiner ou de Deci et Ryan développent bien cette approche.

¹⁵⁸ *Ibid.*, p. 74.

¹⁵⁹ DOLAN, S. L., G. LAMOUREUX, E. GOSSELIN, et S. DOLAN, *op. cit.*, p. 102.

¹⁶⁰ VALLERAND, R. J., & E. THILL, *op. cit.*, p. 234.

La famille des théories *sociales* met l'accent sur les autres personnes en tant que déterminants du comportement humain. La théorie de l'auto-efficacité de Bandura (1977), qui sera exposée au chapitre 4, en fournira un exemple¹⁶¹.

Malgré toute la diversité de ces théories, il semble que chacune soit appropriée pour éclairer certains comportements spécifiques de la motivation. Plusieurs théories peuvent expliquer le même comportement d'un individu de différentes manières.

Dans la prochaine section, nous élaborerons la relation entre l'émotion et la motivation. À partir de cette relation, nous illustrerons comment ces théories de la motivation pourraient être associées à des comportements accompagnant l'émotion du plaisir.

4. LA RELATION ENTRE LE PLAISIR ET LA MOTIVATION

Malgré le fait que Platon ait divisé l'âme en trois parties (connaissance, émotion et motivation), Aristote a contesté la possibilité de cette division. Les chercheurs contemporains dans le domaine de la psychologie suivent l'approche holistique d'Aristote et visent à entretenir la connaissance, l'émotion et la motivation¹⁶². Par exemple, Izard et Ackerman partent de la prémisse que les émotions jouent le rôle primaire dans le système de la motivation du comportement humain¹⁶³.

Les auteurs notent que la motivation et l'émotion ont la même origine étymologique : du latin *movere* qui signifie se mouvoir¹⁶⁴. En psychologie de l'émotion et de la motivation, on s'intéresse donc à ce qui meut (et émeut) l'être humain. Revenons donc à la définition de l'émotion offerte au chapitre 2 et à celle de la motivation, proposée ci-dessus, pour faire ressortir ce lien.

Il existe trois composantes d'une émotion : des réponses *physiologiques*, *comportementales-expressives* et *cognitives-expérientielles*. Puisque la motivation est

¹⁶¹ Tel que présenté dans COX, R. H., *op. cit.*, p. R.H., p. 25-27.

¹⁶² SCHERER, K. R., *op. cit.*, p. 142.

¹⁶³ IZARD, Carroll E., et B.P. ACKERMAN, *op. cit.*, p. 253.

¹⁶⁴ Le lecteur avec son arrière-plan herméneutique peut décider pour lui-même du poids qu'il veut attribuer à cet argument étymologique.

associée au déclenchement, à la direction, à l'intensité et à la persistance du comportement, la composante *comportementale-expressive* de l'émotion est directement reliée à la motivation. Prenons un exemple concret pour illustrer ce lien.

Vivant dans la solitude et étant dépourvue de la motivation/énergie nécessaires pour faire le ménage chez elle, une personne âgée pourrait bien retrouver sa joie en apprenant que sa famille arrivera en ville prochainement pour lui rendre visite. La composante *cognitive-expérientielle* de la joie d'apprendre cette nouvelle pourrait déclencher la composante *comportementale-expressive* qui nourrira la motivation et l'énergie essentielles pour se préparer à une telle visite. En ce sens, l'émotion est la manifestation du potentiel inscrit dans la personne et selon Kirouac, elle « s'actualise au moment où un stimulus significatif le met en branle¹⁶⁵. »

Comment la dimension de l'affect positif associé au plaisir exerce-t-elle un rôle sur la motivation selon ces différentes théories?

Contrairement à la peur ou à la colère qui réduisent la quantité d'information qui peut être traitée et produisent un effet d'entonnoir, le plaisir ou la joie augmente le spectre d'information qu'une personne peut traiter¹⁶⁶. Le plaisir ou la joie, lorsqu'associés à l'intérêt, semblent susciter le sentiment d'être engagé dans une activité ou d'être curieux d'obtenir plus d'informations sur un objet d'intérêt. En état d'intérêt intense, la personne se sent animée et vivante. Les théories cognitives prônent donc le rôle d'un choix conscient et raisonné dans la motivation. Dans l'exemple décrit ci-dessus, les connaissances qui permettent à l'individu d'atteindre son objectif (faire le ménage) sont associées à la considération métathéorique sociale : anticipation de la visite de sa famille et le plaisir qui en résulte.

D'autres théories cognitives mettent l'accent sur d'autres processus cognitifs. Par exemple dans la théorie de l'équité proposée par Adams, les individus sont stimulés par les inéquités qu'ils perçoivent lorsqu'ils comparent leur situation à celle d'autres personnes ou groupes¹⁶⁷. Les individus préfèrent en général être traités de

¹⁶⁵ KIROUAC, Gilles, « Les émotions », tiré de (dir.) R. J. Vallerand et E. Thill, *Introduction à la psychologie de la motivation*, Laval, Éditions Études vivantes, 1993, p. 47.

¹⁶⁶ Notes de cours Motivation et émotion, PSY 1045, Université de Montréal, p. 16.

¹⁶⁷ DOLAN, S. L., G. LAMOUREUX, E. GOSSELIN et S. DOLAN, *op. cit.*, p. 102.

façon juste et impartiale par rapport aux autres dans des situations semblables. Si une personne perçoit une injustice en se comparant à autrui, elle expérimente alors une insatisfaction qui théoriquement l'incitera à éliminer la tension psychologique en la motivant à agir, contrairement à la personne qui, en se comparant à autrui se voit avantagée. De cette comparaison, nous constatons que l'individu tire du plaisir qui peut soit l'inciter à travailler pour changer une injustice, soit l'amener à maintenir cet écart en sa faveur.

Selon la théorie du *drive* proposé par Hull, un état de privation *physiologique* (par exemple la faim, la soif, l'élimination des déchets ou la sexualité) se développe graduellement. Avec le temps, le besoin s'intensifie et donne naissance à une pulsion (*drive*) qui est un état motivationnel d'inconfort *psychologique* provoqué par des changements ou déficits physiologiques. Plus la privation est de longue durée, plus le besoin devient saillant et envahissant pour l'individu. En conséquence, la personne investit l'effort nécessaire pour remédier à la situation. Lorsque la pulsion est réduite par la satisfaction du besoin physiologique, l'individu éprouve le sentiment temporaire du plaisir associé à l'état de satiété¹⁶⁸.

La théorie des besoins de Maslow (Figure 4) ressemble en partie à la théorie du *drive* de Hull. Sauf qu'elle est humaniste et non déterministe, reconnaissant une structure hiérarchique des besoins ajoutés au-dessus des besoins physiologiques de Hull¹⁶⁹.

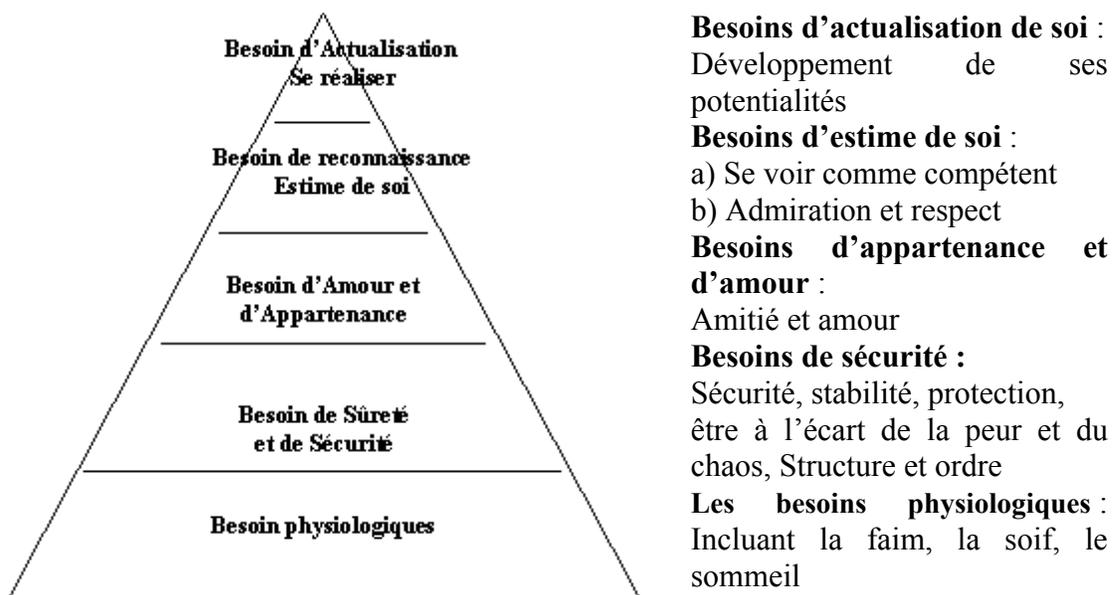
Maslow a proposé que l'humain est motivé premièrement à satisfaire les besoins qui se situent à la base de la hiérarchie des besoins. Suivant le principe de progression, l'individu satisfait ses besoins aux niveaux plus élevés en vue de réaliser son plein potentiel en tant qu'individu. Selon cette théorie, le plaisir vient de la croissance de l'individu en tant que personne. Par exemple, en vue d'assurer son développement au niveau de son besoin d'estime, l'individu pratiquera et se

¹⁶⁸ REEVE, J. M., *op. cit.*, p. 74.

¹⁶⁹ DOLAN, S. L., G. LAMOUREUX, E. GOSSELIN, E et S. DOLAN, *op. cit.*, p. 79.

perfectionnera dans un sport jour après jour, en retirant un plaisir de la satisfaction de son besoin de compétence¹⁷⁰.

Figure 4. Hiérarchie des besoins de Maslow



La théorie des deux facteurs de Herzberg ressemble à celle de Maslow sauf qu'elle organise les besoins autour des deux catégories de la métathéorie de la stabilité/croissance : les **facteurs d'hygiène**, ceux qui consistent à se prémunir contre le danger, la privation et la douleur ainsi que les **facteurs de motivation**, qui comblent le besoin de s'épanouir¹⁷¹. Ces deux catégories de besoins s'étendent sur deux continums indépendants l'un de l'autre. Le fait d'atténuer les besoins du continuum des facteurs d'hygiène change une *insatisfaction* de l'individu en une *non-insatisfaction*. Comblen les besoins du continuum des facteurs de motivation modifie une *non-insatisfaction* en une *satisfaction*¹⁷². Selon cet exemple, d'une part, le fait d'avoir un emploi dans une entreprise qui offre à ses employés de nombreux avantages sociaux engendre de la *non-insatisfaction*. Bien que la présence de ces

¹⁷⁰ REEVE, J. M., *op. cit.*, p. 38.

¹⁷¹ DOLAN, S. L., G. LAMOUREUX, E. GOSSELIN et S. DOLAN, *op. cit.*, p. 84.

¹⁷² *Ibid.*

avantages n'apporte pas de plaisir, l'absence de ces avantages créera du mécontentement (*insatisfaction*). D'autre part, le fait d'avoir la possibilité d'être promu dans l'entreprise et la reconnaissance accordée pour avoir accompli un bon travail engendre de la *satisfaction* et en conséquence du plaisir d'une situation de *non-insatisfaction*¹⁷³.

Selon la théorie du conditionnement opérant de Skinner, la motivation est apprise. Suivant une considération déterministe et normalisée, les comportements sont conditionnés « par le biais des conséquences qui y sont associées¹⁷⁴ ». Un comportement est adapté et répété en fonction d'un plaisir tiré d'un renforcement positif.

Tous ces exemples démontrent les différentes manières par lesquelles le phénomène du plaisir peut être relié à la motivation humaine.

Dans la dernière section qui suit, nous apporterons quelques interrogations sur la définition de la motivation selon Vallerand et Thill et le paradigme matérialiste qui domine les métathéories de la psychologie contemporaine. Nous la conclurons par des exemples tirés d'un cadre d'interprétation évangélique qui pourrait ouvrir à l'étude de la motivation humaine une autre piste, inconcevable à la psychologie contemporaine.

5. APPRÉCIATION DE CES THÉORIES DE LA MOTIVATION SELON UN CADRE D'INTERPRÉTATION THÉISTE ÉVANGÉLIQUE

Puisque les dimensions métathéoriques sous-jacentes de ces théories décrivant le phénomène du plaisir combiné à celui de la motivation sont indépendantes les unes des autres, il serait légitime de s'attendre à ce que la nature humaine soit comprise d'une multitude de manières différentes par les théoriciens. Par conséquent, dans une discussion si pertinente sur l'être humain, une contribution théologique ne peut, à notre avis, se permettre de déclarer forfait devant les théoriciens d'autres champs d'étude, faute de s'être présentée au match.

¹⁷³ *Ibid.*, p. 85.

¹⁷⁴ *Ibid.*, p. 91.

Quoique la définition de Vallerand et Thill soit utile, comme toute définition de type idéale de Weber, elle peut être trop limitée et dépourvue d'autres éléments qui pourraient y être inclus¹⁷⁵. En ce qui nous concerne, leur définition de la motivation se limite à l'aspect de la manifestation de la motivation. Elle n'inclut pas l'aspect d'un manque de motivation dans une situation où elle est naturellement anticipée. Prenons pour exemple la situation d'un comportement où l'effort associé à la motivation serait souhaitable. Mais pour une raison quelconque, la motivation prévue n'est pas déclenchée ou si présente, elle est étouffée.

Bien que cette constatation soit vraie pour n'importe quel cadre d'interprétation auquel on souscrit, nous passons maintenant à quelques interrogations suscitées par un paradigme évangélique.

Interrogation n° 1 : Suivant un cadre d'interprétation matérialiste où les entités non matérielles n'ont pas d'existence, la définition de Vallerand et Thill réduit la motivation à un construit hypothétique : un concept qui en réalité n'existe pas puisqu'il est si abstrait qu'il ne peut être mesuré uniquement par l'intermédiaire d'une action quelconque du corps¹⁷⁶. Bien qu'il soit vrai que la motivation ne peut être mesurée par l'entremise du corps humain, doit-on pour autant prétendre qu'elle n'existe pas comme telle et qu'elle doit être expliquée comme un construit hypothétique? Il semble qu'un paradigme matérialiste existe en sous-entendu dans cette perception de la motivation. Le terme construit hypothétique n'est-il pas en réalité un concept théiste, la réalité d'un phénomène spirituel et immatériel, réintroduit dans la psychologie contemporaine, sans toutefois que soit entériné la faiblesse d'un cadre interprétatif purement matérialiste?

Interrogation n° 2 : D'où viennent le plaisir et la motivation? Cette question est posée non pas dans le sens psychologique, trouvant la source de ces phénomènes dans l'hypothèse qu'ils découlent de la tension créée pour satisfaire un besoin physiologique, psychologique ou social. Elle est postulée plutôt dans un sens

¹⁷⁵ MCFEE, G., *Sport, rules and values: Philosophical investigations into the nature of sport*, New York, Routledge, 2004, p. 23.

¹⁷⁶ WEITEN, W. et D.F. HALPERN, *Psychology: Themes and variations: Briefer version* (5th ed), CA, Thomson/Wadsworth, 2002, p. 289.

philosophique et théologique. Pourquoi la motivation et le plaisir existent-ils et pourquoi l'humain est-il programmé pour les expérimenter en tant que phénomènes? Les théoriciens qui prônent une métathéorie matérialiste les expliquent comme le résultat de processus neurobiologiques. Les autres théoriciens ne posent même pas cette question parce qu'ils se préoccupent uniquement de la compréhension de ces phénomènes en rapport avec l'état présent de l'humain.

Une explication plus complète, selon une compréhension évangélique, consiste à dire que ces phénomènes sont inhérents à une dimension spirituelle ou non matérielle de l'humain. C'est à dire que l'humain reflète, dans un sens très limité, son créateur spirituel qui s'appelle Dieu.

Une discussion théologique peut-elle offrir de nouvelles pistes dans l'étude de la motivation et de son influence sur le comportement et sur l'action humaine? Peut-elle offrir une autre manière de comprendre la nature humaine et ainsi contribuer à l'ouverture des explications non matérielles pour nuancer les théories contemporaines énoncées par la psychologie?

Un joueur dans une discussion théologique, celui du paradigme théiste évangélique, pourrait-il contribuer à cette discussion pour favoriser la compréhension de la complexité de la motivation humaine?

À notre avis, la réponse est affirmative parce qu'un paradigme théiste évangélique, comme d'autres paradigmes théologiques, pourrait proposer des scénarios de motivation qui n'ont pas été avancés auparavant par les théoriciens d'autres paradigmes.

Prenons, par exemple, les deux considérations métathéoriques suivantes : le rôle de l'inconscient dans la motivation et celle des forces externes. Bien qu'il soit impossible à un théoricien matérialiste d'imaginer les situations décrites ci-dessous, un théoricien d'un cadre d'interprétation théiste évangélique n'est pas limité lorsqu'il imagine le scénario suivant : une force externe à l'individu, qui n'est pas composée de la matière, devient une force inconsciente pour influencer le comportement humain. Deux exemples tirés des *Actes des Apôtres* illustrent cette possibilité.

Dans le premier exemple, le texte relate que le Seigneur ouvrit le cœur d'une femme, Lydie, dans la ville de Philippes, pour qu'elle soit attentive à ce que disait l'apôtre Paul¹⁷⁷. Dans l'autre exemple une servante, dans cette même ville, qui avait un esprit de Python (un démon) a suivi Paul et ses compagnons en criant derrière eux pendant plusieurs jours¹⁷⁸. Dans ces deux cas, les entités non matérielles, soit l'Esprit de Dieu ou un démon, ont influencé le comportement de deux individus différents d'une manière qui leur est inconsciente. Dans le premier cas, l'Esprit de Dieu a motivé Lydie à devenir plus alerte pour écouter le message de Paul et le comprendre. Dans l'autre exemple, une force venant d'un esprit de Python a suscité une motivation intense et persistante chez une servante pour qu'elle manifeste un comportement dérangeant envers Paul et ses associés. L'apôtre Paul, conscient de cette force externe qui agissait à l'intérieur de cette servante, a invoqué une autre force externe plus puissante encore (l'Esprit de Dieu) pour étouffer la motivation de cette première force, l'esprit de Python. Comme résultat, le comportement de la servante a changé. Ce changement reconnu par ses maîtres a été interprété comme un abandon de l'espoir de leur gain¹⁷⁹.

Ces deux exemples de lecture des *Actes des Apôtres* peuvent être interprétés comme souscrivant logiquement à une autre dimension métathéorique, celle du déterminisme. Dans les deux cas, ces personnes semblent avoir perdu leur capacité de libre arbitre au profit de ces forces externes ou ces esprits, qui agissaient en elles.

Cependant, la motivation étudiée selon un cadre d'interprétation évangélique affirme que le comportement humain est bien davantage complexe que ce qu'en pensent ceux qui demeurent dans les cadres d'interprétations traditionnels. Par exemple, l'influence de l'Esprit de Dieu, qui peut être interprétée comme une perte du libre arbitre, est associée, dans d'autres circonstances, au phénomène du libre arbitre. Deux exemples du libre arbitre associé à l'Esprit de Dieu seront tirés de *l'Épître aux Éphésiens*.

Dans le premier exemple l'apôtre Paul écrit :

¹⁷⁷ Actes 16, 14

¹⁷⁸ Actes 16, 16-17

¹⁷⁹ Actes 16, 18-19

Qu'il ne sorte de votre bouche aucune parole mauvaise, mais, s'il y a lieu, quelque bonne parole, qui serve à l'édification et communique une grâce à ceux qui l'entendent. N'attristez pas le Saint-Esprit de Dieu, par lequel vous avez été scellés pour le jour de la rédemption¹⁸⁰.

Dans ces versets nous constatons qu'il est possible pour un croyant marqué du sceau du Saint-Esprit de proférer des paroles inappropriées envers d'autres croyants. Comme résultat, le Saint-Esprit est décrit dans un terme affectif comme étant attristé. Loin d'être dans un état de déterminisme sous l'influence du Saint-Esprit, le croyant possède la pleine liberté soit de s'allier au Saint-Esprit, soit d'attrister le Saint-Esprit.

Dans un deuxième exemple tiré plus loin de la même épître, l'apôtre Paul ajoute :

Ne vous enivrez pas de vin : c'est de la débauche. Soyez, au contraire, remplis de l'Esprit; entretenez-vous par des psaumes, par des hymnes, et par des cantiques spirituels, chantant et célébrant de tout votre cœur les louanges du Seigneur; rendez continuellement grâce à Dieu pour toutes choses, au nom de notre Seigneur Jésus-Christ¹⁸¹...

De nouveau, on ne relève pas l'effet d'un déterminisme sur les croyants, mais une exhortation à coopérer avec le Saint-Esprit en vue de marcher dans sa plénitude. Étant motivé à participer à cette coopération, le croyant manifestera l'affect positif de joie et un comportement qui démontre l'évidence de cette plénitude.

Les points principaux de cette discussion sont les suivants : premièrement, il sera question de démontrer le paradoxe du déterminisme et du libre arbitre existant dans un cadre d'interprétation évangélique pour répondre à une critique qui affirmerait éventuellement que le fait d'introduire Dieu dans la motivation enlève à l'homme sa liberté d'agir; deuxièmement, il s'agira de présenter qu'une discussion théologique, venant d'un cadre d'interprétation évangélique, pourrait ouvrir les pistes heuristiques pour l'étude de la motivation humaine en élaborant davantage sur la complexité de l'humain.

Un paradigme évangélique présuppose que le genre littéraire narratif, comme celui des Actes des apôtres, est historique et décrit authentiquement le comportement humain dans la situation présentée par l'auteur. En conséquence, les textes peuvent

¹⁸⁰ Éphésiens 4, 29-30

¹⁸¹ Éphésiens 5, 18-20

être employés comme les sources *d'études de cas* afin d'obtenir une explication plus complète de la motivation humaine dans sa complexité.

Toutefois, Vallerand et Thill nous avertissent des limites de cette méthode de recherche.

Aussi bien menée qu'elle puisse être, *l'étude de cas* ne correspond pas à une approche expérimentale et ne saurait que très rarement apporter des réponses aux relations de cause à effet qui peuvent exister entre deux ou plusieurs variables. En revanche, elle peut conduire à certaines constatations intéressantes ou à la formulation d'hypothèses très fructueuses¹⁸²... (italiques ajoutés).

6. CONCLUSION

Suite à ce bref survol de la contribution de la psychologie à notre problématique, nous pouvons maintenant patiner dans l'arène de la psychologie du sport. Dans le chapitre 4, nous avancerons dans notre problématique en examinant la contribution de la psychologie du sport avant d'entreprendre notre étude sur le rôle du plaisir dans la motivation humaine à partir d'une discussion théologique.

¹⁸² VALLERAND, R. J., & E. THILL, *op. cit.*, p. 34.

CHAPITRE 4 : PLAISIR ET MOTIVATION : PERSPECTIVE DE LA PSYCHOLOGIE DU SPORT

1. LE SPORT ET LE PLAISIR

Aussi loin que l'on puisse remonter dans l'histoire, pour différentes raisons, le jeu et son lien avec le plaisir font partie de l'activité humaine.

Chappelet (1991) définit les jeux olympiques antiques comme ceux s'étant déroulés entre 776 avant J.-C, à 393 après J.-C¹⁸³. L'élément central des jeux comportait la pratique de l'athlétisme et ceux-ci avaient pour objet de glorifier les chefs des cités grecques par la mesure du succès remporté par leurs concitoyens¹⁸⁴. En contraste, les Romains préféraient les spectacles du cirque ou de l'hippodrome et trouvaient du plaisir dans l'effusion du sang plutôt que dans la beauté¹⁸⁵.

De nos jours, quelques auteurs contemporains établissent des distinctions justes qui nous permettent de progresser dans notre compréhension du plaisir par rapport au jeu. D'une part des chercheurs comme Izard et Ackerman (2000) différencient les émotions positives de l'intérêt et du plaisir qui sont associés au jeu :

Interest sustains active engagement in the game. Happiness follows from achievement of a goal, mastery, or some incongruous event. Periodic joy provides respite from the activity driven by intense interest and serves as a reward that promotes return to the game¹⁸⁶.

Cette distinction nous fait réaliser qu'à l'intérieur du phénomène du plaisir, il existe des nuances importantes : intérêt, compétence et joie.

D'autre part, un auteur comme Higgs (1995) distingue deux activités à l'intérieur de ce qu'on appelle le jeu. Il nomme ces deux activités jeu et sport. Pour renforcer cette distinction, Higgs polarise le jeu et le sport en les conceptualisant autour de la notion sémantique du but. Selon Higgs, le jeu est conceptualisé comme une activité physique ou mentale qui vise un but intrinsèque qu'il appelle le

¹⁸³ CHAPPELET, J. L., « Les origines » *Le système olympique*, Grenoble, Presses Université de Grenoble, 1991, p. 19.

¹⁸⁴ *Ibid.*, p. 22.

¹⁸⁵ *Ibid.*, p. 21.

¹⁸⁶ IZARD, Carroll E., et B.P. ACKERMAN, *op. cit.*, p. 258.

*don naturel du jeu*¹⁸⁷. À travers ce *don du jeu*, le participant éprouve un sentiment d'affinité avec l'activité, qui l'amène à un sentiment euphorique. Le sport, au contraire, est conceptualisé comme une compétition physique qui vise un but externe à l'athlète : un prix qui comporte une certaine valeur dans un contexte culturel précis¹⁸⁸. Dans le sport, un participant est *en compétition* avec la nature, avec les autres ou avec lui-même. Dans le jeu, par contre, un participant est *en communion* avec une ou plusieurs de ces trois composantes.

Le sociologue Guttman (1978) fournit d'autres distinctions utiles entre le sport et le jeu, qui aident à dissiper le brouillard enveloppant notre compréhension de ce sujet d'étude. Nous avons déjà mentionné au chapitre 1 et répétons ici, que selon la définition de Guttman, suivant le modèle type idéal de Weber, le sport moderne est défini comme une activité compétitive qui est physique, ludique et non utilitaire. C'est-à-dire que le sport moderne est considéré comme jeu en ce qu'il apporte un plaisir aux participants. Il n'est pas exercé pour produire quelque chose. Le sport moderne est régi par des règles et pratiqué comme une compétition physique¹⁸⁹. Pour équilibrer la définition de Guttman, Bellefleur (1976) par sa réflexion sociologique sur le sport dans le contexte des XXI^e olympiades de Montréal nous introduit à une autre dimension du sport. Le sport moderne, de niveau élevé, ne comporte pas seulement les éléments du jeu et du plaisir, mais aussi ceux du travail et de l'obligation¹⁹⁰.

Quoique la relation entre le sport et le plaisir puisse être étudiée et nuancée à partir d'une étude historique ou sociologique, dans ce chapitre nous reprenons ce sujet traité dans la perspective de la psychologie contemporaine et le présenterons à partir de la contribution de la psychologie du sport.

Selon Cox (2005), la psychologie du sport est une branche de la kinésiologie née durant la période entre 1950 et 1980. Elle vise à améliorer les performances et à

¹⁸⁷ HIGGS, R. J., *op. cit.*, p. 164.

¹⁸⁸ *Ibid.*, p. 3.

¹⁸⁹ GUTTMANN, A., *op. cit.*, p. 324.

¹⁹⁰ BELLEFLEUR, M., « Du travail aux jeux et aux sports », dans (dir.) Boutin, Volant & Petit, *L'Homme en mouvement : le sport, le jeu, la fête : sociologie, philosophie, théologie*, Montréal, Fides, 1976, p. 87.

enrichir la vie du sportif à travers l'étude de l'effet des facteurs psychologiques et émotionnels¹⁹¹.

La contribution de la psychologie du sport dans notre étude sur le plaisir, la motivation et l'action humaine sera présentée en deux étapes. Tout d'abord, nous soumettrons quelques théories reliant le plaisir, la motivation et l'action humaine afin de nous permettre d'avoir un survol des conditions théoriques qui favorisent la motivation humaine. Après avoir introduit brièvement ces approches théoriques, la deuxième partie exposera les résultats d'une étude empirique qui a mesuré la corrélation entre la perception du plaisir, la persévérance et la performance des jeunes joueurs et joueuses de tennis élités du Québec. Les résultats seront comparés à quelques unes des théories déjà présentées qui cherchent à expliquer la relation plaisir/motivation/action humaine.

2. RÉSUMÉ DE QUELQUES THÉORIES RELIANT LE PHÉNOMÈNE DU PLAISIR AVEC CELUI DE LA MOTIVATION

La psychologie du sport a pour but d'étudier l'effet des facteurs psychologiques et émotionnels sur les performances et sur le bien-être des athlètes ainsi que l'influence de la pratique sportive sur ces mêmes facteurs. Selon Cox (2005), la première recherche dans ce domaine remonte à 1897 quand Triplett a conclu que la présence d'autres concurrents avait amélioré les performances de cyclistes, en comparaison avec ceux qui avaient couru seuls¹⁹². Au cours des années, quoique certains psychologues aient écrit pour traiter les problèmes émotionnels et les troubles de la personnalité dont souffraient certains sportifs, d'autres ont voulu comprendre les notions de la psychologie du sport pour aider les athlètes à mieux performer et à mieux vivre¹⁹³. Ces chercheurs ont dirigé leur attention vers la personnalité du sportif, sa préparation psychologique et les facteurs influençant sa motivation¹⁹⁴.

¹⁹¹ COX, R. H., *op. cit.*, p. 14.

¹⁹² *Ibid.*, p. 14.

¹⁹³ *Ibid.*, p. 17.

¹⁹⁴ *Ibid.*, p. 15.

Dès nos jours, la motivation dans le sport soulève un grand intérêt chez les auteurs dans ce champ d'étude. Quoique les théories présentées dans ce chapitre ne viennent pas des auteurs qui se spécialisent seulement dans le sport, les modèles ont été vérifiés par d'autres chercheurs dans le contexte du sport. Nous commençons par la théorie de l'auto-efficacité de Bandura (1977), suivie par celle de la motivation par la compétence de Harter (1982). Ensuite nous présenterons la théorie de l'autodétermination de Deci et Ryan (1985) qui se fonde sur la théorie intégrée des motivations intrinsèque et extrinsèque de Vallerand et Rousseau (2001) et le modèle motivationnel d'entraîneur sportif de Mageau et Vallerand (2003). Toutes ces théories font partie d'une approche cognitive.

2.1. Présentation du modèle de Bandura

D'abord, selon la théorie de l'auto-efficacité de Bandura (1977) telle que présentée dans Cox (2005), ce sont les croyances de l'individu sous la forme d'un sentiment de confiance en soi qui motivent l'athlète à faire tous les efforts nécessaires pour arriver à une meilleure performance. Si l'athlète est convaincu qu'il peut influencer favorablement l'issue de la compétition, il sera enthousiaste et disposé à faire tous les efforts nécessaires pour réussir. Bandura propose quatre éléments essentiels au développement de ce sentiment de confiance en soi : l'exécution réussie, l'expérience « vicariante » (*modeling*), la persuasion globale et l'éveil émotionnel¹⁹⁵.

- Lorsque l'athlète *exécute* une tâche et la *réussit* à un niveau de difficulté peu élevé, celui-ci sera confiant en travaillant sur la même tâche lorsque la difficulté en sera augmentée.
- L'athlète en observant l'expérience d'une personne qui a déjà maîtrisé une tâche apprend par l'observation. « *L'expérience vicariante (modeling)* du succès constitue une excellente base pour réussir en situation réelle¹⁹⁶. » (Italiques ajoutées)
- Les *messages verbaux* positifs venant de personnes respectées par l'athlète lui permettent de croire qu'il est compétent dans l'exécution de la tâche.

¹⁹⁵ *Ibid.*, p. 26.

¹⁹⁶ *Ibid.*, p. 26.

- Lorsque l'athlète est *éveillé* émotionnellement, son intérêt est piqué et il est plus disposé à l'apprentissage.

Chacun de ces quatre éléments est relié à l'affect positif qui à son tour nourrit la motivation.

Pour Bandura, ce sentiment de confiance qui encourage la motivation du sportif en tant qu'individu est aussi applicable pour la collectivité d'une équipe¹⁹⁷.

La théorie de Bandura se distingue des autres théories de la motivation présentées dans ce chapitre par le fait que la confiance en soi du sportif se développe par l'apprentissage. Pour Bandura, la confiance en soi du sportif est apprise à travers ses interactions avec l'environnement et auprès de personnes considérées, plutôt que d'être un besoin inné chez l'humain¹⁹⁸.

2.2. Présentation du modèle de Harter

Harter (1982) propose un modèle s'inspirant du théoricien Robert White¹⁹⁹. Conscient que les comportements humains comme l'exploration, la curiosité et le jeu ne peuvent être adéquatement expliqués par les théories déterministes comme celle des *drives* de Hull, ou la réduction d'un état d'anxiété de la théorie psychanalytique des instincts de Freud, White a proposé que l'humain éprouve le besoin inné de maîtriser son environnement. Une source d'énergie innée amène l'individu à devenir compétent lors d'interactions avec son environnement. Lorsque ce besoin est satisfait, il procure du plaisir à la personne²⁰⁰.

Selon Harter, les tentatives de maîtrise réussies favorisent les sentiments de compétence. Cette perception de compétence suscite un affect positif de plaisir qui en conséquence maintient ou augmente le niveau de motivation du sportif. L'athlète est alors poussé à maîtriser davantage sa compétence dans le sport. Si les tentatives du sportif ne le conduisent pas au succès dans la maîtrise de son sport, l'échec incite celui-ci à se sentir incompetent, ce qui produit un affect négatif et une perte de

¹⁹⁷ *Ibid.*, p. 27.

¹⁹⁸ PELLETIER, L. G. et R. J. VALLERAND, « Une perspective humaniste de la motivation : les théories de la compétence et de l'autodétermination », dans (dir.) VALLERAND, R. J., & E. THILL, *Introduction à la psychologie de la motivation*, Laval: Éditions Études vivantes, 1993, p. 279.

¹⁹⁹ *Ibid.*, p. 247.

²⁰⁰ *Ibid.*

motivation comportementale. Si l'impact négatif n'est pas minimisé par les encouragements à essayer de nouveau de la part de personnes considérées, le sportif abandonne le sport²⁰¹.

2.3. Présentation du modèle de Deci et Ryan

La théorie d'autodétermination proposée par Deci et Ryan (1985), vise à expliquer la motivation humaine à partir de la théorie humaniste, affirmant que l'humain peut agir sur son environnement et que ses actions sont le résultat de sa propre volonté. À l'opposé de la considération métathéorique déterministe qui postule que l'humain est passif et poussé à l'action par ses *instincts* (Freud), ses *drives* (Hull), ou *le conditionnement opérant* (Skinner)²⁰², Deci et Ryan se trouvent parmi les chercheurs qui affirment que l'humain cherche continuellement à s'améliorer, dans le but de maîtriser son environnement pour son bien-être²⁰³. Selon ces auteurs, les besoins fondamentaux de l'humain, associés à la motivation humaine, constituent son sentiment de compétence et d'autodétermination. Son sentiment de compétence fait référence au besoin inné chez l'humain de se sentir efficace lors des interactions visant à maîtriser son environnement²⁰⁴. Son sentiment d'autodétermination fait référence au besoin inné de se percevoir comme la principale cause de ses actions²⁰⁵.

Pour avoir le sentiment d'être autodéterminé, l'humain doit se sentir la liberté de pouvoir faire un choix parmi les différents comportements possibles dans sa vie. Par exemple, si un individu perçoit qu'il n'a aucune maîtrise de ses actions dans une situation précise, il ressent que sa liberté est brimée. En conséquence, il perdra sa motivation liée à cette situation. En revanche, selon Deci et Ryan (1985), l'humain garde sa motivation pour ce même comportement, même s'il choisit de céder le

²⁰¹ COX, R.H., *op. cit.*, p. 27.

²⁰² VALLERAND, R. J. et F.L. ROUSSEAU, « Intrinsic and extrinsic motivation in sport and exercise: A review using the hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation », tiré de R. N. Singer, H. A. Hausenblas et C. Janelle (Éd.), *Handbook of sport psychology*, (2nd ed.), New York, Wiley, 2001, p. 389.

²⁰³ PELLETIER, L.G. et R.J. VALLERAND, *op. cit.*, p. 244.

²⁰⁴ *Ibid.*, p. 247.

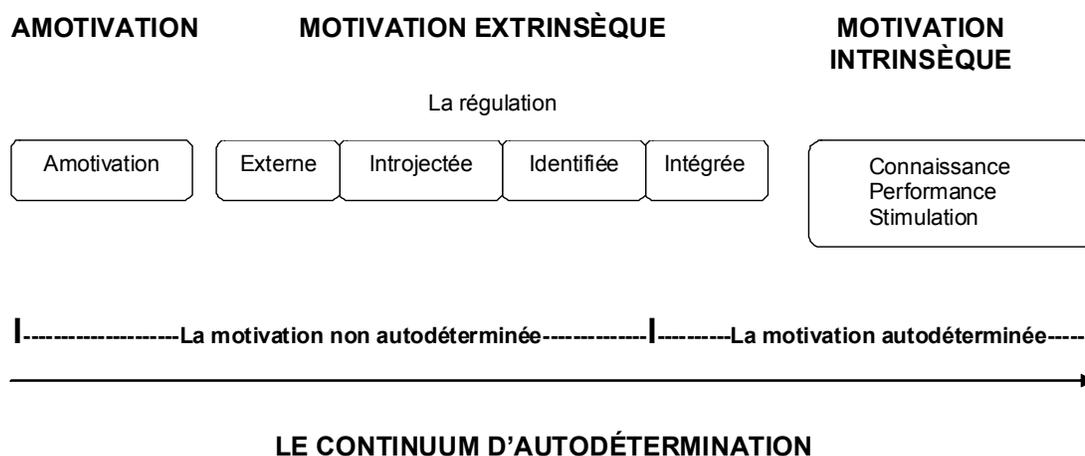
²⁰⁵ *Ibid.*

contrôle à une autre personne, à condition qu'il évalue que la perte de contrôle est plus avantageuse pour lui et qu'il cède ce contrôle librement²⁰⁶.

Deci et Ryan (1985) conceptualise l'existence de différents types de motivation humaine : la motivation intrinsèque, la motivation extrinsèque et l'amotivation (Figure 5).

Figure 5. Le continuum d'autodétermination et les différents types de motivation

Adapté de Cox (2005)²⁰⁷



Dans des termes plus concrets, la motivation intrinsèque implique que l'individu pratique une activité parce qu'il en retire du plaisir et une certaine satisfaction²⁰⁸. En conséquence, elle est considérée comme une motivation autodéterminée. La personne choisit librement de participer à l'activité.

La motivation extrinsèque survient lorsque l'individu tente d'obtenir quelque chose en échange de la pratique de l'activité²⁰⁹. Deci et Ryan ont classé quatre types de motivation extrinsèque sur un continuum : la régulation intégrée, la régulation identifiée, la régulation introjectée et la régulation externe. Par ordre décroissant, chaque type est caractérisé par une diminution de l'autodétermination. Avec de moins

²⁰⁶ *Ibid.*, p. 252.

²⁰⁷ COX, R.H., *op. cit.*, p. 70.

²⁰⁸ *Ibid.*, p. 255.

²⁰⁹ *Ibid.*, p. 255.

en moins de choix et une plus grande perception de contrôle venant de l'extérieur de l'individu, l'humain est moins motivé et retire moins de plaisirs dans ses actions.

Enfin, l'amotivation est la forme de motivation la moins autodéterminée. Dans ce cas, l'individu ne perçoit aucun lien entre ses actions et les résultats obtenus²¹⁰. Ses choix de comportement semblent n'avoir aucune influence sur son environnement.

Ce qui suit représente des exemples concrets de chacun des types de motivation à partir du domaine du sport :

- Un individu est *intrinsèquement* motivé lors d'une situation où « il se rend à la patinoire du coin parce qu'il aime la sensation de liberté lorsqu'il se déplace sur la glace²¹¹ »;
- Une personne est *extrinsèquement* motivée par *régulation intégrée* lorsqu'elle choisit de rester à la maison le vendredi soir, au lieu de sortir avec ses amis, afin d'être en meilleure forme pour son match du lendemain.

La motivation *intrinsèque* et la motivation par *régulation intégrée* font partie de la motivation autodéterminée (Figure 5).

Les exemples suivants illustrent la motivation non autodéterminée.

- Une personne est *extrinsèquement* motivée par *régulation identifiée* lorsqu'elle « décide de pratiquer le hockey parce que cela l'aidera plus tard à devenir entraîneur dans cette discipline²¹² »;
- Une personne est *extrinsèquement* motivée par *régulation introjectée* quand elle pense qu'il faut absolument faire du sport pour être en forme;
- Un jeune est *extrinsèquement* motivé par *régulation externe* quand il décide de pratiquer le hockey pour plaire à ses parents, parce que cela lui permettra peut-être plus tard de gagner sa vie²¹³;

²¹⁰ *Ibid.*, p. 256.

²¹¹ PICHE, S., *Précurseurs motivationnels des performances sportive et scolaire*, Mémoire de maîtrise non publié, Université Laval, Mémoire de maîtrise non publié, Ste-Foy, 2003, consulté le 10 mars 2008 sur [<http://archimede.bibl.ulaval.ca/archimede/files/91b17304-26e6-46aa-af0d-289e611b2162/20726.html>].

²¹² *Ibid.*

- Enfin, une personne expérimente *l'amotivation* quand elle ne sait pas pourquoi elle pratique un sport ou quand elle a l'impression qu'il est inutile de continuer à faire du sport, mais qu'elle continue à le pratiquer pour plaire à ses parents.

Deci et Ryan ont aussi proposé une explication décrivant le processus du changement de l'état motivationnel chez l'humain : d'une part, l'augmentation de sa motivation intrinsèque, d'autre part, la diminution de cette motivation et son remplacement par une motivation extrinsèque²¹⁴. Selon leur théorie de l'évaluation cognitive, appliquée au domaine du sport, plusieurs facteurs issus de l'environnement social d'un individu exercent une influence sur son sentiment de compétence et d'autonomie : le succès et l'échec, la compétition et la coopération, et le comportement des entraîneurs²¹⁵. Plus les sentiments d'autodétermination et de compétence sont expérimentés par le sportif à travers ces facteurs sociaux, plus le sportif sera motivé de manière intrinsèque et participera à son activité pour le plaisir et la satisfaction.

2.4. Présentation de la théorie intégrée des motivations intrinsèque et extrinsèque de Vallerand et Rousseau

S'appuyant sur les deux théories cognitives de Deci et Ryan, Vallerand et Rousseau (2001) ont proposé la théorie intégrée des motivations intrinsèque et extrinsèque. L'ayant appliquée au sport et à l'exercice physique, ces auteurs apportent quelques nuances aux théories de Deci et Ryan.

D'abord, ils proposent trois types de motivation intrinsèque : connaissance, performance et stimulation (Figure 5). Selon Vallerand et Rousseau, un sportif s'engage dans une activité sportive pour une ou plusieurs des raisons suivantes : parce qu'il aime le plaisir venant de la découverte de nouvelles techniques d'entraînement (connaissance), parce qu'il ressent beaucoup de satisfaction

²¹³ *Ibid.*

²¹⁴ PELLETIER, L.G. et R.J. VALLERAND, *op. cit.*, p. 261.

²¹⁵ COX, R.H., *op. cit.*, p. 68.

personnelle alors qu'il maîtrise certaines habiletés difficiles (performance) ou parce qu'il adore les moments amusants vécus lorsqu'il fait du sport (stimulation)²¹⁶.

Deuxièmement, élaborant sur la théorie des besoins innés de compétence et d'autonomie énoncées par Deci et Ryan, Vallerand et Rousseau ajoutent un troisième besoin inné qui joue un rôle de médiation entre les divers facteurs sociaux provenant de l'environnement du sportif et les différents types de motivation possibles : l'appartenance sociale. Le sportif expérimente la motivation intrinsèque dans la mesure où il possède le sentiment d'appartenir à un groupe social, soit avec ses coéquipiers, soit avec d'autres personnes respectées de l'environnement social du sportif : par exemple, son entraîneur, ses parents ou l'entourage de l'équipe²¹⁷.

Troisièmement, se basant sur une abondante bibliographie de plus de 800 études sur la motivation intrinsèque/extrinsèque effectuées depuis la première étude menée par Deci en 1971²¹⁸, Vallerand et Rousseau les ont cataloguées dans les trois catégories suivantes : *la motivation globale, la motivation contextuelle et la motivation spécifique*²¹⁹. Selon Vallerand et Rousseau, la motivation humaine existe à ces trois niveaux de généralité. La *motivation globale* fait référence à l'orientation motivationnelle de l'individu dans l'ensemble de sa vie. Tel un trait de personnalité qui existe et influence la vie d'une personne, selon Vallerand et Rousseau, un individu possède son style de motivation globale : intrinsèque, extrinsèque ou amotivée. La *motivation contextuelle* concerne l'orientation de la motivation de l'individu dans un domaine de sa vie comme le sport, le travail, l'éducation ou les loisirs. La *motivation spécifique* se rapporte à la motivation d'un individu dans une situation précise lorsqu'il est engagé dans une activité faisant partie d'un domaine de sa vie.

Vallerand et Rousseau proposent que l'orientation motivationnelle d'une personne dans un domaine puisse influencer sa motivation dans un autre domaine²²⁰. D'une part, l'influence ascendante postule que la motivation intrinsèque

²¹⁶VALLERAND, R. J. et F.L. ROUSSEAU, *op. cit.*, p. 390.

²¹⁷ *Ibid.*, p. 394.

²¹⁸ *Ibid.*, p. 389.

²¹⁹ *Ibid.*, p. 392.

²²⁰ *Ibid.*, p. 407.

expérimentée dans les situations d'entraînement du sportif (*motivation spécifique*) peut développer sa motivation intrinsèque pour ce sport (*motivation contextuelle*). D'autre part, l'influence descendante présuppose que la motivation intrinsèque dans un sport (*motivation contextuelle*) peut contribuer à la motivation intrinsèque dans les situations d'entraînement précises (*motivation spécifique*).

De plus, la motivation intrinsèque dans le sport peut influencer la motivation intrinsèque de l'individu dans un autre domaine, comme l'éducation. En revanche, les diverses formes de motivation aux différents niveaux peuvent entrer en conflit les unes avec les autres. Par exemple, un sportif peut détourner son attention de ses études en mathématiques (*motivation spécifique*) en ne pensant qu'à son engouement pour le soccer (*motivation contextuelle*)²²¹. Un joueur de basketball essuyant un échec dans ses études (*motivation contextuelle*) peut expérimenter une poussée de motivation intrinsèque pour le basketball (*motivation contextuelle*) à cause de son besoin de rehausser sa perception de compétence personnelle globale²²².

Nous pouvons dégager de Vallerand et Rousseau les éléments suivants :

- Un sportif n'est pas motivé seulement de manière intrinsèque ou extrinsèque. Il participe à son sport, comme à n'importe quel autre aspect de sa vie, avec des motivations intrinsèques, extrinsèques et amotivées tout à la fois, selon les diverses situations et les différentes influences dans sa vie²²³.
- Les différents facteurs sociaux de son environnement influent sur les changements dans l'état motivationnel de l'individu, par l'intermédiaire de la perception de ses besoins innés de compétence, d'autonomie et d'appartenance sociale.

2.5. Présentation du modèle de Mageau et Vallerand

Mageau et Vallerand (2003) ont proposé un modèle de motivation joignant les multiples facettes de la relation existant dans l'environnement sportif entre l'entraîneur et le sportif (Figure 6). Se fondant sur la théorie de l'évaluation cognitive

²²¹ *Ibid.*

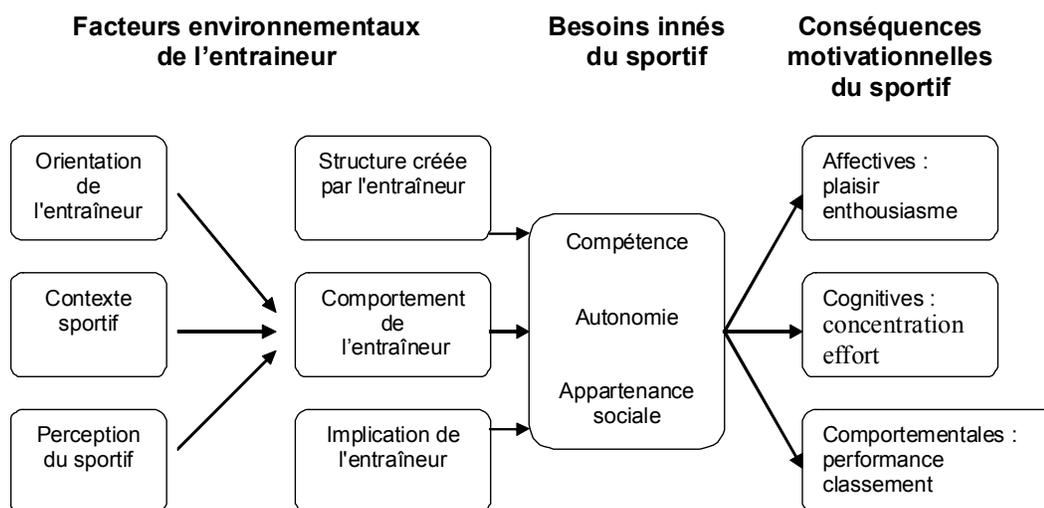
²²² *Ibid.*, p. 408.

²²³ *Ibid.*, p. 410.

de Deci et Ryan (1980; 1985) et le modèle hiérarchique de la motivation intrinsèque et extrinsèque de Vallerand et Rousseau (2001), ils mettent l'accent sur les facteurs sociaux de l'environnement du sportif qui sont sous le contrôle de l'entraîneur et qui exercent une influence sur la motivation du sportif.

Les facteurs sociaux de l'environnement du sportif, comme l'orientation personnelle de l'entraîneur, sa perception du comportement de l'athlète et le contexte de la relation entraîneur-athlète influencent les comportements autodéterminants de l'entraîneur. Ses comportements autodéterminants, son implication centrée sur l'athlète et la structure sportive qu'il crée autour de l'athlète exercent une influence soit positive soit négative sur les trois besoins innés de l'athlète : l'autonomie, la compétence et l'appartenance sociale. Si ces besoins innés de base sont comblés chez l'athlète, il pratiquera son sport avec enthousiasme. C'est-à-dire avec une motivation intrinsèque ou une motivation extrinsèque intégrée²²⁴. Les conséquences de la motivation se trouvent manifestées chez le sportif sur le plan affectif, cognitif et comportemental²²⁵.

Figure 6. La séquence motivationnelle proposée et adaptée de Mageau et Vallerand (2003)²²⁶



²²⁴ *Ibid.*, p. 885.

²²⁵ VALLERAND, R. J. et F.L. ROUSSEAU, *op. cit.*, p. 397.

²²⁶ MAGEAU, G. A., et R.J. VALLERAND, « The coach-athlete relationship: A motivational model », *Journal of Sports Sciences*, 21, (11), 2003, p. 884.

Ce modèle de Mageau et Vallerand trouve son appui dans les études effectuées dans le contexte scolaire. Les auteurs admettent cependant qu'ils ont besoin de résultats provenant d'études empiriques réalisées dans le domaine du sport pour vérifier ce modèle au complet²²⁷. En conséquence, ils proposent ce modèle pour inciter plus de recherche dans le domaine du sport.

Nous pouvons retirer ce qui suit de Mageau et Vallerand :

- Les personnes considérées dans l'environnement social jouent un rôle déterminant pour influencer le type de motivation expérimentée par le sportif.

3. ÉVALUATION DES THÉORIES RELIANT LE PHÉNOMÈNE DU PLAISIR AVEC CELUI DE LA MOTIVATION

Après avoir introduit brièvement un résumé des principales approches théoriques reliant le plaisir et la motivation chez l'humain, cette deuxième partie présentera une évaluation de quelques-unes des théories exposées ci-dessus à partir d'une étude empirique dans le sport.

Guénette (2004) a étudié l'implication parentale et ses conséquences sur l'expérience sportive (performance, plaisir, persévérance et sentiment de compétence perçue), chez 30 joueurs et joueuses de tennis, en phase de développement (âgés de 13 à 16 ans), évoluant sur la scène québécoise. Bien qu'elle ait trouvé une corrélation entre le plaisir, la persévérance et le sentiment de compétence perçue par les sportifs, elle n'a trouvé aucune corrélation entre ces trois variables et la performance mesurée par le niveau de classement provincial en tennis²²⁸.

Selon la perspective de Harter appliquée au sport, une personne est motivée à participer parce qu'elle est en quête de compétence. Si les efforts déployés pour combler ce besoin lui procurent le succès au niveau des performances, la personne ressent du plaisir, sa motivation est augmentée et une meilleure performance sera anticipée. En conséquence, le plaisir devient, selon cette théorie, une source de

²²⁷ *Ibid.*, p. 899.

²²⁸ GUÉNETTE, A., *Implication parentale et relations avec le classement, le plaisir, la persévérance et le sentiment de compétence des jeunes joueurs et joueuses de tennis élités du Québec*, Mémoire de maîtrise, Montréal, Université de Montréal, 2003, p. 96.

motivation qui génère une meilleure performance par l'entremise de la quête de la compétence.

Guénette, qui trouve tout de même une corrélation entre le plaisir et la compétence ressentis par les sportifs, n'a décelé aucune concordance entre la compétence ressentie et le classement des joueurs/joueuses. Les résultats de Guénette ne sont pas allés dans le même sens que la théorie de Harter. De plus, Guénette a comparé les 10 sportifs présentant le sentiment de compétence le plus élevé avec les 10 ayant le sentiment de compétence le moins élevé. Elle n'a trouvé aucun lien entre la compétence ressentie et l'implication des parents²²⁹. Cette constatation suggère que le sentiment de compétence chez ces joueurs/joueuses émane d'autres sources dans l'environnement sportif que de leurs parents, comme les entraîneurs ou les autres joueurs.

Selon la théorie intégrée des motivations intrinsèque et extrinsèque de Vallerand et Rousseau, c'est la perception de *la compétence* du sportif ainsi que celle de l'autonomie et de l'appartenance sociale qui nourrissent sa motivation intrinsèque et lui apportent du plaisir dans la participation sportive. Guénette nous amène à constater que la motivation intrinsèque se manifeste chez le sportif de trois manières : affective (sentiments positifs/*plaisir*), cognitive (effort, concentration, *persévérance*), comportement (*performance*). Les résultats de Guénette démontrent la corrélation anticipée entre le sentiment de *la compétence* du sportif, celui du *plaisir*, et son désir de *persévérer* dans le sport²³⁰. Cependant, tel que déjà mentionné, Guénette n'a trouvé aucune interdépendance entre le classement (*performance*) des sportifs et les mesures du plaisir, de la persévérance et du sentiment de compétence²³¹.

Selon Vallerand et Rousseau, l'effet positif du plaisir ne vient pas seulement de la compétence associée à la réussite dans les performances, comme le propose Harter. Le sentiment du plaisir associé à la motivation intrinsèque découle aussi du sentiment de l'autonomie et de l'appartenance sociale.

²²⁹ *Ibid.*, p. 95.

²³⁰ *Ibid.*, p. 96.

²³¹ *Ibid.*

En conséquence, un sportif peut être motivé d'une manière intrinsèque et expérimenter du plaisir dans sa participation, sans avoir réussi par rapport à son classement (performance). Guénette a étudié la relation entre l'implication parentale et la variable du plaisir ressenti par le joueur/joueuse. Elle a trouvé une corrélation entre le plaisir ressenti par les joueurs/joueuses et le score global du degré d'appréciation des sportifs quant à l'implication des mères et surtout aux attentes des mères²³². Ce phénomène pourrait expliquer pourquoi les joueurs et joueuses de tennis qui ont manifesté le plus de plaisir dans cette étude n'étaient pas nécessairement ceux et celles qui détenaient le meilleur classement. Il est fort possible que ceux qui démontraient le plus de plaisir aient tiré du plaisir de l'appartenance sociale, de l'attention de leurs mères, ou d'autres sources.

Selon Vallerand et Rousseau, un sportif peut en revanche réussir dans son sport au niveau de la performance (classement) sans en tirer de plaisir. Dans ce cas, sa participation émane d'une motivation extrinsèque qui peut être soit autodéterminée soit non autodéterminée. Parce qu'aucune corrélation n'a été décelée entre le plaisir et le classement, il semble selon l'étude de Guénette que les joueurs et joueuses obtenant un rendement plus performant peuvent pratiquer leur sport avec ou sans plaisir. En d'autres mots, ils expérimentent tous les types de motivation possibles : intrinsèque, extrinsèque autodéterminée et extrinsèque non autodéterminée.

Pour justifier cette interprétation, nous nous appuyons sur d'autres résultats de Guénette. D'abord, cette chercheuse a trouvé que le degré d'appréciation de l'implication des mères des 10 meilleurs sportifs était moins élevé en comparaison au degré d'appréciation de l'implication des mères des 10 moins performants du groupe des 30 sujets²³³. Aucune différence n'a été notée par rapport à la comparaison du degré d'appréciation de l'implication des pères parmi ces mêmes groupes. Guénette a remarqué que la plus grande distinction entre les mères des 10 meilleurs et des 10 moins performants au classement se trouve au niveau de la « directivité ». Son explication est la suivante :

²³² *Ibid.*, p. 85.

²³³ *Ibid.*, p. 82.

Ceci pourrait peut-être appuyer l'hypothèse que les mères des athlètes plus performants ont moins d'encadrement à faire parce que ces athlètes sont plus autonomes, responsables et prennent leur sport plus au sérieux que ne le font les athlètes moins bien classés²³⁴...

Pour les 10 meilleurs sportifs, selon une lecture de Mageau et Vallerand, ils se sentent autonomes sans avoir besoin d'autant de directivité. L'autonomie est un facteur qui contribue à susciter la motivation intrinsèque.

Par la suite, Guénette a perçu une corrélation entre le classement sportif et le nombre de tournois auxquels le jeune participe dans une année, ainsi que le nombre d'heures d'entraînement physique par semaine²³⁵. Une plus grande participation aux tournois et aux heures d'entraînement a contribué à un meilleur classement.

Finalement, Guénette a décelé une corrélation entre le classement sportif et l'implication des parents par rapport au « nombre d'heures que les parents consacrent à leur enfant pour lui permettre de jouer au tennis [et] les dépenses relatives à la pratique de ce sport²³⁶. » Plus les parents ont été prêts à consentir de sacrifices pour le jeune, plus le sportif a réussi dans son classement.

En résumant ces constatations, nous pouvons imaginer le scénario suivant. Les sportifs en général apprécient mieux l'implication de leurs mères et celle-ci leur apporte un plus grand plaisir. Cependant, en observant l'implication des parents par rapport au temps et aux ressources financières investies, les jeunes choisissent de s'engager et de jouer au tennis non seulement pour le plaisir mais également pour réussir (motivation extrinsèque intégrée) ou pour plaire à leurs parents/entraîneur (motivation extrinsèque non autodéterminée). Ceux qui pratiquent le sport durant un plus grand nombre d'heures et qui participent le plus aux tournois réussissent mieux dans leur classement. Les mères, voyant que leurs jeunes réussissent, s'impliquent de façon moins directive dans leurs interventions, ce qui laisse aux jeunes plus d'autonomie et les aide à transformer une motivation extrinsèque non autodéterminée en une motivation intrinsèque autodéterminée. Les jeunes qui ne tirent presque pas de plaisir de leur participation dans le sport demeurent tout de même engagés par choix.

²³⁴ *Ibid.*, p. 109.

²³⁵ *Ibid.*, p. 112.

²³⁶ *Ibid.*, p. 111.

Une observation de Guénette ne semble pas s'accorder avec le modèle de Mageau et Vallerand. Dans la foulée de Mageau et Vallerand, au cours de cette étude, les jeunes n'ont pas démontré d'appréciation envers les attentes élevées des pères. Par contre, une plus grande intensité des attentes de la part des pères a contribué à manifester deux des trois caractéristiques de la motivation intrinsèque : le plaisir (conséquence affective) et la persévérance dans le tennis (conséquence cognitive)²³⁷. Quoique les attentes des pères puissent être interprétées comme étant imposées et pas toujours appréciées, celles-ci ont-elles inconsciemment porté fruit et produit tout de même de la motivation chez les jeunes? D'autres recherches doivent être entreprises pour éclairer cette question et nuancer les sources de motivation chez les jeunes sportifs.

4. CONCLUSION

La théorie de l'autodétermination proposée par Deci et Ryan (1985, 1991) et son développement par Vallerand et Rousseau dans la théorie intégrée des motivations intrinsèque et extrinsèque, semble à notre avis la meilleure approche jusqu'à présent procédant de la psychologie du sport pour expliquer la relation entre le plaisir, la motivation et l'action humaine. Nous reportant à l'introduction de ce chapitre, nous sommes d'avis qu'une lecture vallerandienne de ces phénomènes peut apporter une plus grande clarification des idées sur la relation plaisir/motivation dans le sport.

La polarisation du sport entre les catégories soit ludique et portant sur le plaisir, selon Guttman, soit d'obligation et de compétition, selon la compréhension de Bellefleur et celle de Higgs, peut aussi être décrite en termes vallerandiens : une motivation intrinsèque et autodéterminée (Guttman) ou la motivation extrinsèque non autodéterminée (Bellefleur et Higgs). À notre avis, le continuum entre ces deux pôles, passant par les divers degrés d'autodétermination, nous sort d'une problématique cristallisée dans une binarité où le sport est soit agréable, soit pénible, par rapport aux sentiments de l'athlète.

²³⁷ *Ibid.*, p. 84.

Le sportif peut être motivé de manière intrinsèque ou extrinsèque et en conséquence manifester alternativement *l'affect* positif du plaisir ou le manque de plaisir. De même, la persévérance du sportif dans le domaine *cognitif* peut être d'une part la conséquence d'un sentiment de plaisir trouvant sa source dans une motivation intrinsèque, d'autre part la conséquence d'une détermination cognitive émanant d'une motivation extrinsèque et autodéterminée ou d'une pression extérieure à lui-même (motivation extrinsèque non autodéterminée). Quant au *comportement*, le succès du sportif en tant que performance peut aussi être la conséquence d'une motivation autodéterminée trouvant sa source dans l'affect positif ou non autodéterminée découlant d'une détermination cognitive. Le sportif peut vivre toutes ces combinaisons possibles en même temps aux niveaux global, contextuel et spécifique de sa vie comme dans les différents domaines de sa vie.

L'humain est pour ainsi dire complexe et aucun champ d'étude ne possède le dernier mot pour le décrire.

Ayant patiné sur la glace de la psychologie du sport, nous sommes maintenant prêts à poser une question cruciale pour avancer dans l'étude de notre problématique. Une lecture à la manière de Vallerand peut-elle contribuer à notre recherche du lien entre le plaisir, la motivation et l'action humaine dans la spiritualité? Avant de répondre à cette question, il nous faut entrer et patiner dans le forum de la théologie.

CHAPITRE 5 : PLAISIR ET MOTIVATION SELON DEUX THÉOLOGIENS PROTESTANTS

1. INTRODUCTION

L'objectif de ce chapitre sera de rendre compte du discours de deux auteurs de la tradition chrétienne protestante, l'un du courant libéral et l'autre, évangélique conservateur, au sujet du lien existant entre le plaisir et la motivation dans l'action humaine²³⁸. Ce chapitre nous préparera en vue du dialogue entre les interlocuteurs théologiens et leurs vis-à-vis du domaine de la psychologie du sport dans le prochain chapitre.

Jürgen Moltmann, théologien allemand de la communauté protestante traditionnelle et libérale, a élaboré une théologie du plaisir dans son livre, *Le Seigneur de la danse : essai sur la joie d'être libre* (Moltmann, 1977). Dans son livre, il conçoit la vie comme le « jeu de Dieu », c'est-à-dire que « le jeu a un sens par lui-même et qu'il doit paraître au-dehors dépourvu d'utilité et de but²³⁹. » Moltmann fait ressortir le rapport entre œuvre et plaisir. Dieu trouve plaisir dans sa création et désire que l'homme se dégage de la nécessité et de l'obligation de ses œuvres pour trouver du plaisir dans cette vie, même au milieu de la souffrance²⁴⁰.

John Piper, pasteur/théologien américain de la communauté évangélique ayant connu l'influence puritaine, écrit que la motivation pour vivre en Dieu et le servir vient d'un plaisir en Dieu. Dans son livre, *Prendre plaisir en Dieu malgré tout : le combat pour la joie* (2006), Piper écrit : « Dieu est davantage glorifié dans nos vies lorsque nous trouvons le plus de satisfaction en lui²⁴¹. »

Étant donné que Piper est issu du courant évangélique et que celui-ci est moins répandu au Québec, il convient ici d'apporter une brève description

²³⁸ Les théologiens chrétiens qui écrivent sur le sujet du plaisir humain sont variés. La tâche de synthétiser tous les écrits du plaisir rattachés à notre sujet dépasse les limites de cet ouvrage. Pour rendre cette étude plus gérable, nous délimiterons notre recherche aux deux courants différents dans la tradition protestante.

²³⁹ MOLTSMANN, J., *Le Seigneur de la danse : essai sur la joie d'être libre*, Paris, Le Cerf, 1977, p.

21.

²⁴⁰ *Ibid.*, p. 14.

²⁴¹ PIPER, J., *op. cit.*, p. 186.

théologique de ce mouvement. Basque (2007) évoque Fath (2004) en identifiant quatre grandes composantes au cœur du mouvement évangélique : « la conversion (transformation personnelle et redéfinition de l'identité grâce à la foi), le biblicisme (l'autorité centrale et unique de la Bible), le crucicentrisme (accent sur l'importance de la fonction salvatrice de la mort de Jésus-Christ) et le militantisme (implication nécessaire dans l'église locale)²⁴². »

2. MOLTMANN : LE SEIGNEUR DE LA DANSE : ESSAI SUR LA JOIE D'ÊTRE LIBRE

Selon la pensée de Moltmann, la source de la joie pour l'humain se trouve dans la liberté²⁴³. C'est-à-dire dans la libération de ce qui oppresse, dans une transformation de la personne et des conditions sociales²⁴⁴. La liberté seule conduit l'humain à un rire enthousiaste²⁴⁵. Toutefois, la tendance naturelle de l'humain est de créer une relation polarisée entre les souffrances de ce monde et le droit de l'humain au bonheur. D'une part, l'humain a peu de raisons de rire à la vue d'innocents tués en contexte de guerres, d'enfants mourant de faim et d'hommes torturés²⁴⁶. D'autre part, la condition de surabondance de l'Occident nous incite à exiger la conquête du bonheur.

Moltmann nous place devant sa problématique. D'abord, en des termes affectifs : « Comment est-il possible de rire alors que, bien loin que toutes les larmes soient essuyées, il en coule tous les jours de nouvelles²⁴⁷? » Ensuite, en des termes théologiques : « ... peut-on vraiment concevoir la liberté dans l'esclavage, la joie dans la douleur et la louange de Dieu au milieu des soupirs de la créature²⁴⁸? » À cette question, ce théologien allemand répond par l'affirmative et soutient que le paradigme du jeu soutient sa réponse.

²⁴² FATH, S., *Dieu bénisse l'Amérique : la religion de la Maison-Blanche*, Paris, Éditions du Seuil, 2004, p. 70, cité dans BASQUE, Joëlle, « Représentations médiatiques, culture et religion dans la société québécoise : l'exemple des chrétiens évangéliques », *Dire : la recherche à votre portée*, FICSUM, Université de Montréal, Vol 16, No 3, 2007, p. 38.

²⁴³ MOLTMANN, J., *op. cit.*, p. 11.

²⁴⁴ *Ibid.*, p. 110.

²⁴⁵ *Ibid.*, p. 11.

²⁴⁶ *Ibid.*, p. 12.

²⁴⁷ *Ibid.*, p. 13.

²⁴⁸ *Ibid.*, p. 14.

Moltmann croit que « le jeu a un sens par lui-même et qu'il doit paraître au-dehors dépourvu d'utilité et de but²⁴⁹. » Cette manière de voir le jeu trouve ses racines chez l'écrivain allemand Friedrich Schiller, dans sa réflexion sur la Révolution française expliquée dans son essai *Sur l'éducation esthétique*²⁵⁰. Selon ce dernier, bien que la liberté soit étouffée par les abus et les échecs politiques, elle se réalise dans le royaume de l'apparence esthétique qui réside dans la beauté de l'art²⁵¹. » Mais à l'opposé de Schiller, Moltmann n'accepte pas la thèse selon laquelle le seul domaine où s'épanouit la liberté (l'esthétisme) se situe dans les rêves. Moltmann affirme que l'esthétisme se trouve aussi dans le jeu. En conséquence, le jeu est utile en lui-même d'un certain point de vue, et l'on ne doit pas s'interroger sur sa pertinence²⁵². À un autre niveau, Moltmann se sert du jeu comme paradigme sociologique et théologique pour illustrer la condition de la vraie liberté humaine. Par rapport à l'humain, la vraie liberté consiste à être libre de la nécessité.

2.1. Le jeu créateur : modèle pour la libération sociologique

Selon Moltmann et son approche sociologique, le jeu ne constitue pas seulement une activité destinée à faire oublier temporairement la souffrance de cette vie. Mais en tant que paradigme, il fournit à l'être humain un modèle pour le libérer de l'humain et pour l'affranchir des œuvres aliénantes du travail.

Premièrement, quoique le jeu soit associé à la détente et au plaisir, Moltmann l'examine d'un regard critique, démontrant que l'humain peut s'en servir pour dominer les autres humains et parvenir à satisfaire n'importe quel intérêt. L'histoire lui a d'ailleurs fourni de nombreux exemples : les empereurs romains ont conduit le peuple aux jeux de combats de gladiateurs afin qu'il puisse mieux supporter leur domination répressive²⁵³; l'Église médiévale a encouragé la fête de l'âne, la fête des fous ou les amusements de Pâques pour que le peuple accepte mieux la pénitence, les indulgences, l'aumône et les périodes de jeûnes prescrits²⁵⁴; dans le contexte

²⁴⁹ *Ibid.*, p. 21.

²⁵⁰ *Ibid.*, p. 19.

²⁵¹ *Ibid.*

²⁵² *Ibid.*, p. 21.

²⁵³ *Ibid.*, p. 23.

²⁵⁴ *Ibid.*, p. 24.

militaire, les soldats reçoivent une « permission », un temps de dérogation par rapport aux charges qu'ils ont à supporter dans le cadre de leur service²⁵⁵; et de nos jours, le jeu et le plaisir expérimentés durant les congés servent au maintien de la discipline et de la production dans le travail du quotidien.

Sur le plan sociologique, pour Moltmann, l'humain profitant de cette forme de jeu et de plaisir rattachée à cette liberté est conduit vers une non-liberté. Ce bonheur lié à l'amusement et à la distraction temporaire de la souffrance humaine n'émane pas d'une vraie liberté, parce qu'il ne parvient pas à émanciper l'humain de l'humain. Cette forme de jeu sert « à oublier pour un temps ce qu'il n'est pas possible de changer²⁵⁶. »

Deuxièmement, l'émancipation de l'humain d'après Moltmann ne se produit pas non plus simplement en prolongeant le temps consacré au jeu. La raison est la suivante. Quoique le jeu soit associé à la non-nécessité et au plaisir, et le travail à la nécessité et à l'obligation, le problème de l'humain occidental selon Moltmann est que sa perception du jeu moderne demeure dans un paradigme du travail associé à l'obligation et à la nécessité. Moltmann propose que la vraie libération de l'homme commence par l'utilisation du paradigme de non-nécessité qui vient de ce qu'il appelle *le jeu créateur*. Autrement dit, l'humain ne joue pas par nécessité de survivre et d'oublier la souffrance du présent. Il joue pour imaginer les alternatives subséquentes et pour accepter en même temps la réalité de la souffrance présente²⁵⁷.

2.2. Le jeu créateur : modèle pour la libération théologique

Cette manière de voir le jeu sur le plan sociologique est fondée sur un nouveau paradigme du jeu à partir d'une nouvelle réflexion théologique. Pour Moltmann, le jeu créateur, libre de nécessité et de contrainte, découle d'une approche théologique qui explique la liberté d'agir dont Dieu a fait preuve dans le jeu de la création, de la rédemption et de la glorification du croyant. La création, l'homme et l'Église ne doivent pas se maintenir dans le paradigme des œuvres. C'est-à-dire être

²⁵⁵ *Ibid.*, p. 25.

²⁵⁶ *Ibid.*, p. 32.

²⁵⁷ *Ibid.*

jugés selon leur utilité à satisfaire d'autres fins. Ils existent cependant pour une fin en soi, à savoir le bon plaisir de Dieu.

Mais comment peut-on passer du paradigme de la nécessité à celui de la liberté? Comment l'humain peut-il sortir d'une vie fondée sur les composantes du faire, de l'avoir et de l'œuvre en contraste avec une vie libérée s'appuyant sur les assises de l'être, de l'existence humaine authentique et de la joie? Disposons-nous de certains modèles de transformation?

Pour Moltmann, c'est la théologie des Réformateurs qui nous aide à établir une distinction entre l'humain libre et l'humain qui cherche son identité par son œuvre et son activité.

Notre société moderne et occidentale accepte d'une manière non critique l'approche aristotélicienne que « c'est en forgeant qu'on devient forgeron²⁵⁸. » Selon cette approche pour Moltmann, l'humain détient toujours la possibilité de se développer lui-même. Il peut se réaliser, comme il peut se ruiner. Son être est soumis à son action. Or, son action est soumise à la loi. Il n'est pas libre quant à ses propres œuvres. Il est dépendant d'elles²⁵⁹.

Ce fut Martin Luther qui, avec rigueur, a formulé une critique à cette présupposition aristotélicienne. Pour Luther, l'humain est justifié par la foi. Un changement radical ne provient pas de l'action de l'homme, il ne se produit que par l'action créatrice de Dieu dans la régénération du pécheur²⁶⁰. « Ce n'est pas en faisant ce qui est juste que nous devenons justes, mais c'est en tant que nous sommes justifiés que nous faisons ce qui est juste²⁶¹. »

Pour Moltmann, le Christ nous a libérés pour la liberté et non pour nous assujettir à des lois nouvelles ou à la nécessité d'agir. C'est à partir de cette transformation personnelle que l'humain trouve le vrai plaisir de la liberté. Comme

²⁵⁸ *Ibid.*, p. 97.

²⁵⁹ *Ibid.*, p. 98.

²⁶⁰ *Ibid.*, p. 99.

²⁶¹ *Ibid.*, p. 100.

écrit Moltmann : « Cette liberté par rapport à la contrainte d'agir a sa meilleure expression dans la joie festive de la liberté²⁶². »

2.3. Le jeu créateur : modèle de libération complète

Selon Moltmann, cette libération de l'homme de lui-même est à la source de la liberté où il n'y plus lieu de tenir compte de la nécessité, de l'obligation ou de la contrainte. Le croyant doit jouir de sa liberté dans cette vie sans se soumettre à de nouvelles lois d'obligation. C'est Jésus-Christ lui-même qui est mort pour nous, sans obligation de sa part, mais à cause de son amour envers nous. Il devient le modèle pour nous au sens où « l'existence-pour-les-autres est aussi le mystère de l'amour chez ceux qui suivent l'homme de Nazareth²⁶³. »

Mais Moltmann pondère toutefois cette *existence-pour-les-autres*. L'équilibre entre la libération de la personne par la foi doit aller de pair avec l'humanisation des structures et conditions de la société²⁶⁴.

Bien qu'il soit faux de croire que les conditions sociales étouffant la liberté de l'humain produisent nécessairement des hommes serviles, à l'inverse, les libertés extérieures ne suffisent pas à garantir la liberté intérieure de l'homme. Il est possible de travailler pour minimiser la pression de l'obligation, mais cela ne garantit pas forcément le bonheur et la liberté.

D'autre part, cette *existence-pour-les-autres* n'est pas une fin en soi, parce qu'elle peut devenir une autre forme de domination²⁶⁵. *L'existence-pour-les-autres* constitue seulement un moyen qui conduit à une *existence-avec-les-autres*. Elle consiste en une existence libre, vécue au service des autres en même temps qu'elle manifeste en elle-même la joie causée par cette liberté²⁶⁶.

Ce jeu créateur proposé par Moltmann et enraciné dans une réflexion théologique, peut-il faire progresser notre réflexion sur le rôle du plaisir dans la

²⁶² *Ibid.*, p. 83.

²⁶³ *Ibid.*, p. 144.

²⁶⁴ *Ibid.*, p. 108.

²⁶⁵ *Ibid.*, p. 145.

²⁶⁶ *Ibid.*, p. 146.

motivation du sportif? Les modèles de la motivation chez Vallerand fournissent-ils les nuances importantes qui sous-tendent la réflexion théologique de Moltmann?

3. PIPER : PRENDRE PLAISIR EN DIEU MALGRÉ TOUT : LE COMBAT POUR LA JOIE

3.1. Le livre dans le contexte contemporain

Faisant référence à Roozen, Carroll et Roof (1998)²⁶⁷ et à leur constat de la situation religieuse dans la société postmoderne occidentale, Nizigama (2008) nous aide à situer le théologien protestant, qui constitue le sujet de la deuxième section de ce chapitre. Selon Nizigama, la spiritualité du Nouvel Âge et celle du christianisme protestant conservateur, malgré leurs tendances théologiques opposées, partagent un point commun :

[...] les deux placent au premier degré l'expérience religieuse et la croissance personnelle. Dieu n'est donc pas loin, Dieu n'est pas totalement Autre et on ne parle pas de lui par des formules abstraites. Dieu est l'Esprit que l'on peut personnellement expérimenter²⁶⁸.

Cette description représente bien la perspective de John Piper dans son livre *Prendre plaisir en Dieu malgré tout : le combat pour la joie*. Piper désire ardemment que le croyant évangélique *expérimente* pleinement sa joie dans une relation personnelle avec Jésus-Christ. En même temps, le point de vue de Piper se distingue d'autres religions et spiritualités contemporaines en se situant pleinement dans la tradition évangélique²⁶⁹.

Pour Piper, la combinaison de l'expérience religieuse et la croissance personnelle ne constituent pas une nouvelle manière d'exprimer la spiritualité dans l'ère postmoderne. Piper s'appuie sur les écrits d'auteurs tels qu'Augustin, Jean Calvin, le puritain Thomas Watson, Jonathan Edwards, Charles Hodge, Geerhaudus

²⁶⁷ ROOZEN, D. A., J. W. CARROLL et W. C. ROOF, « Fifty years of religious change in the United States », Roof, Carroll & Roozen (Ed.), *The post-War generation and establishment religion: cross-cultural perspectives*, Oxford, Westview Press, 1998.

²⁶⁸ NIZIGAMA, I., « Sécularisation : sort ou essor du christianisme occidental ? », *Dire : la recherche à votre portée*, FICSUM, Université de Montréal, Vol 17, No 3, 2008, p. 37.

²⁶⁹ FAITH, S., *op. cit.*, p. .

Vos et C.S. Lewis, pour entériner son interprétation, à savoir que les Écritures enseignent que le plaisir en Dieu est la destination finale du croyant²⁷⁰.

Toutefois, le fait de prendre plaisir en Dieu ne consiste pas simplement en une expérience psychologique, permettant au croyant « de ressentir du bonheur, sans égard pour ce qui nous rend heureux²⁷¹. » Autrement dit, la recherche du plaisir n'est pas centrée sur l'humain, voulant que l'humain contemporain choisisse la spiritualité qui lui convient pour se rendre heureux dans la vie. Pour Piper, la recherche du plaisir est christocentrique et étroitement reliée à la gloire de Dieu.

3.2. Plaisir et la gloire de Dieu

Glorifier Dieu signifie que son excellence « – son attrait infini – soit reconnue, estimée et adorée dans le monde entier²⁷². »

D'après Piper, Dieu est davantage glorifié dans la vie des croyants lorsque ces derniers trouvent leur satisfaction totalement en lui. Le fait de puiser sa satisfaction en Dieu ne constitue pas une option pour le croyant en Jésus-Christ. Le fait de « ne pas contempler ni savourer la présence du Christ constitue une insulte à sa beauté et à la valeur de ses attributs²⁷³ » puisqu'il est le premier de toutes choses (Colossiens 1, 15-20).

Dans quel sens l'approche de Piper diffère-t-elle de celle d'autres théologiens évangéliques?

Pour Piper, croire en Jésus-Christ ne réside pas uniquement dans le savoir (connaissance) et le choix (volonté). Selon la tradition évangélique, l'évangélisation inclut la présentation de la bonne nouvelle de Jésus-Christ et l'occasion pour le destinataire de ce message de se repentir et de choisir de croire et de suivre Jésus-Christ.

Piper ne conteste pas ces étapes. Cependant, il est nécessaire selon lui d'aller plus loin.

²⁷⁰ PIPER, J., *op. cit.*, p. 4.

²⁷¹ *Ibid.*, p. 27.

²⁷² *Ibid.*

²⁷³ *Ibid.*, p. 33.

Ce qui est essentiel pour cet auteur est que Jésus-Christ devienne le trésor affectif du croyant. Faisant référence à Matthieu 13, 44, Piper écrit : « D’abord, le salut est la découverte du plus grand trésor de l’univers et consiste à regarder joyeusement tout le reste comme accessoire²⁷⁴. » Il écrit aussi : « Chérir un trésor implique que nous éprouvions du bonheur à le posséder²⁷⁵ », et « ... la conversion engendre non seulement de nouvelles obligations, mais de nouveaux désirs; non seulement de nouvelles œuvres, mais de grands plaisirs insoupçonnés; non seulement de nouvelles tâches, mais de nouveaux trésors²⁷⁶. »

Est-il possible d’avoir une connaissance de Dieu et en même temps de ne pas le glorifier?

Piper répond par l’affirmative :

Dieu est glorifié dans son peuple par la façon dont nous *expérimentons* sa personne et non seulement par la manière dont nous pensons à lui. En fait, le diable entretient plus de pensées vraies au sujet de Dieu au cours d’une seule journée que ne le fait un saint durant toute sa vie. Dieu n’en est pas pour autant honoré. Le problème du diable n’est pas sa théologie, mais bien ses désirs²⁷⁷.

Pour préciser sa manière de comprendre les désirs, Piper établit la distinction entre les termes *délices* et *désir*. De prime abord, le terme *délices* fait référence à l’émotion agréable ressentie dans le présent à l’égard de l’objet aimé. Alors que le terme *désir* fait référence à l’émotion éprouvée dans le présent concernant l’attente d’expérimenter les délices à venir associées à l’objet aimé. Piper considère cette différenciation en partie vraie, mais aussi trop réductionniste.

Dans sa réflexion, le terme *désirer* et son champ lexical connotant languir, vouloir, avoir envie, soupirer, avoir soif, etc., « est un aspect du plaisir même que nous anticipons. Nous pourrions dire qu’il s’agit du plaisir lui-même, expérimenté sous forme d’attente²⁷⁸. » Cette attente implique un aspect présent du plaisir ainsi qu’un aspect futur.

²⁷⁴ *Ibid.*, p. 193.

²⁷⁵ *Ibid.*, p. 37.

²⁷⁶ *Ibid.*, p. 7.

²⁷⁷ *Ibid.*, p. 29.

²⁷⁸ *Ibid.*, p. 23.

Pour Piper, ce qui est vrai pour les objets du plaisir de cette vie terrestre est aussi vrai dans la vie spirituelle du croyant. D'une part, l'objet premier de la joie d'un croyant doit être sa relation avec le Seigneur Jésus-Christ ici et maintenant (*délices*). Par contre, l'espoir de la plénitude de cette relation (*désir*) à venir contribue aussi à la joie présente. D'autre part, quoique les délices associées à cette relation soient pleinement comblées dans le futur, heureusement, l'éternité ne parviendra pas à assouvir totalement le plaisir du désir. « Nous jouissons d'un avant-goût spirituel de la gloire de Dieu et désirerons, même dans l'éternité, une mesure toujours plus grande de sa présence, qui surpassera toujours celle que nous expérimenterons²⁷⁹. »

En résumé, Piper affirme que si Jésus n'est pas le *Trésor* du croyant, il n'est pas non plus son *Sauveur* ni son *Seigneur*. La motivation du croyant qui nourrit son obéissance au Seigneur Jésus et son action qui découle de cette obéissance trouvent leur source dans les affections du croyant. Dieu sera glorifié dans le monde « quand les chrétiens seront tellement comblés en lui qu'ils abandonneront leurs possessions et leurs relations afin de donner leurs vies pour les autres, en toute compassion, pour la mission et, si nécessaire, le martyre²⁸⁰. »

3.3. Le combat pour la joie

La gloire de Dieu et la joie du croyant sont étroitement liées dans la théologie de John Piper. Selon lui, la façon d'honorer Jésus-Christ consiste à se délecter de lui, à vanter ses mérites, à lui revenir constamment et à lui amener d'autres personnes.

Si « aimer Christ signifie faire de lui nos délices²⁸¹ », comment l'humain (incroyant ou croyant), peut-il en venir à ne ressentir aucune envie profonde pour la gloire de Dieu?

Au lieu d'être attaché à *la personne* de Dieu à travers une relation personnelle avec Jésus-Christ, l'humain a tendance à tirer pleine satisfaction soit des choses de la vie présente ou des *dons ou bienfaits* de Dieu dans cette vie²⁸².

²⁷⁹ *Ibid.*, p. 25.

²⁸⁰ *Ibid.*, p. 24.

²⁸¹ *Ibid.*, p. 36.

²⁸² *Ibid.*, p. 4.

Pour ce qui concerne l'incroyant, Piper fait référence à G.K. Chesterton et son livre *Orthodoxy*. L'homme naturel a tendance à demeurer aveugle devant les beautés quotidiennes de la vie et ne perçoit aucun lien entre ces beautés et la gloire de Dieu à cause de son égocentrisme²⁸³.

Par contre, par le moyen de la conversion d'un incroyant en un croyant, Christ délivre l'humain de cet égocentrisme.

En ce qui a trait au croyant qui ne ressent aucune envie profonde pour la gloire de Dieu, Piper est convaincu qu'il grignote à la table des plaisirs de ce monde. Sa faim spirituelle est gavée de petites choses et il ne lui reste aucun appétit pour le vrai festin²⁸⁴.

Il existe dans la théologie de Piper une polarisation entre les désirs de l'humain envers Dieu et l'absence de ce désir. Piper écrit : « Estimer quelque autre au-dessus de Dieu est l'essence même du péché²⁸⁵ », puis : « nous nous condamnons nous-mêmes en constatant notre attrait pour des choses de moindre importance, qui entrent en compétition avec Dieu pour la satisfaction de nos âmes²⁸⁶. »

Quelques exemples illustrent le fait que si les affections agréables de l'humain ne sont pas associées à Dieu, les objets de son plaisir entrent en compétition avec Dieu :

- a. Accomplir de bonnes œuvres pour Dieu sans en avoir envie. Par exemple : « Nous ne nous sentons pas aimés quand ceux qui nous servent le font à regret²⁸⁷. » De la même manière, Dieu n'est pas glorifié lorsqu'une personne fait preuve de générosité envers les pauvres ou accomplit tout autre geste de sacrifice sans réelle envie de le faire²⁸⁸;
- b. Expérimenter des sentiments agréables sans référence à Jésus-Christ. Par exemple : « Christ serait-il glorifié si l'Esprit suscitait en nous une foule de

²⁸³ *Ibid.*, pp. 266-69.

²⁸⁴ *Ibid.*, p. 232.

²⁸⁵ *Ibid.*, p. 34.

²⁸⁶ *Ibid.*, p. 25.

²⁸⁷ *Ibid.*, p. 188.

²⁸⁸ *Ibid.*

sentiments agréables sans jamais faire référence à Jésus, à sa croix et sa résurrection? Il ne le serait pas²⁸⁹ » ;

- c. Expérimenter du plaisir dans les ténèbres. Par exemple : « Toute joie ne glorifie pas Christ; la joie exalte l'objet de notre réjouissance. Si nous nous délectons de la vengeance, nous vantons les mérites de celle-ci²⁹⁰. » Et : « Mais en quoi consiste l'amour des ténèbres? C'est préférer, affectionner et avoir envie des ténèbres; courir vers elles et s'en réjouir²⁹¹. »

Bien qu'il existe une polarisation entre les affections qui honorent Dieu et celles qui le déshonorent, Piper avance qu'il est possible de développer « une faim et une soif de Dieu. Et elles peuvent être aiguës²⁹². » Le processus par lequel le croyant aiguise ce désir de Dieu pour manifester la gloire de Dieu s'appelle *le combat de la joie*. Cette lutte a pour but d'affaiblir la puissance des appétits et des passions physiques en vue d'augmenter l'attrait pour la personne de Dieu. La lutte commence dès que l'humain devient sensible au fait que les autres choses, comme ses possessions, ses relations et ses efforts, paraissent plus désirables que Dieu même.

Pour Piper, « il n'existe aucune lutte plus importante dans tout l'univers que celle de voir et de se réjouir en Christ par-dessus toute autre chose – lutter pour la joie²⁹³. » Le bon combat pour le croyant consiste à consacrer son « existence à résister aux puissances idolâtres de nos envies, de nos désirs et de nos plaisirs n'émanant pas de Dieu même²⁹⁴ », pour qu'il soit élevé comme le *Trésor* suprême de sa vie.

Le but de Piper en écrivant ce livre est que ses lecteurs désirent Dieu plus que toute autre chose et s'engagent dans ce combat.

3.4. La grâce de Dieu dans le combat pour la joie

Selon Piper, qui interprète les Écritures à partir d'une approche évangélique calviniste, Dieu exigera de l'humain ce que l'humain ne peut accomplir par ses

²⁸⁹ *Ibid.*, p. 201.

²⁹⁰ *Ibid.*, p. 238.

²⁹¹ *Ibid.*, p. 35.

²⁹² *Ibid.*, p. 232.

²⁹³ *Ibid.*, p. 36.

²⁹⁴ *Ibid.*, p. 41.

propres forces²⁹⁵. « Notre incapacité ne supprime en rien notre culpabilité – elle l’accentue davantage²⁹⁶. » Les Écritures commandent au croyant en Jésus-Christ de se réjouir dans le Seigneur²⁹⁷. Ce qui empêche l’humain de faire de Dieu ses délices réside dans le péché qui se trouve profondément enraciné dans la nature humaine : la « chair », selon l’apôtre Paul. L’humain qui n’a pas été transformé par l’Esprit de Dieu, par le moyen de la foi en l’œuvre de Jésus-Christ accomplie à la croix, est incapable de trouver son plaisir en Christ ou de se réjouir de ses voies.

À cause de cet endurcissement du cœur, c’est Dieu lui-même qui doit accorder cette grâce à l’humain pour qu’il parvienne au salut et entre dans le royaume de Dieu²⁹⁸. La nouvelle naissance venant de l’Esprit de Dieu est un don²⁹⁹, la repentance est aussi un don³⁰⁰ et même l’obéissance est un don³⁰¹. En d’autres termes, Piper soutient que « la vie chrétienne n’est que grâce³⁰². »

Le fait que la vie chrétienne ne soit que grâce ne sert qu’à accroître, pour le croyant, sa joie en Dieu. Sa réponse à cette grâce est la reconnaissance envers Dieu et le désir de le rechercher avec plus de motivation, ce qui l’amène à réaliser que les simples techniques légalistes s’appuyant purement sur les efforts humains conduisent à un cul-de-sac.

En d’autres mots, la vie chrétienne est surnaturelle. C’est Dieu qui doit transformer le cœur humain pour l’inciter à désirer ce qu’il devrait désirer.

3.5. Les stratégies du croyant dans le combat pour la joie

Le fait que le croyant dépende de la grâce de Dieu n’empêche pas qu’il soit activement engagé dans ce combat pour la joie. Piper affirme que « derrière les mauvaises actions se trouvent de mauvais désirs³⁰³. » En conséquence, Piper présente

²⁹⁵ *Ibid.*, p. 54.

²⁹⁶ *Ibid.*, p. 61.

²⁹⁷ Philippiens 4, 4

²⁹⁸ Matthieu 19, 26

²⁹⁹ Jean 3, 6-7

³⁰⁰ 2 Timothée 2, 24-26

³⁰¹ PIPER, J., *op. cit.*, p. 62.

³⁰² *Ibid.*

³⁰³ *Ibid.*, p. 131.

aux croyants des façons concrètes de lutter stratégiquement en vue de contempler la gloire de Christ et d'être passionné par sa seule beauté.

Piper insiste premièrement sur la lecture, la mémorisation et la méditation de la Bible. Les paroles, les priorités, les promesses et les principes de Jésus doivent avoir préséance dans la pensée du croyant. Pour renforcer cette lecture de la Parole, Piper encourage également ses lecteurs à étudier les grands ouvrages doctrinaux et à lire les biographies d'authentiques chrétiens.

Deuxièmement, Piper traite de la prière. Il précise cependant à ce sujet que la « prière ne sert pas à satisfaire nos ambitions naturelles. Elle répond à nos aspirations quand celles-ci ont été purifiées et saturées de Christ et de sa Parole à un point tel, qu'elles s'accordent avec ses desseins³⁰⁴. »

Troisièmement, dans ce combat, Piper favorise davantage la composante cognitive que la composante affective du croyant. Immérgé dans les paroles et les promesses de Dieu, le croyant doit parler à son âme plutôt que de la laisser s'adresser à lui. C'est-à-dire qu'il se doit d'une part affronter avec violence « toutes nos convoitises et les désirs qui nous asservissent³⁰⁵... » D'autre part, il lui faut cultiver une attitude de gratitude, enracinée en ce que Dieu *est* et non en ce qu'il *fait* ou ce qu'il *donne*.

Enfin, il est nécessaire de réinterpréter les souffrances de la vie comme le moyen que Dieu utilise pour travailler dans la vie du croyant et le rendre dépendant sur lui.

3.6. La relation du monde empirique dans le combat pour la joie

Il existe, d'après Piper, une relation étroite entre le monde empirique et les phénomènes spirituels. C'est-à-dire que les actions physiques, les pensées cognitives et les affections subjectives de l'humain exercent une influence sur sa spiritualité, de la même manière que la spiritualité influe aussi sur ces trois composantes humaines.

Piper donne l'exemple suivant comme illustration de cette relation. Il énonce d'une part qu'une « montée d'adrénaline [peut] aider à relever un grand défi, donner

³⁰⁴ *Ibid.*, p. 138.

³⁰⁵ *Ibid.*, p. 130.

de l'énergie et tenir en éveil celui qui accomplit une tâche³⁰⁶... » D'autre part, il cite Colossiens 1, 29 où l'apôtre Paul, faisant référence à l'Esprit de Dieu écrit : « C'est à cela que je travaille, en combattant avec *sa* force qui agit puissamment en moi. » Piper pose ensuite la question : « Quelle est la différence entre l'adrénaline sécrétée par le corps physique de Paul et la force puissante qu'il reçoit de Christ³⁰⁷? » En soulevant cette question, Piper ouvre la porte à une discussion théologique sur la motivation humaine sous un éclairage physiologique et affective.

Quoique son interrogation suscite une discussion touchant les théories contemporaines de l'émotion humaine, le but de Piper est d'emmener son lecteur sur un chemin plus pratique. Dans ce monde empirique, l'humain possède cinq sens : la vue, l'ouïe, le goût, l'odorat et le toucher. Ces cinq sens, individuellement ou lorsque combinés entre eux, suscitent des émotions. Ce qui intéresse ce théologien évangélique est la manière dont le croyant utilise le monde créé qui l'entoure, incluant son propre corps, pour l'aider à trouver sa joie en Dieu. Cette question est cruciale pour le croyant à cause de sa tendance naturelle à associer directement la joie à l'objet ou au phénomène que suscite l'affect (la création) au lieu de l'associer au créateur (Dieu).

Piper constate un chevauchement inexplicable entre la joie spirituelle, les émotions psychologiques et l'activité physique. Il comprend toutefois la joie spirituelle d'une manière qui diffère des émotions naturelles.

Piper, se rapportant à C.S. Lewis, écrit :

La vie des émotions spirituelles est plus élevée et plus riche que celle des sensations physiques matérielles, tout comme la musique produite par un orchestre symphonique est plus grandiose que celle d'un piano solo. Lorsque la musique de la joie spirituelle joue dans notre âme, elle est "transposée" en sensations physiques. Mais, puisque "l'orchestre" spirituel est plus riche et diversifié que le "piano" temporel, il produit des sons joués par plusieurs instruments différents, alors que le piano n'offre qu'une sonorité unique. En tant qu'être humains dotés d'une âme, nous vivons toujours nos émotions spirituelles à deux niveaux : le piano et l'orchestre³⁰⁸.

³⁰⁶ *Ibid.*, p. 238.

³⁰⁷ *Ibid.*, p. 239.

³⁰⁸ *Ibid.*, pp. 243-244.

Piper observe que la terreur et l'extase produisent le même genre de tremblement et de serrement au niveau de l'estomac. Cependant, la « terreur nous apparaît désagréable et nous ne désirons pas la revivre, tandis que l'extase est agréable et nous aimerions y goûter encore³⁰⁹. » Cette description de Piper appuie inconsciemment les trois composantes de la théorie moderne de l'émotion, décrite au chapitre 2 de ce mémoire.

De la même manière que les pratiques spirituelles comme la prière et la méditation de la Parole de Dieu éveillent la joie en Christ dans le combat pour la joie, le croyant doit aussi se servir du monde empirique afin de fortifier sa joie en Christ. Piper fournit deux exemples pour appuyer sa thèse, l'un tiré des Écritures hébraïques et l'autre des Écritures chrétiennes.

Puisque la création raconte la gloire de Dieu (Ps 19), le croyant peut utiliser le monde physique, au moyen de ses cinq sens, pour chercher cette gloire et la joie qu'elle comporte. S'appuyant sur les Écritures chrétiennes, Piper cite 1 Timothée 4, 1-5 comme exemple, où l'apôtre Paul affirme que le monde physique avec ces joies ne doit pas être rejeté. Dans ce passage, Paul prédit la venue de faux docteurs qui entretiennent une vision négative de la sexualité et de la nourriture, deux sources de joie associées à une combinaison de nos cinq sens. « Paul dit que le plaisir sexuel vécu dans le cadre du mariage et les délices culinaires dégustés lors d'un bon repas doivent être reçus avec action de grâces³¹⁰. »

Piper déclare que la joie de voir la gloire de Dieu à travers les plaisirs de cette création est un don de Dieu qui est acquis pour le croyant par la mort rédemptrice de Jésus-Christ. En associant les plaisirs de la vie à cette bienveillance de Dieu, par le moyen du sacrifice de Jésus-Christ, le Père et le Fils sont honorés. C'est l'Esprit qui ouvre les yeux du croyant pour qu'il voie. En conséquence, la Trinité prend part à ces plaisirs spirituels.

Piper abonde dans ce sens et écrit que les plaisirs de cette vie se transforment en partenaires « pour percevoir la révélation de la gloire de Dieu dans la création et

³⁰⁹ *Ibid.*, p. 245.

³¹⁰ *Ibid.*, p. 252.

poussent le croyant à se réjouir en lui³¹¹. » En conséquence, ces plaisirs ne constituent pas une idole disputant les affections du croyant. Ces plaisirs et les affections qu'ils suscitent chez le croyant portent gloire à Dieu.

Piper établit la distinction entre l'emploi direct et indirect du monde empirique pour approfondir sa joie en Dieu. Par l'emploi direct, il entend que le croyant utilise ses cinq sens pour percevoir la gloire de Dieu à travers la création. Piper appuie ce point de plusieurs exemples empruntés à la nature physique et à la culture humaine : la beauté d'un lever du soleil, les représentations humaines (l'art, l'écriture créative, les images, la musique) et les merveilles ordinaires du quotidien.

Son exemple tiré du monde du sport est pertinent dans le contexte de notre discussion, puisqu'il illustre bien l'emploi direct de la création pour percevoir la gloire de Dieu. Dans le film *Chariots de feu*, le coureur Eric Liddell « entame le dernier virage de sa course pour la gloire de Dieu; ses bras se meuvent à la manière de pistons vivants, sa tête est rejetée en arrière de façon totalement insolite, chaque fibre de son être accomplissant simplement ce pour quoi elle a été créée, son sourire éclate au milieu de son visage et tout en Eric Liddell s'écrie : Gloire à Dieu³¹²! »

Par l'emploi indirect servant à tirer profit du monde empirique, Piper veut dire que le croyant prend les dispositions nécessaires en ce qui concerne son corps et son esprit pour maximiser sa perception de la gloire de Dieu. Comme certaines dispositions du corps peuvent faire obstacle à notre perception de la gloire de Dieu, d'autres peuvent contribuer à façonner cette perception : une saine alimentation, le repos, l'activité physique et d'autres habitudes de vie peuvent susciter le bien-être. Quoique Piper appuie l'idée que les bienfaits physiques, psychologiques et affectifs de l'activité physique disposent le croyant à voir la gloire de Dieu et à trouver en Dieu une pleine satisfaction, il comprend bien que la gloire de Dieu est aussi révélée aux croyants qui souffrent dans cette vie.

Il est facile, voire naturel pour l'humain d'être reconnaissant pour les plaisirs qu'offrent cette création, comme la sexualité et la nourriture, sans tenir compte de

³¹¹ *Ibid.*, p. 256.

³¹² *Ibid.*, p. 259.

Dieu. Ce faisant, Dieu n'est pas honoré pour sa bonté. « Si le fait de jouir des dons de Dieu ne nous rend pas conscients de sa personne, il n'en retire aucun hommage. » Par contre Piper, à la manière de Paul, soutient que la bonne manière de jouir des plaisirs de cette vie est d'exprimer une joyeuse gratitude envers Dieu, fondée sur sa bienveillance. Même si Dieu retire ces dons, dans sa providence, il demeure toujours bon et le croyant peut continuer à trouver sa joie en lui. Le fait d'être en colère ou amer envers Dieu, à cause d'une perte de bénédiction, suggère que le croyant a trouvé son plaisir dans les bénédictions de Dieu plutôt que dans la personne de Dieu lui-même.

4. CONCLUSION

La réflexion théologique du jeu créateur proposée par Moltmann et du concept de prendre plaisir en Dieu proposé par Piper, peuvent-ils faire progresser notre réflexion sur le rôle du plaisir dans la motivation du sportif? Les modèles de la motivation chez Vallerand fournissent-ils les nuances importantes qui sous-tendent la réflexion théologique de Moltmann et de Piper? Dans le prochain chapitre les corrélations entre ces trois auteurs prendront forme.

CHAPITRE 6 : PLAISIR ET MOTIVATION : DIALOGUE

1. INTRODUCTION

Pourquoi des patineurs amateurs évangéliques quittent-ils la glace et accrochent-ils leurs patins à jamais pour prendre plaisir à s’asseoir sur un banc? Pour investiguer cette question nous nous sommes engagé dans le processus suivant. Nous avons quitté temporairement le confort de la sphère évangélique pour explorer de nouvelles superficies où nous entraîner. Dans le chapitre 1, notre démarche nous a mené dans un lieu où nous pouvions chausser nos patins pour commencer l’entraînement. Nos patins ayant été aiguisés par un outillage évangélique, nous avons, dans les chapitres 2 et 3, marché sur le lac gelé de la psychologie contemporaine et patiné sur une surface restreinte couvrant le sujet de l’émotion et de la motivation humaine. Par la suite avec l’expérience acquise, nous sommes entré, au chapitre 4, dans l’arène de la psychologie du sport pour patiner en compagnie de quelques professionnels en traitant de la rencontre entre le plaisir et la motivation. Ayant acquis plus de confiance sur la glace, nous avons fait notre entrée, au chapitre 5, dans le forum de la théologie. Nous avons patiné tour à tour avec chacun de nos partenaires théologiques Moltmann et Piper. Ils ont raffiné nos talents à ce sujet et nous sommes prêt dans ce chapitre à réévaluer notre problématique. Mais avant de le faire, nous voulons premièrement comparer nos partenaires théologiques à nos partenaires de la psychologie pour démontrer comment chacun a contribué à éclairer notre problématique.

2. RÉFLEXIONS THÉOLOGIQUES AU PROFIT D’UNE DISCUSSION PSYCHOLOGIQUE DU SPORT

2.1. Contribution de Moltmann

Moltmann, faisant écho aux affirmations du sociologue Guttman dans le chapitre 4 de ce mémoire, comprend le jeu dans son sens ludique et non utilitaire. En contraste avec le travail, le jeu a un sens en lui-même, il apporte du plaisir aux participants et n’est pas exercé pour produire quelque chose. Cependant, la compréhension de Moltmann va plus loin que celle de Guttman.

Parallèlement à la perspective de Higgs (1995) énoncée aussi au chapitre 4, Moltmann conceptualise le jeu comme étant une activité physique ou mentale visant un but intrinsèque, qui produit chez le participant un sentiment euphorique. Cependant, Moltmann amène cette perspective à un niveau plus profond. Pour lui, le sentiment euphorique associé au jeu réside soit dans un paradigme de nécessité, ou dans un paradigme de liberté.

Moltmann constate que le jeu en Occident présente les critères du travail avec ses éléments d'obligation et de nécessité. Pour lui, cette conceptualisation du jeu ne constitue qu'une reproduction du monde du travail transposée dans les activités du jeu. Moltmann écrit : « Il arrive alors que des gens qui ont perdu l'habitude du loisir et de l'inactivité, parce que leur idéal était le *plein emploi*, doivent, même quand ils sont libres, toujours *entreprendre quelque chose*³¹³. »

Moltmann propose une deuxième manière d'élaborer le concept du jeu qu'il appelle *le jeu créateur*. Au lieu de le classer dans la catégorie de la nécessité, c'est-à-dire celle qui consiste à faire, avoir et œuvrer, il présente la notion du *jeu créateur* dans l'ordre de la liberté associée à la joie. Le plaisir qui accompagne *le jeu créateur* vient de l'affranchissement de toute nécessité.

Bien que tout jeu procure du plaisir aux participants, il perpétue un paradigme de travail et de contrainte quand l'être humain cherche son plaisir par nécessité, celle de pouvoir supporter temporairement les souffrances présentes qu'il ne peut changer. Par opposition, selon le paradigme du *jeu créateur* de Moltmann, les participants jouent avec créativité, pleinement conscients de leur souffrance, anticipant la libération future de ces souffrances.

2.1.1. La liberté dans le sport moderne et son détachement de la nécessité

Le paradigme du *jeu créateur* élaboré par Moltmann, avec son détachement de la nécessité peut-il faire progresser notre compréhension du sport moderne et nous présenter une manière alternative de comprendre le plaisir et la motivation?

³¹³ MOLTSMANN, J., *op. cit.*, p. 27.

Abordé selon un point de vue sociologique, le sport moderne se situe à la croisée entre les éléments du jeu tels que décrits par Guttmann³¹⁴ et ceux de l'obligation dépeints par Bellefleur³¹⁵. Quoique le sport ne soit pas nécessaire d'après cette compréhension sociologique, il peut l'être pour un sportif dans un registre psychologique. Selon la théorie de l'autodétermination de Deci et Ryan (1985), présentée par Pelletier et Vallerand (1993), il existe différents types de motivation humaine : la motivation extrinsèque, la motivation intrinsèque et l'amotivation³¹⁶. Un athlète pratique son sport pour des raisons variées : avec une motivation extrinsèque pour obtenir quelque chose en échange de la pratique de l'activité (gain d'un trophée ou d'un salaire), avec une motivation intrinsèque pour en retirer une certaine satisfaction (le plaisir d'affermir sa confiance ou d'être valorisé pour sa compétence) ou d'autres motifs se situant entre ces deux considérations.

Examinons pour un moment ces diverses raisons possibles qui incitent les sportifs à participer à un sport selon l'approche théologique de Moltmann.

Moltmann affirme que la création de Dieu peut être décrite comme le jeu de Dieu. C'est-à-dire que Dieu n'a pas créé le monde pour se réaliser lui-même mais pour se réjouir de sa création³¹⁷. Selon Moltmann l'humain pour sa part est créé pour « rendre gloire au vrai Dieu et [pour] se réjouir de l'existence de Dieu³¹⁸ ». Pour Moltmann, l'idée de trouver sa joie en Dieu implique que l'être humain la trouve, aussi, dans sa propre existence³¹⁹. Quand l'humain expérimente cette grâce, il est libéré de la nécessité de se réaliser par ses propres actions.

Cette compréhension anthropologique de Moltmann, où l'être humain est libéré et en paix avec sa propre existence, semble utile pour nuancer les théories de la motivation extrinsèque et intrinsèque proposées par Deci et Ryan.

La vision aristotélicienne présentée par Moltmann, à savoir que l'humain est ce qu'il fait de lui-même, semble sous-jacente au concept du sport moderne et

³¹⁴ GUTTMANN, A., *op. cit.*, p. 324.

³¹⁵ BELLEFLEUR, M., *op. cit.*, p. 87.

³¹⁶ PELLETIER, L.G. et R.J. VALLERAND, *op. cit.*, p. 255.

³¹⁷ MOLTSMANN, J., *op. cit.*, p. 45.

³¹⁸ *Ibid.*, p. 46.

³¹⁹ *Ibid.*, p. 48.

conséquemment à la théorie de Deci et Ryan. Selon cette vision, la liberté est érigée dans la sphère de la nécessité. Même si la motivation du sportif est intrinsèque et n'est pas soumise à une source de motivation externe (un trophée, de l'argent ou la pression de réussir pour satisfaire la fierté de ses partisans), le sportif demeure dans un paradigme de nécessité. Pour Moltmann, il n'y a pas de différence entre le fait d'être placé sous une pression étrangère ou celui de faire « sienne cette loi de manière à ce qu'elle apparaisse comme sa loi personnelle³²⁰. » La réalisation qui consiste à combler le besoin de valorisation, d'autonomie ou de compétence personnelle peut devenir à son tour une contrainte pour parvenir à un résultat.

Une lecture de Moltmann, suivant la conceptualisation théologique des réformateurs avec leur distinction entre la justice par les œuvres et la justice par la foi, peut fournir une piste alternative pour nuancer la compréhension de la motivation chez le sportif moderne. En transposant au sport moderne cette idée des réformateurs selon laquelle l'humain devient juste par la foi, le sportif peut expérimenter une double liberté. Il n'est pas seulement libéré de la pression de la réussite exercée par son environnement (les entraîneurs et le contexte sportif), plus important encore, il peut être libéré de la nécessité de combler ses besoins psychologiques d'autonomie et de valeur personnelle. « Il trouve déjà l'humain en ce qu'il est accepté et aimé tel qu'il est³²¹. » Le sportif se trouve libéré de la pression étrangère autant que de lui-même. Par conséquent, en étant vraiment libre de la nécessité au plan psychologique, il peut pleinement expérimenter la motivation intrinsèque et faire de son mieux.

2.1.2. La liberté dans le sport moderne et son détachement du déterminisme environnemental

Si une discussion théologique à partir d'une lecture de Moltmann a contribué à nuancer le phénomène de la motivation intrinsèque, nous suggérons qu'elle peut aussi concourir à réexaminer avec rigueur *La séquence motivationnelle* de Mageau et Vallerand (2003). À travers leur modèle de motivation, ces derniers proposent que les

³²⁰ *Ibid.*, p. 116.

³²¹ *Ibid.*, p. 117.

facteurs sociaux de l'environnement sportif, sous le contrôle de l'entraîneur, exercent une influence déterminante sur la motivation du sportif³²².

Selon Mageau et Vallerand, les facteurs sociaux de l'environnement sportif constituent un agent important qui influe sur les besoins innés d'autonomie, de compétence et d'appartenance sociale du sportif. Si ces besoins sont comblés, le sportif pratiquera son sport avec enthousiasme. L'apport considérable de Mageau et Vallerand, comme celui de Deci et Ryan, réside dans le fait que leur modèle s'inscrit dans un paradigme humaniste. C'est-à-dire que ce modèle est proposé en contraste avec un paradigme déterministe de la psychanalyse freudienne ou du behaviourisme de Pavlov. L'humain n'est pas conçu uniquement comme une machine biologique vivante, maîtrisée par son inconscient ou son code génétique. Les actions de l'humain sont les résultats de sa propre volonté. Pour l'humaniste, l'humain influence son environnement, et la pression ou l'absence de pression venant de l'environnement social du sportif exercera une influence correspondante sur la motivation du sportif.

Jusqu'à un certain point, Moltmann est en accord avec ce paradigme humaniste quand il écrit par rapport à une société totalitaire et sans liberté qu'elle « soumet néanmoins les hommes à une telle pression que la liberté leur devient de plus en plus difficile³²³ ». Mais, il ajoute qu'une « société sans liberté ne produit pas automatiquement des hommes sans liberté³²⁴. » Pour Moltmann, l'être humain est aussi libre du déterminisme environnemental.

Si nous appliquons cette lecture de Moltmann au sport moderne, nous pouvons avancer, d'une part, que les facteurs environnementaux axés sur le contrôle, comme le proposent Mageau et Vallerand, ne produisent pas nécessairement des sportifs qui ne sont pas motivés. Par ailleurs, nous pouvons ajouter qu'en fournissant un environnement sportif libre du contrôle et de la pression de la réussite, ainsi qu'en comblant pleinement les besoins innés du sportif, l'entraîneur n'assurera pas nécessairement la motivation maximale du sportif. La manière dont le sportif dispose de ces conditions non favorables ou favorables dépend alors réellement de lui-même.

³²²MAGEAU, G. A., et R.J. VALLERAND, *op. cit.*, p. 884.

³²³ MOLTSMANN, J., *op. cit.*, p. 109.

³²⁴ *Ibid.*

Pour Moltmann : « La transformation des conditions sociales sans la transformation de l'homme lui-même est une illusion matérialiste ³²⁵. » Une transformation personnelle doit aussi avoir lieu *dans* le sportif.

De même qu'un paradigme humaniste nous montre que l'humain est trop complexe pour être enfermé dans une boîte déterministe biologique, une lecture de Moltmann sur la psychologie du sport préconise que l'être humain est aussi trop complexe pour être restreint à un déterminisme environnemental. En général, le sportif peut avoir tendance à réagir selon le modèle de Mageau et Vallerand devant les facteurs environnementaux de son contexte sportif, mais l'entraîneur ne réussira pas à motiver tous ses sportifs sur le plan affectif, cognitif et comportemental à leur plein potentiel. Le modèle de Mageau et Vallerand prend en considération la responsabilité de l'entraîneur mais il reste à prendre en considération la responsabilité du sportif.

2.1.3. La liberté dans le sport moderne et son détachement d'une compréhension étroite de la performance

Le concept du jeu créateur de Moltmann nous aide à examiner aussi avec plus de rigueur *La théorie intégrée des motivations intrinsèque et extrinsèque* de Vallerand et Rousseau. Ces auteurs ont développé à travers l'examen approfondi de plus de 800 études sur la motivation intrinsèque/extrinsèque un catalogue de trois catégories pour décrire la motivation chez le sportif. La motivation selon Vallerand et Rousseau existe à trois niveaux de généralité : *la motivation globale*, *la motivation contextuelle* et *la motivation spécifique*. *La motivation globale* fait référence à l'orientation motivationnelle de l'individu dans l'ensemble de sa vie. *La motivation contextuelle* concerne l'orientation de la motivation de l'individu dans un domaine de sa vie comme le sport, le travail, l'éducation ou les loisirs. *La motivation spécifique* se rapporte à la motivation d'un individu dans une situation précise lorsqu'il est engagé dans une activité faisant partie d'un domaine de sa vie.

³²⁵ *Ibid.*, p. 110.

Un deuxième regard sur cette théorie à l'aide d'une lecture de Moltmann nous éclaire sur les raisons possibles qui nourrissent la motivation profonde d'un sportif à pratiquer son sport.

Si un sportif éprouve des lacunes au sujet d'un ou plusieurs de ses besoins de compétence, d'autonomie ou d'appartenance sociale dans sa vie *globale*, il peut orienter sa motivation *contextuelle* vers le sport pour combler ce besoin. Pour le psychologue du sport et l'entraîneur qui se préoccupent *seulement* de la performance du sportif et de son bien-être dans le domaine du sport, le fait que le sportif transfère sa motivation dans le sport pour combler ce manque s'avère souhaitable. Les besoins du sportif sont ainsi satisfaits et il est motivé intrinsèquement à performer.

Par contre, reprenons ce même exemple selon une lecture de Moltmann. Il est aussi possible que la motivation d'un sportif dans son sport soit nourrie par une honte de lui-même ressentie par rapport à sa vie globale et par son besoin de se prouver à lui-même sa propre valeur. Si c'est le cas, ce sportif se conforme à une loi (terme théologal) ou à une pression (terme affectif) personnelle. Son autonomie ou compétence n'est pas *libératrice*, dans la terminologie de Moltmann. Elle est dépendante de la réussite de sa performance. Malgré le fait que le sportif soit motivé d'une manière intrinsèque, il demeure soumis à un paradigme de nécessité.

Selon cette hypothèse, nous pouvons envisager que le sportif qui expérimente des lacunes dans sa vie globale (ses besoins de compétence, d'autonomie ou d'appartenance sociale) sera plus motivé par son sport quand ce dernier les comblera. En d'autres mots, les échecs dans d'autres domaines de sa vie deviennent le moteur de sa motivation contextuelle dans le sport. De plus, puisque cette manière de combler ses besoins est aliénante, nous envisageons alors, à partir d'une lecture de Moltmann, que dans l'éventualité où le sportif abandonne son sport pour des facteurs qu'il ne peut maîtriser, il éprouvera plus de difficulté sur le plan personnel si ces besoins n'ont pas été comblés d'autre manière que par le sport.

2.1.4. Résumé

Notre lecture de la motivation humaine présentée par la psychologie du sport moderne à partir de la conceptualisation du *jeu créateur* de Moltmann nous conduit à la conceptualisation suivante :

Le sportif idéal est celle ou celui qui par la foi s'accepte elle-même ou lui-même en acquérant une nouvelle confiance en soi. Selon une perspective théologique, cette confiance est fondée sur la grâce de Dieu. C'est-à-dire, sur la réalisation que « tout est réellement pour rien³²⁶ » à cause de la mort de Jésus-Christ qui a libéré de son péché l'humain qui croit. Étant libéré de la contrainte de la nécessité d'agir pour se justifier (selon le registre théologique) ou pour se valoriser (selon le registre psychologique), le sportif expérimente les conséquences motivationnelles sur le plan affectif : le plaisir et l'enthousiasme. Il est motivé à pratiquer son sport à son plein potentiel pour la gloire de Dieu soit dans des circonstances de réussite ou d'échec. Il apprend à *jouer avec les autres*, en aidant les autres sportifs à faire partie de cette communauté de sportifs libres³²⁷.

2.2. Contribution de Piper

Piper pour sa part souhaite ardemment que les croyants vivent pleinement l'expérience de la joie dans leur spiritualité, c'est-à-dire, dans leur relation avec Dieu. Sa discussion sur le thème du *combat pour la joie* trouve une corrélation avec d'autres auteurs qui ont écrit sur le lien plaisir/motivation/action humain. Avant d'examiner la contribution théologique de Piper à une discussion psychologique de notre problématique, nous voulons rapidement émettre quelques remarques sur les liens observés entre Piper et quelques auteurs de la psychologie considérés dans cette étude.

2.2.1. Piper et le lien sport/spiritualité

Pour Saint Sing comme pour Piper, le sport est un lieu, parmi tant d'autres, où une personne peut connaître une expérience de transcendance et vivre sa spiritualité.

³²⁶ *Ibid.*, p. 72.

³²⁷ *Ibid.*, p. 146.

Selon Saint Sing, le sportif qui apprend à exploiter la force provenant d'un équilibre entre son esprit, son âme et son corps, expérimente de la joie à persévérer dans les épreuves sportives et non sportives de la vie. Quoique les ressources spirituelles soient communes à tous, il existe des différences profondes entre les sportifs qui trouvent leur spiritualité dans une « unité du corps et de l'âme » et ceux qui ne la trouvent pas³²⁸. L'expérience euphorique purement physique se retrouve chez tous les sportifs de compétition de haut niveau. Toutefois, Saint Sing établit une distinction entre un *profiteur (jock)* et un *champion*. Le *profiteur* demeure arrogant et pense seulement à lui-même. Par contre, le *champion* reconnaît les dons qu'il a reçus et les responsabilités qui s'ensuivent envers les autres. En résumé, la quête de la spiritualité conceptualisée par Saint Sing, se dissocie de l'égoïsme (centré sur soi) et vise la philanthropie (centré sur les autres).

Cependant, dans la spiritualité telle que comprise par Piper, l'objet premier de la joie d'un croyant doit être sa relation avec Jésus-Christ ici et maintenant. Jésus doit être le *Trésor* et non seulement le *Sauveur* et le *Seigneur* du croyant. Dans toutes les activités humaines, l'expérience de sentiments agréables qui ne dirige pas l'attention du croyant vers Jésus-Christ, l'objet suprême des délices, constitue une forme d'idolâtrie³²⁹.

Il faut nuancer ce que Piper veut dire. Pour lui, la joie de voir la gloire de Dieu à travers les plaisirs de cette création est un don de Dieu, acquis pour le croyant par la mort rédemptrice de Jésus-Christ. Quand les plaisirs de la vie sont associés à cette bienveillance de Dieu, par le moyen du sacrifice de Jésus-Christ, le Père et le Fils sont honorés³³⁰. C'est l'Esprit qui ouvre les yeux du croyant pour qu'il voie cette association. En conséquence la Trinité est impliquée dans ces plaisirs spirituels.

Dans ce sens, les plaisirs de cette vie se transforment d'après Piper en partenaires « pour percevoir la révélation de la gloire de Dieu dans la création et nous pousser à nous réjouir en lui³³¹. » En conséquence, ces plaisirs ne constituent pas en

³²⁸ SAINT SING, S., *op. cit.*, pp. 68-69.

³²⁹ PIPER, J., *op. cit.*, p. 38.

³³⁰ *Ibid.*, p. 256.

³³¹ *Ibid.*

eux-mêmes des idoles. Ces plaisirs et les affections qu'ils suscitent chez le croyant rendent gloire à Dieu en Jésus-Christ.

À notre avis, la spiritualité selon Piper veut élever la quête spirituelle du croyant à un autre niveau. D'une part Saint Sing aide le sportif croyant à nuancer l'égoïsme de la philanthropie dans la relation sport/spiritualité. D'autre part, Piper l'aide à y distinguer la philanthropie du christocentrisme.

2.2.2. Piper et les théories contemporaines de l'émotion

Considérant la diversité parmi les théories contemporaines visant à conceptualiser les émotions humaines et le fait que Piper écrit dans le contexte contemporain, il apparaît évident que sa façon de comprendre l'émotion positive de la joie/du plaisir s'accorde avec quelques-unes de ces théories et en contredit d'autres. Dans cette section, nous établirons une comparaison entre la conceptualisation de l'émotion de la joie par Piper et quelques auteurs déjà considérés au chapitre 2 de ce mémoire.

2.2.2.1. Piper et les théories de l'émotion de Scherer

Modèle dimensionnel : La première catégorie de théories de l'émotion discutée par Scherer fut le modèle dimensionnel³³². Dans cette catégorie, toutes les émotions se ressemblent et elles sont réduites à l'effet produit chez la personne. Il est commun de réunir les émotions autour de la dimension de la valence : les émotions agréables et désagréables expérimentées par l'individu. Dans ces théories, le plaisir devient souvent un critère pour évaluer tout autre effet émotif. En se servant du critère du plaisir, une distinction est établie entre les émotions qui comportent du plaisir chez l'individu et celles qui lui sont désagréables.

D'une manière semblable Piper, en accentuant le fait de prendre plaisir en Dieu, rehausse les émotions agréables au premier plan chez le croyant. Pour Piper, « il n'existe aucune lutte plus importante dans tout l'univers que celle de voir et de se réjouir en Christ par-dessus toute autre chose – lutter pour la joie³³³. »

³³² SCHERER, K. R., *op. cit.*, p. 150.

³³³ PIPER, J., *op. cit.*, p. 36.

Modèle orienté autour de la signification : Selon ce modèle, l'émotion humaine est comprise dans son contexte socioculturel³³⁴. Ce sont les règles sociales d'une culture qui jouent un rôle important dans le processus émotif chez l'être humain. Une société peut même expérimenter un état émotionnel unique à sa culture.

Pour Piper, le plaisir en Dieu se trouve dans une relation personnelle avec Jésus-Christ. Ce plaisir est fondamentalement le résultat de la grâce de Dieu qui transforme le cœur humain pour qu'il désire ce qu'il devrait désirer. Par conséquent, ce plaisir en Dieu constitue une expérience unique aux chrétiens qui ne peut être comprise par le non-croyant. Par exemple, Jacques dans l'introduction de son épître écrit : « Mes frères, regardez comme un sujet de joie complète les diverses épreuves auxquelles vous pouvez être exposés, sachant que l'épreuve de votre foi produit la patience³³⁵. »

Modèle cognitif : Selon une approche cognitive des émotions, il existe deux processus essentiels qui demeurent sous le contrôle de l'humain : une évaluation cognitive de l'émotion et une régulation émotionnelle.

D'un côté, Luminet, à partir de plusieurs auteurs, note un ensemble de jugements posés par un individu dans le déclenchement et l'évolution de son épisode émotif : 1) l'importance/insignifiance de l'événement pour l'individu; 2) le plaisir/déplaisir éprouvé par l'individu; 3) le degré de maîtrise de l'individu dans la situation; 4) sa pertinence/inadéquation pour l'individu; 5) les ressources personnelles disponibles pour faire face à la situation; 6) la compatibilité de la situation avec les buts et 7) avec les normes de l'individu et de la société³³⁶.

Par ailleurs, Gross (1998) développe le processus de la régulation émotionnelle. Pour cet auteur, la régulation émotionnelle est le processus par lequel les individus influencent les émotions qu'ils éprouvent, le moment où elles se produisent et la manière dont ils vivent et expriment ces émotions. Ces mécanismes

³³⁴ SCHERER, K. R., *op. cit.*, p. 149.

³³⁵ Jacques 1. 2,3

³³⁶ LUMINET, O., *op. cit.*, p. 28 et 34.

peuvent être automatiques ou contrôlés, conscients ou inconscients, et intervenir à un ou plusieurs moments du processus de génération des émotions³³⁷.

Il semble que Piper suit une approche cognitive de l'émotion. Le fait que le croyant est dépendant de la grâce de Dieu n'empêche pas qu'il soit impliqué activement dans ce combat pour la joie. Pour Piper, « derrière les mauvaises actions se trouvent de mauvais désirs³³⁸. » En conséquence, Piper responsabilise le croyant par rapport à ses désirs et lui présente des façons concrètes de lutter stratégiquement en vue de contempler la gloire de Christ et d'être passionné par sa beauté seule.

En responsabilisant le croyant, Piper encourage davantage la composante cognitive que la composante affective du croyant. Le croyant, ses pensées empreintes des paroles et des promesses de Dieu, doit parler à son âme, au lieu de la laisser s'adresser à lui. C'est-à-dire que d'une part, il doit affronter avec violence « toutes nos convoitises et les désirs qui nous asservissent³³⁹... » D'autre part, il lui faut développer une attitude de gratitude enracinée en ce que Dieu *est* et non en ce qu'il *fait* ou ce qu'il *donne*.

Tandis que la recherche de son plaisir en Dieu malgré les circonstances défavorables doit être consciente au départ (en passant par les processus cognitifs), avec le temps et la maturité spirituelle, l'amorçage de cette recherche de plaisir devient inconscient (passant par un processus automatisé³⁴⁰). Devenu conscient de son combat pour la joie, le croyant peut évaluer la situation et devenir plus apte à réguler son émotion de joie à partir des processus cognitifs.

2.2.2.2. Piper et Davidson/Solomon

Davidson (1999) établit une distinction entre les émotions positives, comme le plaisir généré lorsqu'un organisme approche de son but, et celles de la joie ou

³³⁷ GROSS, J. J., *op. cit.*, p. 275.

³³⁸ PIPER, J., *op. cit.*, p. 131.

³³⁹ *Ibid.*, p. 130.

³⁴⁰ Un exemple est trouvé dans Actes 16,25 où Paul et Silas sont en prison à Philippiques, chantant des louanges à Dieu.

satisfaction qui résulte de l'atteinte du but par ce même organisme. En ce sens, le plaisir est compris comme une émotion antérieure à l'appétitif, et la joie, ultérieure³⁴¹.

Pour sa part, Piper maintient une distinction semblable à celle de Davidson, mais non identique. Pour Piper, le terme *désir* fait référence à l'émotion du plaisir ressentie dans le présent en rapport avec l'attente d'expérimenter les délices à venir associées à l'objet aimé. Piper dans sa réflexion remarque que le terme *désirer* possède un aspect du plaisir expérimenté sous forme d'attente³⁴², qui est comparable au terme *plaisir* selon Davidson. Alors que le terme *délice* fait référence à l'émotion agréable ressentie au présent à l'égard de l'objet aimé, il est comparable au terme *joie* selon Davidson.

Solomon (2000) note que toute émotion vise un objet concret, une personne ou un événement³⁴³. Davidson ajoute que le déclenchement d'un épisode émotif peut être imaginé ou sensoriel. C'est-à-dire que l'objet visé qui stimule un ou plusieurs des cinq sens et qui déclenche l'émotion chez l'humain peut être réel ou imaginé. En conséquence, l'émotion du plaisir/de la joie est stimulée soit par l'objet concret, la personne ou l'événement même, soit par l'imagination d'un de ces trois phénomènes.

Pour Piper, ce qui est vrai pour les objets du plaisir de cette vie terrestre est aussi vrai dans la vie spirituelle du croyant. D'une part, l'objet premier de la joie d'un croyant doit être sa relation avec le Seigneur Jésus-Christ ici et maintenant (*délices*). Par contre, l'espoir de la plénitude de cette relation (*désir*) à venir lui procure aussi de la joie dans le présent. D'autre part, quoique les délices associées à cette relation soient pleinement comblées dans le futur, le plaisir du désir ne sera heureusement jamais totalement assouvi dans l'éternité. « Nous jouissons d'un avant-goût spirituel de la gloire de Dieu et désirerons, même dans l'éternité, une mesure toujours plus grande de sa présence, qui surpassera toujours celle que nous expérimenterons³⁴⁴. »

³⁴¹ DAVIDSON, R. J., *op. cit.*, p. 107.

³⁴² *Ibid.*, p. 23.

³⁴³ SOLOMON, Robert C., *op. cit.*, p. 12.

³⁴⁴ PIPER, J., *op. cit.*, p. 25.

Selon Piper et en contraste avec Davidson et Solomon, le plaisir n'est pas maintenu dans un registre purement empirique. L'émotion agréable du plaisir possède une dimension supra-empirique ou spirituelle qui s'ajoute au registre empirique.

Nous comprenons avec Piper que Dieu fait partie de la réalité supra-empirique. « Dieu lui-même, qui n'a ni corps ni cerveau, expérimente un ensemble impressionnant d'affections spirituelles – l'amour, la haine, la joie, la colère, le zèle, etc.³⁴⁵ » En conséquence, nous concluons que la composante affective de l'humain subit l'influence des composantes physiologique et cognitive, mais n'est pas limitée à ces deux composantes. L'humain aussi est constitué d'une réalité supra-empirique : l'âme selon Piper. Dieu peut toucher la composante affective de l'humain à travers l'âme de la personne³⁴⁶.

Pour conclure, une discussion plus complète de l'émotion humaine ne peut négliger une réflexion théologique.

2.2.2.3. Résumé

Dans cette section nous avons comparé l'approche de Piper sur l'émotion positive du plaisir/de la joie et les modèles contemporains décrit par Scherer et les théories de Davidson et Solomon.

Le croyant qui élève l'émotion de la joie en Christ au-dessus d'autres émotions expérimentées possède une manière rapide d'évaluer son état affectif. Le croyant vit dans un contexte social avec des normes et attentes sociales. Évoluant dans un environnement où il voit ses frères et ses sœurs dans la foi vivre ce combat pour la joie, ce croyant est encouragé à imiter ce même comportement. Ce contexte socioculturel produit un effet sur son propre combat pour la joie.

Quoiqu'il existe des points communs entre le modèle dimensionnel et celui orienté autour de la signification, le modèle cognitif fournit des processus psychologiques qui sous-tendent la thèse du Piper. Tandis que les auteurs du champ de la psychologie comprennent les émotions humaines selon un paradigme matérialiste, Piper les conceptualise de manière empirique et supra-empirique.

³⁴⁵ *Ibid.*, p. 11.

³⁴⁶ *Ibid.*, pp. 11-12.

2.2.3. Piper et les théories contemporaines de la motivation

Quelle est la contribution de Piper à notre compréhension de la motivation humaine, soit dans le sport, soit dans d'autres domaines de la vie?

Selon Piper, l'humain livré à lui-même recherche le confort et la sécurité plus que Dieu³⁴⁷.

Pour Mageau et Vallerand, le sportif, lorsque ses besoins physiologiques de sécurité sont comblés, cherche à satisfaire ses trois besoins de compétence, d'autonomie et d'appartenance sociale. Quand l'entraîneur favorise les conditions de l'environnement sportif de manière à ce que ces trois besoins innés soient comblés, l'athlète est motivé intrinsèquement à pratiquer son sport avec enthousiasme et plaisir.

Cette théorie proposée par Mageau et Vallerand, comme tant d'autres théories de la psychologie du sport, encourage le sportif à rechercher son plaisir dans une approche humaniste. Cette approche humaniste se veut une réaction contre le déterminisme d'une approche naturaliste ou darwinienne. Comme nous l'avons déjà mentionné, le paradigme humaniste signifie le retour à l'humain et à sa dignité. Au lieu de devoir tout subir de forces provenant de l'extérieur, l'humain exerce une influence sur son environnement.

Comme le paradigme humaniste nous avertit des lacunes d'une approche purement naturaliste, Piper, en introduisant un discours théologique sur l'humain, nous prévient des risques que nous encourageons en privilégiant l'approche strictement humaniste.

D'une perspective naturaliste, l'être humain possède des besoins physiologiques qui, quand ils sont comblés, procurent du plaisir et de la satisfaction. Cependant, ce plaisir est éphémère, car les pulsions occasionnées par ces besoins se reproduisent.

L'approche humaniste propose que l'humain possède aussi des besoins de croissance. Par exemple, un individu prend plaisir dans l'utilisation de sa créativité et

³⁴⁷ *Ibid.*, p. 6.

dans l'apprentissage de la connaissance ou d'une habilité quelconque. L'humain veut s'améliorer et croître.

Il existe cependant des limites à ce genre de plaisir. Qui, avec le temps, ne perd jamais sa motivation dans un projet créatif où n'éprouve jamais le besoin de repos?

Piper, dans sa discussion théologique sur le plaisir, dépeint les besoins éternels de l'humain. Prendre plaisir en Dieu et glorifier sa personne constituent les besoins qui procurent au croyant une satisfaction ici-bas. Cependant, ce besoin ne sera jamais complètement assouvi. Pour le croyant, le plaisir en Dieu s'intensifiera pendant toute l'éternité! Par conséquent, le croyant sera toujours motivé à faire tout pour la gloire de Dieu³⁴⁸.

3. RÉFLEXIONS PSYCHOLOGIQUES AU PROFIT D'UNE DISCUSSION THÉOLOGIQUE DE LA SPIRITUALITÉ

Comment les réflexions psychologiques sur l'émotion et la motivation peuvent-elles éclairer les discussions théologiques sur l'être humain dans sa quête spirituelle?

3.1. Contribution de la psychologie sur la composante affective du croyant

Piper, suivant Edwards (1996), établit la distinction entre la *croyance rationnelle* du croyant affirmant que Dieu est glorieux et son *sentiment* de la condition glorieuse de Dieu dans son cœur³⁴⁹. Dans sa discussion, Piper fait référence au terme *sentiment* comme étant la perception spirituelle du croyant, qui consiste à voir la beauté de Jésus-Christ avec les yeux du cœur³⁵⁰. Cette nouvelle perception de Jésus est un don provenant de l'Esprit de Dieu. Le terme *croyance rationnelle* fait référence à « la perception physique³⁵¹ » de l'humain. En conséquence, Piper associe le sentiment au domaine spirituel et la perception physique à l'entendement rationnel. Une appréhension de la beauté de Christ par le croyant « conduit toujours à un

³⁴⁸ 1 Corinthiens 10,31

³⁴⁹ EDWARDS, J., « A Divine and Supernatural Light », dans K.P. Minkema (Ed.), *The Works of Jonathan Edwards* (Vol. 17), New Haven, CT, Yale University Press, 1996, p. 412, cité dans PIPER, J., *Ibid.*, pp. 81-82.

³⁵⁰ *Ibid.*, p. 81.

³⁵¹ *Ibid.*, p. 82.

acquiescement... , les deux peuvent être tellement liés quand nous les ressentons, que nous ne pouvons plus les distinguer³⁵². »

Quoique nous acquiescions au lien entre l'entendement rationnel et les sentiments décrits par Piper, nous sommes d'avis que la division établie par Piper entre le physique et le spirituel dans la psychologie du croyant peut être mieux nuancée. Il nous semble qu'une révision de la définition des termes caractérisant les émotions employés par la psychologie moderne peut apporter plus de clarté.

Rappelons les définitions utilisées au chapitre deux de ce mémoire pour décrire la composante affective de l'humain. D'abord, le terme *affect*, et les mots de sa famille lexicale, englobant tous les autres concepts de l'émotion. Cette composante humaine se distingue des dimensions physiologique, cognitive et volitive de l'humain et exerce une influence sur elles. Puis, le terme *émotion* selon Luminet qui correspond à des « [r]éponses extrêmement rapides de l'organisme suite à certaines circonstances [habituelles ou] inhabituelles de l'environnement qui se caractérisent par un ensemble de réponses *physiologiques, comportementales-expressives et cognitives-expérientielles* concomitantes³⁵³. » Enfin, le terme *sentiment*, qui est le « [t]erme qui fait spécifiquement référence à la composante *cognitive-expérientielle* de l'émotion³⁵⁴. » En l'occurrence, ce que la personne ressent du côté subjectif est ce qu'elle désignera comme son état affectif à ce moment précis. En conséquence, le phénomène du *sentiment* tombe dans une sous-catégorie de l'*émotion* et celui de l'*émotion* dans une sous-catégorie de l'*affect*. En d'autres mots, le sentiment fait partie de la composante affective chez l'humain.

Cette distinction venant de la psychologie moderne nous aide à énoncer comment la composante affective du croyant évangélique, sur le plan psychologique, joue un rôle sur sa motivation dans sa quête spirituelle : soit celle de nourrir sa foi ou de l'étouffer.

³⁵² *Ibid.*, p. 82.

³⁵³ LUMINET, O., *op. cit.*, p. 110.

³⁵⁴ *Ibid.*, p. 214.

3.1.1. La foi nourrie par l'affect positif

Pour évoquer la citation de Binney trouvée en Piper : « Le plaisir doit précéder l'illumination *ou plutôt le plaisir est l'illumination*³⁵⁵ », ne serait-il pas plus justifiable de dire que l'illumination n'est pas réservée seulement à la composante de l'entendement rationnel mais aussi à la composante affective? Par illumination, nous voulons décrire l'action du Saint-Esprit sur le croyant, par l'utilisation de la parole de Dieu entendue, pour qu'il voie avec les yeux du cœur et croie en Jésus-Christ soit pour parvenir au salut, soit pour grandir dans sa foi.

Nous proposons que par une action spirituelle et mystérieuse, le Saint-Esprit illumine d'une part, *la connaissance* du croyant pour qu'il comprenne l'évangile et l'accepte. D'autre part, l'Esprit illumine *l'affect* du croyant pour que la personne de Jésus-Christ et son œuvre rédemptrice deviennent agréables au croyant. L'illumination éveille d'un côté un désir agréable chez le croyant à l'égard de la personne de Christ et par ailleurs une compréhension rationnelle et une gratitude profonde pour le prix que Jésus-Christ a payé pour expier son état pécheur. Il s'agit de l'œuvre de l'illumination dans les composantes affective et cognitive du croyant et elle suscite et nourrit l'élément surnaturel de sa foi, dans la quête spirituelle de toute sa vie. À son tour, cette foi suscite la motivation chez le croyant d'acquérir une compréhension accrue en ce qui concerne la connaissance (théologique) ainsi que dans le domaine affectif (dévotion). Ces composantes cognitive et affective combinées à la composante volitive contribuent à la motivation humaine qui se traduit par l'action de produire du fruit digne de la foi envers Dieu et envers son prochain³⁵⁶.

Prenons pour exemple, l'expression *la connaissance de Christ*, comme elle est utilisée par l'apôtre Paul dans ses épîtres³⁵⁷. Nous proposons que cette connaissance implique une démarche cognitive et une expérience affective du Sauveur. Cette connaissance plus riche a aidé Paul à persévérer (composante cognitive) et à se

³⁵⁵ Thomas Binney (1798-1874) était un pasteur anglais congrégationaliste. Citation des « Sermons » de Thomas Binney, tirée du livre de Charles Haddon Spurgeon, *The Treasury of David*, 3 vol., Mclean, VA, Macdonald Publishing Company, n.d., vol 1, p. 131. Cité dans PIPER, J., *op. cit.*, p. 82.

³⁵⁶ Matthieu 22, 37

³⁵⁷ Éphésiens 3, 19; Philippiens 3, 8

réjouir (composante affective) même durant l'emprisonnement et devant la menace de la mort³⁵⁸.

3.1.2. La foi étouffée par l'affect négatif

Selon Lewis (2000), les mécanismes de défense chez l'humain peuvent empêcher qu'une émotion soit ressentie³⁵⁹. C'est-à-dire qu'une personne peut être motivée à agir inconsciemment soit dans le sport ou dans la spiritualité chrétienne évangélique à partir d'affects négatifs comme la colère, la peur ou la culpabilité. Quoiqu'efficace comme source de motivation à court terme, il est difficile de maintenir une telle motivation au cours des années. En conséquence, la personne, se fatigue à la longue, s'épuise et perd sa motivation. La logique de cet argument suggère qu'un croyant qui délaisse sa foi a peut-être entrepris sa quête spirituelle pour les mauvaises raisons.

Il est évident qu'être motivé à partir d'affects positifs comme la joie et la gratitude envers la grâce de Dieu semble préférable à la motivation qui découle de la culpabilité.

3.2. Contribution de Vallerand au sujet de la motivation du croyant

3.2.1. La foi non autodéterminée

Pour C.S. Lewis, cité en Piper, « le devoir n'est qu'un substitut à l'amour (pour Dieu et les autres), de la même manière qu'une béquille remplace une jambe³⁶⁰. » Malheureusement, une religion de devoirs peut prendre la place de l'amour pour Dieu.

Dans le langage de Vallerand, une religion de devoirs et d'obligations est parallèle à une motivation extrinsèque et non autodéterminée dans le domaine du sport. Elle est une béquille qui doit être utilisée à l'occasion pour la simple raison que l'humain n'est pas parfait.

Pour Piper, s'il n'est pas notre *Trésor* (composante affective), Jésus ne peut être le *Sauveur* (composante cognitive) ni le *Seigneur* (composante active) du

³⁵⁸ Philippiens 1, 19-21

³⁵⁹ LEWIS, C. S., *Letters to Children*, Lyle W. Dorsett et Marjorie Lamp Mead (Ed.), New York, Simon & Shuster, 1995, p. 276, cité dans PIPER, J., *op. cit.*, p. 11.

³⁶⁰ *Ibid.*

croyant. D'une part, la motivation qui alimente les actes d'obéissance du croyant au Seigneur Jésus, vient des affections. Ces affections envers le Trésor, Jésus, trouvent leur source dans les pensées du croyant qui valorisent la personne du *Sauveur Jésus*. Cette motivation, découlant des affections et des pensées, est autodéterminée puisque le croyant retire du plaisir dans la personne même de Jésus plutôt qu'en cherchant à obtenir un gain quelconque en échange.

D'autre part, il est possible qu'une personne suive Jésus-Christ pour l'excellence de ses dons ou pour la terreur qu'inspirent ses menaces. Dans ces deux cas, la motivation qui pousse le croyant à suivre Jésus-Christ est non autodéterminée, car la personne le suit en échange d'autres avantages : pour obtenir des faveurs ou éviter une punition.

Vallerand, suivant Deci et Ryan, nous démontre qu'une motivation non autodéterminée peut être transformée en une motivation autodéterminée, comme l'inverse peut également se produire. Une personne qui perd sa motivation à suivre Jésus-Christ expérimente le changement de sa motivation autodéterminée en une motivation non autodéterminée. En d'autres mots, la vraie foi dans la quête spirituelle du croyant peut être remplacée par une religion de devoirs.

3.2.2. Le contexte motivationnel du croyant dans sa quête spirituelle

Selon Vallerand et Rousseau, la motivation humaine existe à trois niveaux de généralité :

- La *motivation globale* fait référence à l'orientation motivationnelle de l'individu dans l'ensemble de sa vie;
- La *motivation contextuelle* concerne l'orientation de la motivation de l'individu dans un domaine de sa vie comme le sport, le travail, l'éducation ou les loisirs.
- La *motivation spécifique* se rapporte à la motivation d'un individu dans une situation précise lorsqu'il est engagé dans une activité faisant partie d'un domaine de sa vie.

Cette conceptualisation de la motivation humaine appliquée à une discussion théologique de la spiritualité humaine fait progresser notre compréhension de la quête spirituelle évangélique. Nous proposons cette conceptualisation dans la vie du croyant par rapport à son expérience de la joie et de la grâce de Dieu.

En ce qui concerne la grâce de Dieu, elle peut être expérimentée par le croyant de manière *globale, contextuelle* ou *spécifique*. La *grâce globale* de Dieu peut être comprise par le fait que Dieu est bon envers les méchants autant qu'envers les bons³⁶¹. Jésus demande à ses disciples d'agir de même envers leurs ennemis. La *grâce contextuelle* peut être comprise selon une interprétation calviniste, comme la grâce de Dieu dans l'élection du croyant³⁶². La *grâce spécifique* de Dieu peut être comprise par sa bonté dans la guérison d'une personne ou d'autres réponses à une prière précise³⁶³.

De la même manière, nous proposons une conceptualisation de la joie du croyant en suivant le modèle de Vallerand et Rousseau. Nous retrouvons un exemple de la *joie globale* chez l'apôtre Paul, alors qu'il écrit que les croyants doivent prendre plaisir en Christ en tout temps³⁶⁴. Par ailleurs, la *joie contextuelle* est dépeinte dans le fait que lors de la conversion d'un petit à Jésus-Christ, les anges mêmes sont dans la joie³⁶⁵. La *joie spécifique*, en revanche, est illustrée dans la vie de Paul et de Silas lorsqu'ils se retrouvent en prison à Philippiques³⁶⁶.

Vallerand et Rousseau avancent que l'orientation motivationnelle d'une personne à un niveau peut influencer sa motivation à un autre niveau³⁶⁷. Cette même dynamique peut influencer les composantes affective et comportementale du croyant.

3.2.2.1. Sa motivation constitue la composante affective

Par exemple, un croyant apprend à associer chaque nouvelle journée avec la grâce de Dieu, dans sa quête spirituelle. Chaque matin il développe l'habitude de

³⁶¹ Matthieu 5, 45

³⁶² Romains 9, 15-18

³⁶³ Jacques 5, 14-15

³⁶⁴ Éphésiens 5, 18-20

³⁶⁵ Luc 15,10

³⁶⁶ Actes 16, 25

³⁶⁷ VALLERAND, R. J. et F.L. ROUSSEAU, *op. cit.*, p. 407.

sortir du lit avec joie en remerciant Dieu pour une nouvelle journée et pour la possibilité qui lui est offerte de progresser dans ses projets intéressants. Lorsqu'il arrive qu'une journée, pour une raison quelconque n'est pas plaisante, ce croyant, ayant l'habitude d'envisager sa journée dans le contexte de la joie, peut moduler son épisode émotionnel pour qu'il s'aligne sur son humeur habituelle. Il lui suffit de se rappeler la bonté et la fidélité de Dieu à garder ses promesses³⁶⁸. Un épisode émotionnel *spécifique* soumis à une modulation cognitive est influencé par l'affect *contextuel* et *global*.

3.2.2.2. La motivation du croyant et le comportement des dirigeants

Faisant référence à une étude effectuée par Pelletier, Fortier, Vallerand, & Brière (2001), Vallerand et Rousseau notent que le comportement d'un entraîneur peut déclencher un changement motivationnel chez un sportif. S'il ne se rend pas compte du fait que ses exigences sont excessives, il risque d'étouffer la motivation intrinsèque au point que le sportif quitte son sport³⁶⁹.

Selon Mageau et Vallerand, un entraîneur interagit avec les sportifs selon ses attentes et l'opinion qu'il adopte par rapport au comportement de ces derniers, peu importe que cette perception soit juste ou erronée³⁷⁰. Si l'entraîneur croit que les sportifs ne sont pas dignes de confiance, il utilisera des méthodes contrôlantes pour assurer que les comportements attendus soient exécutés³⁷¹. En conséquence, l'autonomie du sportif n'est pas soutenue et le sportif agira de façon à valider le jugement de l'entraîneur. En contraste, plus l'entraîneur considère que les sportifs sont motivés intrinsèquement, plus il interagira de manière à soutenir l'autonomie du sportif. Comme pour le sport, la motivation de tout subordonné, dans un contexte donné, est déterminée par la perception du superviseur.

Les implications de cette constatation sont considérables, autant pour les dirigeants évangéliques que pour ceux de toutes les autres confessions religieuses. Les dirigeants dans une église locale peuvent-ils, par une attitude contrôlante, détenir

³⁶⁸ Romains 8, 28

³⁶⁹ VALLERAND, R. J. et F.L. ROUSSEAU, p. 409.

³⁷⁰ MAGEAU, G. A., et R.J. VALLERAND, p. 897.

³⁷¹ *Ibid.*, p. 894.

la même emprise sur un croyant? Nous émettrons quelques commentaires à ce sujet plus loin dans ce chapitre.

4. CONTRIBUTION DE LA PSYCHOLOGIE ET DE LA THÉOLOGIE AU BIEN-ÊTRE DE L'HUMAIN

Existe-t-il une relation entre le monde empirique et les phénomènes spirituels? En d'autres termes, de quelle manière les actions physiques, les pensées cognitives et les affections subjectives sont-elles influencées par la spiritualité de l'humain et comment la spiritualité influence-t-elle ces composantes humaines? À partir des résultats de notre étude présentée dans ce chapitre, nous sommes d'avis que la réponse est affirmative. Dans cette dernière section du chapitre, nous tenterons de résumer de quelle manière la rencontre entre la psychologie contemporaine et une discussion théologique peut contribuer au bien-être du sportif et du croyant de la tradition évangélique.

4.1. Pour le bien-être du sportif

Rappelons la définition de la spiritualité humaine proposée par Vaillancourt, énoncée dans le premier chapitre, et celle de la quête spirituelle, présentée par Breton. Pour Vaillancourt la spiritualité humaine est « la recherche d'une unité de sa vie et ce par rapport à une référence ultime³⁷² ». Pour Breton, la quête spirituelle est la démarche de l'être humain alors qu'il vise à identifier cette référence ultime ou pôle unificateur et à « ... favoriser le rapprochement le plus adéquat de toutes les composantes de sa vie autour de ce pôle³⁷³ ». Emboîtant le pas à Piper, nous proposons que ce pôle unificateur accorde à l'individu une valeur personnelle. Par conséquent, le rapprochement d'un domaine de sa vie personnelle vers son pôle unificateur suscitera la joie chez cette personne en comblant l'un de ces besoins fondamentaux : autonomie, compétence ou appartenance sociale.

Pour Piper, Jésus-Christ doit être ce pôle unificateur du croyant. La réalité de l'univers est christocentrique plutôt qu'égoцентриque. Le problème réside dans le fait que l'humain en général est aveugle à cette réalité. S'appuyant sur la grâce de Dieu et

³⁷² VAILLANCOURT, L., *op. cit.*, p. 9.

³⁷³ BRETON, J-C., *op. cit.*, p. 46.

en même temps s'efforçant de combattre pour la joie, le croyant peut établir un rapprochement entre les différentes composantes de sa vie et Jésus-Christ.

Selon Piper, si le croyant choisit un autre pôle unificateur que celui de Jésus-Christ, la joie qu'il lui procurera sera temporaire. Ce pôle unificateur peut être considéré comme une idole qui tente de rivaliser avec le trésor suprême, Jésus-Christ.

Selon la perspective humaniste de Vallerand, il s'avère que le pôle unificateur d'un sportif pleinement motivé est le sportif lui-même, à travers sa performance et ses accomplissements. Dans cette optique, le sport devient un moyen pour le sportif de se réaliser à travers son autodétermination, sa compétence et son appartenance, suscitée par l'interaction avec d'autres sportifs.

Comment un croyant évangélique peut-il pratiquer un sport et bénéficier de la théorie de Vallerand en comblant ses besoins d'autonomie, de compétence et d'affinité en gardant une spiritualité christocentrique?

Pour répondre à ce défi, nous proposons une spiritualité comportant un pôle unificateur à deux niveaux : l'un se situe dans un registre spirituel/religieux et l'autre sur le plan physique. D'abord, le pôle unificateur d'un point de vue spirituel/religieux est supra-empirique : il représente Jésus-Christ pour le croyant évangélique. Par ailleurs, le pôle unificateur au niveau physique, en l'occurrence le sport, doit être secondaire et subordonné au pôle unificateur supra-empirique. Dans ce scénario, le sport n'est pas idolâtrique, mais sujet au pôle unificateur supra-empirique. Pour le croyant évangélique, Jésus-Christ demeure Seigneur de toute sa vie. Le sportif évangélique pratique son sport avec tout l'enthousiasme et le plaisir qui découlent de ces avantages. Toutefois, cet engagement dans le sport n'est pas souscrit en premier lieu pour les bienfaits physiques, cognitifs ou affectifs qu'il procure, mais pour la gloire du Seigneur. Le Seigneur Jésus-Christ est valorisé par le sportif à travers sa pratique du sport. Qu'il réussisse ou échoue dans son sport, l'athlète croyant n'est pas déstabilisé dans sa relation personnelle avec le Seigneur. La relation du croyant avec

le Seigneur et sa Parole n'est pas étouffée par les soucis de l'échec ou par les séductions du succès³⁷⁴.

Dans ce scénario, la pratique du sport favorise la valorisation de Jésus-Christ et permet au croyant de traverser les échecs et les succès en portant du fruit dans sa quête spirituelle.

4.2. Pour le bien-être du croyant

Notre discussion à partir de la psychologie nous aide à voir le rapport qui peut exister entre les composantes cognitive, affective et active du croyant et sa foi. Nous proposons la typologie suivante de la foi du croyant à partir de l'interaction de ces trois composantes, illustrée dans Figure 7 :

La foi d'une personne peut s'avérer seulement *cognitive*, et ne comporter aucune affection ni obéissance. Cette foi présente des pensées véridiques par rapport à Dieu, mais dépourvues du désir de lui obéir, comme c'est le cas pour Satan³⁷⁵. Il s'agit d'une foi qui dissimule une tendance égocentrique sous des termes théologiques et académiques ;

La foi d'une personne peut être uniquement *affective*. Dans ce cas, il importe pour l'individu de croire en quelque chose qui fait du bien à son cœur. Cette foi dénote une tendance à l'égocentrisme, cachée dans des termes de spiritualité ;

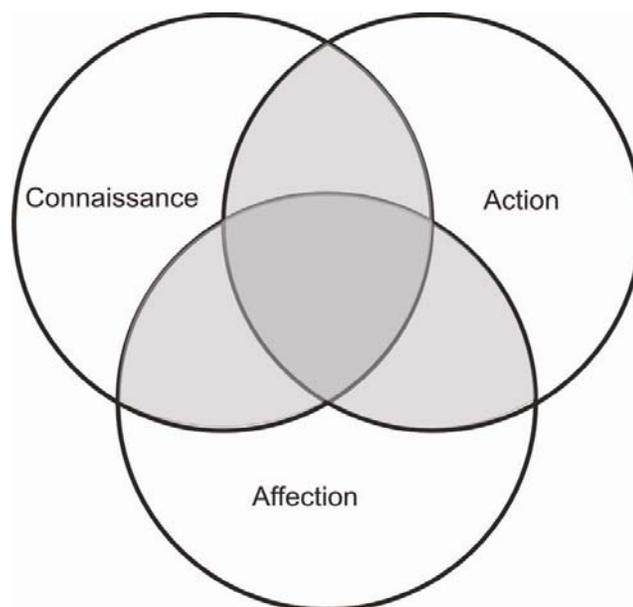
La foi d'une personne peut se montrer seulement *active*. Il est possible d'agir selon les rites d'une religion de sa culture sans avoir une connaissance ni une affection pour l'objet de sa foi. Cette foi indique une tendance égocentrique masquée par des termes religieux ;

La foi d'une personne peut résulter de la convergence des composantes de *l'affection* et de *la connaissance*. C'est la critique formulée par les traditions chrétiennes libérales envers la tradition évangélique, où la foi du croyant pourrait présenter peu d'action sociale envers son prochain. Il s'agit d'une foi qui manifeste une tendance à l'égocentrisme cachée sous les termes d'une théologie fondamentaliste ;

³⁷⁴ Matthieu 13, 22

³⁷⁵ PIPER, J., *op. cit.*, p. 29.

Figure 7. Une typologie de la foi selon les trois composantes humaines



La foi d'une personne peut s'avérer le point de rencontre des composantes de *l'affection* et de *l'action*. C'est la critique qu'exprime la tradition évangélique envers les traditions chrétiennes plus libérales. Il s'agit d'une foi ayant une tendance à la philanthropie dissimulée sous des termes christocentriques ;

La foi d'une personne peut constituer l'union des composantes de *la connaissance* et de *l'action*. C'est la critique que Piper énonce concernant la tradition évangélique. Il s'agit d'une foi comportant une tendance légaliste camouflée sous des termes christocentriques ;

La foi véritable, selon Piper, se situe à la rencontre de ces trois composantes : l'affection (Christ comme Trésor), la connaissance (Christ comme Sauveur), l'action (Christ comme Seigneur). Il s'agit d'une foi qui est christocentrique.

5. CORRÉLATIONS POSSIBLES ENTRE LE MODÈLE DE VALLERAND ET LOSIER ET LES ÉCRITURES CHRÉTIENNES QUI SONT ACCEPTABLES AU REGARD D'UNE INTERPRÉTATION ÉVANGÉLIQUE

Le climat motivationnel instauré soit par l'entraîneur dans le sport, soit par le pasteur/ouvrier/responsable dans l'église locale est capital pour la motivation respectivement du sportif et du croyant. Les facteurs sociaux du succès/échec, de la

compétition/coopération et le comportement des responsables influant sur la perception de la compétence, de l'autonomie et de l'appartenance sociale de l'humain génèrent différents types de motivation selon le modèle de Vallerand et Losier³⁷⁶. Ce modèle, tel que cité en Cox (2005)³⁷⁷ éclaire quelque peu notre problématique et fournit des réponses possibles concernant les raisons sous-jacentes d'un étouffement de la motivation chez un croyant à suivre Jésus-Christ de tout son cœur durant toute sa vie.

Le croyant qui se sent libre et compétent dans sa foi éprouve du plaisir, ou de la satisfaction, lorsqu'il s'engage dans les diverses activités de la vie parce qu'il le fait pour la gloire de son Sauveur-Dieu. En référence à la terminologie de Vallerand et Losier, il fait preuve d'une motivation intrinsèque. Il sert son Sauveur dans le but de lui plaire et pour la joie qu'il en retire. Selon les Écritures chrétiennes, cette même expérience humaine est décrite par Jésus comme l'accomplissement des dix commandements :

Maître, quel est le plus grand commandement de la loi? Jésus lui répondit : Tu aimeras le Seigneur, ton Dieu, de tout ton cœur, de toute ton âme, et de toute ta pensée. C'est le premier et le plus grand commandement. Et voici le second, qui lui est semblable : Tu aimeras ton prochain comme toi-même. De ces deux commandements dépendent toute la loi et les prophètes³⁷⁸.

Quoique le croyant ne vive pas son existence à la seule fin d'en retirer du plaisir mais plutôt pour aimer Dieu, l'effet qui en découle est que le croyant expérimente le fruit de l'esprit qui inclut la joie³⁷⁹.

Les nombreuses formes de la motivation extrinsèque semblent aussi trouver des corrélations dans une compréhension évangélique des Écritures chrétiennes. Bien que la motivation extrinsèque, présentée par Vallerand et Losier, regroupe un ensemble de comportements effectués de manière à retirer quelque chose d'agréable ou pour éviter une conséquence déplaisante, les quatre types se situent sur un continuum d'autodétermination. Plus l'on s'éloigne de la motivation intrinsèque et

³⁷⁶ Le modèle de Vallerand et Losier est une adaptation du modèle de Deci et Ryan présenté au chapitre 4 de ce mémoire.

³⁷⁷ COX, R.H., *op. cit.*, p. 71-72.

³⁷⁸ Matthieu 22, 36-40

³⁷⁹ Galates 5, 22

autodéterminante, plus le croyant vit une croyance pharisienne de forme religieuse dépourvue d'un vrai cœur pour Dieu.

Les pharisiens virent cela, et ils dirent à ses disciples : Pourquoi votre maître mange-t-il avec les publicains et les gens de mauvaise vie? Ce que Jésus ayant entendu, il dit : Ce ne sont pas ceux qui se portent bien qui ont besoin de médecin, mais les malades. Allez, et apprenez ce que signifie : Je prends plaisir à la miséricorde, et non aux sacrifices. Car je ne suis pas venu appeler des justes, mais des pécheurs³⁸⁰.

La *régulation intégrée* est la forme la plus intériorisée de la motivation extrinsèque. Un comportement incluant l'assistance aux cultes d'adoration le dimanche matin ou les prières pour les frères et sœurs dans le Seigneur, auparavant considéré comme régi par des forces extérieures, par l'entremise de l'enseignement, devient assimilé par le croyant et compris comme important et essentiel pour sa vie.

Dans le cas de la *régulation identifiée*, le croyant valorise le comportement en question et le trouve important. Cependant, il participe aux diverses activités évangéliques non pour la joie qu'il obtiendra à servir le Seigneur de tout son cœur, mais parce qu'il perçoit que sa participation lui procurera à la fois des avantages matériels sur la terre, et une place auprès de Dieu pour l'éternité.

À mesure que le croyant s'éloigne de la motivation intrinsèque où le comportement est de moins en moins intériorisé, il est gouverné par des forces qui lui sont extérieures. Vallerand et Losier utilisent l'expression *régulation introjectée* pour décrire cette forme de motivation. D'un côté, le croyant prend part aux activités de la vie chrétienne évangélique pour faire plaisir aux personnes importantes de sa vie : parents, femme, amis, voisins, pairs, pasteurs/ouvriers. D'autre part, il pourrait participer aux activités spirituelles pour éviter un sentiment de culpabilité vis-à-vis de son prochain ou à l'égard de Dieu.

Enfin, la *régulation externe* correspond à la motivation extrinsèque la moins autodéterminée. La source de motivation pour ce croyant est extérieure à sa personne. Les actions du corps reliées à sa spiritualité évangélique répondent uniquement au désir d'obtenir une récompense externe ou d'éviter une sanction. Par exemple, un homme d'affaires peut assister à une église évangélique pour établir des contacts qui

³⁸⁰ Matthieu 9, 11-13

deviendront des clients potentiels pour son entreprise. Un adolescent participe à des activités de la jeunesse de l'église pour se plier aux exigences de ses parents. Une femme fait partie de l'assemblée à cause d'un sens de culpabilité par rapport à son passé et de la peur d'aller en enfer.

Ce continuum d'autodétermination de Vallerand et Losier est utile parce qu'il permet de mieux identifier les motivations sous-jacentes des actions associées à la spiritualité évangélique et de comprendre les étapes à suivre pour qu'une personne passe d'une motivation extrinsèque à une motivation intrinsèque. Il faut tout de même présenter quelques clarifications avant de l'appliquer à un contexte évangélique.

Premièrement, nous ne pouvons lire le cœur d'un individu. Seuls Dieu et l'individu connaissent le cœur et la véritable source de la motivation. Deuxièmement, Dieu s'intéresse davantage au cœur de l'individu qu'à ses actions. « Car j'aime la piété et non les sacrifices, Et la connaissance de Dieu plus que les holocaustes³⁸¹. » Troisièmement, selon Jésus, Dieu cherche un amour qui provient du cœur, mais qui se manifeste par le fruit de l'action. Jésus a averti ses disciples et la foule, vers la fin de son sermon sur la montagne, contre les faux prophètes qui ne laissent voir aucun fruit.

Gardez-vous des faux prophètes. Ils viennent à vous en vêtement de brebis, mais au dedans ce sont des loups ravisseurs. Vous les reconnaîtrez à leurs fruits. Cueille-t-on des raisins sur des épines, ou des figes sur des chardons? Tout bon arbre porte de bons fruits, mais le mauvais arbre porte de mauvais fruits. Un bon arbre ne peut porter de mauvais fruits, ni un mauvais arbre porter de bons fruits. Tout arbre qui ne porte pas de bons fruits est coupé et jeté au feu. C'est donc à leurs fruits que vous les reconnaîtrez³⁸².

Ceux qui me disent : Seigneur, Seigneur! n'entreront pas tous dans le royaume des cieux, mais celui-là seul qui fait la volonté de mon Père qui est dans les cieux. Plusieurs me diront en ce jour-là : Seigneur, Seigneur, n'avons-nous pas prophétisé par ton nom? N'avons-nous pas chassé des démons par ton nom? Et n'avons-nous pas fait beaucoup de miracles par ton nom? Alors je leur dirai ouvertement : Je ne vous ai jamais connus, retirez-vous de moi, vous qui commettez l'iniquité³⁸³.

³⁸¹ Osée 6, 6

³⁸² Matthieu 7, 15-20

³⁸³ Matthieu 7, 21-23

Ces trois constatations nous amènent à la réflexion suivante : plus la motivation à servir le Seigneur est extrinsèque, plus il est probable que la personne ne soit pas vraiment un croyant aux yeux de Dieu.

Toutefois, il ne faut pas comprendre ce dernier énoncé d'une manière absolue. Après tout, qui vient au Seigneur et met sa foi en lui mu par une motivation purement intrinsèque?

Quant à l'expérience personnelle de cet auteur, il a placé sa confiance dans la mort propitiatoire de Jésus-Christ à cause de la crainte d'avoir à rendre compte de sa vie à Dieu au jour de jugement. Sa motivation à croire en Jésus-Christ se situait entre la régulation introjectée et identifiée. C'est seulement avec le temps et la maturité spirituelle que sa motivation s'est approchée de celle qui est plus intrinsèque.

Par conséquent, il existe à notre avis dans la spiritualité évangélique une tension relativement à la manière dont les responsables se doivent d'agir envers les personnes qui semblent manquer de maturité ou, dans les termes de Vallerand et Losier, penchent plus vers l'extrême de la motivation extrinsèque. D'une part, il faut agir avec amour et patience les uns envers les autres dans la communauté évangélique, reconnaissant que personne n'est parfait et que tous sont engagés dans un processus de croissance dans leur quête spirituelle. D'autre part, il faut admettre aussi qu'il subsiste de l'ivraie parmi le blé. Et « de peur qu'en arrachant l'ivraie, vous ne déraciniez en même temps le blé³⁸⁴ », les responsables sont tenus de protéger les brebis en appliquant la procédure de discipline établie par Jésus et renforcée par l'apôtre Paul³⁸⁵.

L'équilibre dans cette tension peut consister à manifester de la patience envers les jeunes croyants en réalisant que leur motivation à suivre le Seigneur se situe quelque part au milieu du continuum de la motivation extrinsèque. Avec le temps, un vrai croyant qui croitra dans la maturité spirituelle expérimentera de plus en plus une motivation intégrée et intrinsèque. Jésus a exposé l'évidence de cette croissance dans sa parabole du semeur et des terrains.

³⁸⁴ Matthieu 13, 29

³⁸⁵ Matthieu 18, 15-20 ; 1 Corinthiens 5, 9-15

Celui qui a reçu la semence dans la bonne terre, c'est celui qui entend la parole et la comprend; il porte du fruit, et un grain en donne cent, un autre soixante, un autre trente³⁸⁶.

En revanche, ceux qui adoptent l'autre direction, ne se conformant pas à l'image de Jésus-Christ, risquent de se voir attribuer l'un des trois autres terrains symbolisés dans cette même parabole.

Un semeur sortit pour semer. Comme il semait, une partie de la semence tomba le long du chemin : les oiseaux vinrent, et la mangèrent. Une autre partie tomba dans les endroits pierreux, où elle n'avait pas beaucoup de terre : elle leva aussitôt, parce qu'elle ne trouva pas un sol profond; mais, quand le soleil parut, elle fut brûlée et sécha, faute de racines. Une autre partie tomba parmi les épines : les épines montèrent, et l'étouffèrent³⁸⁷.

Cette lecture de l'enseignement de Jésus à partir du modèle du continuum de l'autodétermination aide en partie à expliquer comment un croyant évangélique peut donner l'impression d'aimer et servir Dieu avec passion puis, quelques années plus tard, se rendre compte que sa motivation pour Dieu a été étouffée.

La description ci-dessus comporte également une application qui concerne les dirigeants de la tradition évangélique. Prenons deux exemples tirés des écrits de l'apôtre Paul et de l'apôtre Pierre.

D'abord, un croyant qui assume la responsabilité du leadership au sein de son église locale pourrait devenir vulnérable au changement d'objectif quant à sa motivation. L'apôtre Paul met les chrétiens en garde contre les personnes qui veulent prendre la charge du leadership trop rapidement³⁸⁸.

Il ne faut pas qu'il soit un nouveau converti, de peur qu'enflé d'orgueil il ne tombe sous le jugement du diable³⁸⁹.

À partir d'une lecture de ce verset, il est possible de concevoir, conformément à Vallerand et Losier, qu'une motivation intrinsèque orientée vers l'amour envers le Seigneur Jésus soit progressivement remplacée par une orientation vers l'ego. Au lieu d'exercer un leadership qui soit à la gloire du Seigneur et pour le bien de la

³⁸⁶ Matthieu 13, 23

³⁸⁷ Matthieu 13, 4-7

³⁸⁸ Dans la compréhension évangélique les termes *évêque*, *ancien* et *pasteur* font référence à la même personne mais mettent l'accent sur la différence des rôles.

³⁸⁹ 1 Timothée 3, 6

communauté, le nouveau responsable pourrait chercher à combler ses propres besoins psychologiques par un leadership égocentrique : une orientation dominatrice qui tend à démontrer sa supériorité sur les croyants de la communauté.

Le deuxième exemple se trouve dans le Première Épître de Pierre. L'auteur met les anciens en garde contre divers dangers ayant trait à la motivation faisant partie de leur ministère en tant qu'anciens.

Voici les exhortations que j'adresse aux anciens qui sont parmi vous, moi ancien comme eux, témoin des souffrances de Christ, et participant de la gloire qui doit être manifestée : Paissez le troupeau de Dieu qui est sous votre garde, non par contrainte, mais volontairement, selon Dieu; non pour un gain sordide, mais avec dévouement; non comme dominant sur ceux qui vous sont échus en partage, mais en étant les modèles du troupeau. Et lorsque le souverain pasteur paraîtra, vous obtiendrez la couronne incorruptible de la gloire³⁹⁰.

Pour employer le langage de Vallerand et Losier, l'auteur biblique met les anciens en garde contre les sources de motivation qui tombent dans le continuum de la motivation extrinsèque : exercer le leadership par contrainte (*régulation introjectée pour plaire à quelqu'un d'autre qu'au Seigneur*) ; exercer le leadership pour un gain sordide (*régulation identifiée pour gagner sa vie*) ; exercer le leadership pour dominer (*régulation identifiée pour combler une insécurité personnelle*).

6. CONCLUSION

Après avoir patiné dans divers lieux et avec différents partenaires, soit de l'équipe de la psychologie moderne ou de la tradition théologique protestante, ce chapitre nous a permis de nous asseoir pour comparer nos partenaires et évaluer notre propre progression dans la compréhension de notre problématique.

Nos partenaires Moltmann et Piper ont apporté un éclairage théologique sur notre compréhension de la motivation des sportifs. Également, nos partenaires de la psychologie moderne ont contribué à dissiper le brouillard qui nous cachait le relief de cette problématique. Par la suite, nous avons proposé de quelle manière la psychologie et la théologie peuvent concourir au bien-être des sportifs et des croyants. Enfin, le modèle de motivation de nos partenaires psychologiques Vallerand

³⁹⁰ 1 Pierre 5, 1-4

et Losier a été appliqué au contexte évangélique pour aborder la problématique qui consiste à expliquer comment un croyant peut aimer et servir Dieu avec passion et constater, quelques années plus tard, que sa motivation pour Dieu a été étouffée.

CHAPITRE 7 : PROLONGEMENT

Au tout début de notre travail de recherche, nous voulions décrire le lien entre le sport moderne et la spiritualité. Par la suite, nous avons esquissé à grands traits les théories contemporaines de l'émotion et de la motivation suivies de quelques modèles de la motivation selon la psychologie du sport. Nous avons introduit, en l'intégrant à ce travail, une discussion théologique en faisant référence à deux théologiens protestants : Moltmann et Piper. L'objectif de l'analyse de ces deux auteurs consistait à trouver les corrélations entre la psychologie moderne et la théologie afin de mieux comprendre les complexités humaines.

Ce pèlerinage nous a permis de mieux approfondir nos compréhensions théologiques et anthropologiques du lien entre le plaisir et la motivation humaine. Dès que la complexité des émotions dépasse les pulsions corporelles, l'acte d'interpréter les émotions se complexifie d'autant. Cela s'applique notamment à des situations où une personne vit des difficultés présentes, mais ressent en même temps l'émotion de la joie³⁹¹.

Nous faisons nôtre la proposition de Gross (1998) à savoir que l'harmonie entre les émotions et la raison ne se trouve ni dans la maîtrise des émotions par la raison, ni dans la pleine liberté d'expression des émotions dans la catharsis, mais lorsqu'elles s'unissent pour fournir à l'être humain l'information importante et nécessaire en vue de répondre à ses défis et à ses buts³⁹². Si la motivation est le moteur du comportement, pour nombre de personnes, les émotions en constituent le volant. L'humain, par nature, oriente son comportement vers la source du stimulus de l'affect agréable du plaisir et s'éloigne de celle de l'affect désagréable de la douleur ou de mécontentement. Cependant, tous les stimuli externes ou internes qui suscitent le plaisir chez un croyant ne sont pas nécessairement ceux qui méritent son attention ou ses énergies, ni ceux qui l'aideront à atteindre ses buts à long terme. L'émotion du plaisir doit être régulée de manière à assurer que seuls ceux qui contribueront à son bien à la longue concourent à le motiver dans ses actions humaines.

³⁹¹ Jacques 1, 2-4

³⁹² GROSS, J.J., *op. cit.*, p. 287.

En ce sens, les valeurs et la discipline d'un croyant sont les facteurs les plus importants dans la régulation de l'émotion du plaisir qui est sollicitée par un stimulus soit externe ou interne.

Ce ne sont pas les plaisirs égocentriques ni philanthropiques qui donnent gloire à Dieu, pour le chrétien évangélique. C'est surtout le plaisir associé à Jésus-Christ (christocentrique) qui rend gloire à Dieu.

Les théories psychologiques puisant jusqu'à ce jour leurs sources dans divers paradigmes, ont contribué à démontrer la complexité de l'être humain. Quoiqu'une seule théorie ne puisse expliquer ou prédire toutes les dimensions de la motivation chez l'humain, chacune contribue à éclairer un aspect de l'humain dans un contexte bien précis. Vallerand et Thill affirment que « tous seront d'accord pour souligner l'importance des différentes perspectives d'étude dans une recherche portant sur l'ensemble du phénomène de la motivation³⁹³. »

À notre avis, une discussion théologique selon un cadre d'interprétation évangélique de la motivation est heuristique. Voici quelques domaines où cette sorte de discussion peut contribuer au bien-être de l'humain.

1. DANS LES ÉTUDES BIBLIQUES

Bien que cette approche soit dépourvue de toute validité empirique, à notre avis, une discussion théologique d'interprétation évangélique est en mesure de proposer d'autres hypothèses anthropologiques qui ne pourraient être imaginées par les cadres d'interprétation darwinienne ou humaniste du dernier siècle et demi. Sa méthode présente une étude de cas tirés des Écritures hébraïques et chrétiennes du genre littéraire narratif historique qui présuppose une description valide des événements qui se sont passés. À partir de ces études de cas, des hypothèses sont énoncées et une procédure méthodologique est mise en œuvre qui est appropriée au problème étudié.

³⁹³VALLERAND, R. J., et E. THILL, *op. cit.*, p. 34.

Par exemple, selon le modèle motivationnel de Vallerand et Rousseau, les facteurs motivationnels dans un domaine de la vie humaine exercent une influence sur sa motivation dans un autre. De plus, la motivation globale joue un rôle fondamental dans chaque circonstance de la vie de la personne et le contexte motivationnel joue un rôle déterminant dans les situations particulières. Chacun évolue dans plusieurs contextes de vie : famille, amis, travail, sport, etc. La motivation globale semble reliée à la définition de la spiritualité proposée par Breton³⁹⁴. Dans ce sens, il existe une correspondance directe entre la spiritualité et l'étude scientifique de la motivation.

La spiritualité évangélique de Piper est fondée sur une méthode canonique-linguistique d'interprétation des Écritures. Dans cette perspective les Écritures, appartenant au genre historique-épître, décrivent les situations réelles du premier siècle et constituent une source fiable pour les études de cas. En conséquence, dans les passages faisant référence à la motivation humaine, la théorie intégrée des motivations intrinsèque et extrinsèque dans le sport de Vallerand et Rousseau (2001) peut servir d'approche de lecture pour favoriser une meilleure compréhension de l'expérience des premiers chrétiens et pour fournir des exemples bibliques au croyant contemporain.

2. DANS LE COUNSELING AUPRÈS DES CROYANTS

Nous avons vu au chapitre 6 que la motivation à partir d'affects agréables comme la joie et la gratitude envers la grâce de Dieu, semble offrir plus de facteurs de résilience que celle qui est suscitée à partir d'affects désagréables comme la culpabilité. La logique de cet argument suggère qu'un croyant qui délaisse sa foi a entrepris sa quête spirituelle pour de mauvais motifs. Nous avançons qu'il est important pour un dirigeant évangélique d'aider les croyants, de manière préventive, à discerner les motivations profondes qui les incitent à être croyants. La motivation du croyant dans sa quête spirituelle est-elle nourrie par le plaisir en Jésus-Christ ou par une culpabilité? Est-elle autodéterminée ou non autodéterminée?

³⁹⁴ BRETON, Jean-Claude, *op. cit.*, p. 46.

3. DANS L'AUMÔNERIE DU SPORT

Dans 1 Timothée 4, 8 l'apôtre Paul écrit : « Exerce-toi à la piété; car l'exercice corporel est utile à peu de chose... » Pourquoi l'auteur de ce mémoire de maîtrise écrit-il sur un sujet – le sport – qui semble être décrit par l'apôtre Paul en termes négatifs?

Nous corroborons l'affirmation de Paul dans le sens où l'exercice physique, tel qu'il est compris par l'ascétisme de faux enseignants dépeints en 1 Timothée 4, 3, ou comme le prônait le sport antique, est peu utile, l'activité humaine relevant du registre strictement matériel. Si cette activité humaine, comme tout autre, demeure uniquement dans ce registre, les besoins physiologiques et psychologiques seront comblés sans qu'aucun lien ne soit établi avec la gloire de Dieu. Cette occupation possède une valeur simplement humaine. Elle n'est pas rattachée à l'éternité, ni au dessein éternel de Dieu.

Celui qui travaille dans l'aumônerie du sport peut aider les sportifs croyants à réaliser que leur engagement dans le sport n'a pas pour but premier d'en retirer des bienfaits physiques, cognitifs ou affectifs. Le sportif sera le plus comblé au moment où il ou elle pratiquera son sport pour la gloire du Seigneur. Qu'il réussisse ou échoue dans son sport, le sportif croyant n'est pas déstabilisé dans sa relation personnelle avec le Seigneur. La relation du croyant avec le Seigneur et sa Parole n'est pas étouffée par les soucis de l'échec ou par les séductions du succès.

4. DANS L'AUMÔNERIE MILITAIRE

Les résultats de cette étude ne se limitent pas au domaine du sport. La carrière militaire est un autre domaine où l'action humaine est étroitement associée à la motivation. Les militaires en affectation à l'étranger sont exposés aux blessures morales occasionnées par le stress opérationnel. Les aumôniers qui travaillent auprès de ces soldats sont aussi vulnérables à l'usure de compassion.

Par « usure de compassion », on entend une fatigue ou un épuisement physique, émotionnel et spirituel qui s'installe avec le temps et qui nuit à la capacité d'écoute et d'aide de l'aumônier et l'empêche d'apprécier les moments de joie³⁹⁵.

Notre recherche sur le plaisir et la motivation peut-elle trouver des applications pratiques pour assurer que le soldat et l'aumônier sont dotés d'une meilleure capacité de résilience à la fatigue morale en opération?

« Efforcez-vous de préserver et garder vivantes, saintes et spirituelles les affections de votre cœur et ne tolérez pas qu'elles se refroidissent... Car telles sont vos affections, telles sont vos pensées... En effet, les pensées et les affections sont... suscitées mutuellement les unes par les autres »

Thomas Goodwin (1600 – 1680)

³⁹⁵ LES SERVICES D'AUMÔNERIE ARMÉE DE TERRE CANADIENNE, « L'aumônier et ses responsabilités envers lui-même », dans *Le manuel de l'aumônier (français)*, Kingston, ON, Bureau de l'édition de l'Armée de terre, Fort Frontenac, 2005, p. 80.

BIBLIOGRAPHIE

- Abel, O. (2003). « Plaisir : Esthétique, morale, psychologie ». Dans (dir.), M. Blay, *Grand dictionnaire de la philosophie* (pp. 819). *Playing with God: Religion and modern sport*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Bandura, A. (1977). « Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change ». *Psychological Review*, 84, 191-215.
- Basque, J. (2007). « Représentations médiatiques, culture et religion dans la société québécoise : L'exemple des chrétiens évangéliques ». *Dire : La recherche à votre portée*, 16(3), 36-40.
- Bellefleur, M. (1976). « Du travail aux jeux et aux sports ». Dans (dir.), M. Boutin, É.-G. Volant & J.-C. Petit, *L'Homme en mouvement : le sport, le jeu, la fête : sociologie, philosophie, théologie* (pp. 77-91). Montréal: Fides.
- Binney, T. (n.d). « Sermons ». In C. H. Spurgeon (Ed.), *The Treasury of David* (Vol. 1). Mclean, VA: Macdonald Publishing Company.
- Breton, J.-C. (2006). *La vie spirituelle en questions*. Saint-Laurent, Québec: Bellarmin.
- Buican, D. (1987). *Darwin et le darwinisme*. Paris: Presses universitaires de France.
- Buss, D. M. (1999). « Human nature and individual differences: The evolution of human personality ». In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (2nd ed., pp. 31-56). New York: Guilford.
- Carson, D. A. (1996). *The gagging of God: Christianity confronts pluralism*. Grand Rapids, MI: Zondervan Pub. House.
- Chappelet, J. L. (1991). « Les origines ». Dans *Le système olympique* (pp. 9 - 43). Grenoble: Presses Université de Grenoble.
- Cox, R. H. (2005). *Psychologie du sport*. Bruxelles: De Boeck.
- Crust, L. (2006). « Challenging the "myth" of a spiritual dimension in sport ». *Athletic Insight - The Online Journal of Sport Psychology* Retrieved 30 septembre 2007, from <http://www.athleticinsight.com/Vol8Iss2/Spiritual.htm>
- Darwin, C. (1980/1872). L'origine des espèces, *Traduction de la 6ième édition par Edmond Barbier*. Paris: La Découverte.
- Darwin, C. (1985). *Darwin, 1809-1882 : L'autobiographie*. Paris: Belin.
- Davidson, R. J. (1999). « Neuropsychological perspectives on affective styles and their cognitive consequences ». In T. Dalgleish & M. J. Power (Eds.), *Handbook of cognition and emotion* (pp. 103-123). Chichester, England: John Wiley & Sons.
- Davidson, R. J., & Irwin, W. (1999). « The functional neuroanatomy of emotion and affective style ». *Trends in cognitive sciences*, 3(1), 11-21.

- Dawkins, R. (2005, May 21). « Creationism: God's gift to the ignorant ». *The Times*. Retrieved 20 novembre 2007, from <http://www.timesonline.co.uk/article/0,,592-1619264,00.html>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1980). The empirical exploration of intrinsic motivational processes. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology* (Vol. 13, pp. 39-80). New York: Academic Press.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-determination in Human Behavior*. New York: Plenum.
- Dolan, S. L., Lamoureux, G., Gosselin, E., & Dolan, S. (2002). *Psychologie du travail et comportement organisationnel* (2^e éd.). Montréal: Gaëtain Morin.
- Edwards, H. (1973). *Sociology of sport*. Homewood, IL: Dorsey Press.
- Edwards, J. (1996). « A Divine and Supernatural Light ». In K. P. Minkema (Ed.), *The Works of Jonathan Edwards* (Vol. 17). New Haven, CT: Yale University Press.
- Fath, S. (2004). *Dieu bénisse l'Amérique : La religion de la Maison-Blanche*. Paris: Éditions de Seuil.
- Gross, J. J. (1998). « The emerging field of emotion regulation: An integrative review ». *Review of General Psychology*, 2, 271-299.
- Guénette, A. (2004). *Implication parentale et relations avec le classement, le plaisir, la persévérance et le sentiment de compétence des jeunes joueurs et joueuses de tennis élités du Québec*. Mémoire de maîtrise non publié. Montréal: Université de Montréal.
- Guttman, A. (1978). « From ritual to record ». In *From ritual to record: The nature of modern sports* (pp. 15-55). New York: Columbia University Press.
- Harter, S. (1982). « The perceived competence scale for children ». *Child Development*, 53, 87-97.
- Higgs, R. J. (1995). *God in the stadium: Sports and religion in America*. Lexington, KY: University Press of Kentucky.
- Izard, C. E., & Ackerman, B. P. (2000). « Motivational, organizational, and regulatory functions of discrete emotions ». In M. Lewis & J. M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (2nd ed., pp. 253-264). New York: Guilford Press.
- Jantzen, R. (1992). *Sport et sacré*. Talence: Presses universitaires de Bordeaux.
- Jeanrond, W. G. (1995). *Introduction à l'herméneutique théologique*. Paris: Éditions du Cerf.
- Kerrigan, M. P. (1992). « Sports and the christian life: Reflections on Pope John Paul II's theology of sports ». In S. J. Hoffman (Ed.), *Sport and religion* (pp. 253-259). Champaign, IL Human Kinetics Bks.
- Kirouac, G. (1993). « Les émotions ». Dans (dir.) R. J. Vallerand & E. Thill, *Introduction à la psychologie de la motivation* (pp. 41-83). Laval: Éditions Études vivantes.

- Kretchmar, R. S. (2005). *Practical philosophy of sport and physical activity* (2nd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Les services d'aumônerie Armée de terre canadienne. (2005). L'aumônier et ses responsabilités envers lui-même. Dans *Le manuel de l'aumônier (français)*. Kingston, ON: Bureau de l'édition de l'Armée de terre, Fort Frontenac.
- Lewis, M. (2000). « The emergence of human emotions ». In M. Lewis & J. M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (2nd ed., pp. 265-280). New York: Guilford Press.
- Luminet, O. (2002). *Psychologie des émotions : confrontation et évitement*. Bruxelles: De Boeck Université.
- Mageau, G. A., & Vallerand, R. J. (2003). « The coach-athlete relationship: A motivational model ». *Journal of Sports Sciences*, 21(11), 883-904.
- McFee, G. (2004). *Sport, rules and values: Philosophical investigations into the nature of sport*. London ; New York: Routledge.
- Miller, W. E. (1999). « Providing an Alternative that is not an Alternative » *Biblical Counseling and Sufficiency* Retrieved 27 mars 2009, from <http://www.biblical-counsel.org/bcs-04.htm>
- Moltmann, J. (1977). *Le Seigneur de la danse : essai sur la joie d'être libre*. Paris: Le Cerf.
- Moltmann, J. (1989). « Olympie entre la politique et la religion ». *Concilium*, 225, 121-130.
- Nizigama, I. (2008). « Sécularisation : sort ou essor du christianisme occidental ? ». *Dire : La recherche à votre portée*, 17(3), 32-37.
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., & Brière, N. M. (2001). « Associations among perceived autonomy support, forms of self-regulation, and persistence: A prospective study ». *Motivation and Emotion*, 25, 279-306.
- Pelletier, L. G., & Vallerand, R. J. (1993). « Une perspective humaniste de la motivation : les théories de la compétence et de l'autodétermination ». Dans (dir.) R. J. Vallerand & E. Thill, *Introduction à la psychologie de la motivation* (pp. 233-281). Laval: Éditions Études vivantes.
- Perreault, M. (2006, 3 mai). « Moins d'incroyants au Québec ». *La Presse Montréal*, p. A 24,
- Piché, S. (2003). Précurseurs motivationnels des performances sportive et scolaire. *Journal*. Retrieved from <http://archimede.bibl.ulaval.ca/archimede/files/91b17304-26e6-46aa-af0d-289e611b2162/20726.html>
- Piper, J. (2006). *Prendre plaisir en Dieu malgré tout : le combat pour la joie*. Montréal: Éditions SEMBEQ.
- Reeve, J. M. (2005). *Understanding motivation and emotion* (4th ed.). Hoboken, NJ: Wiley.
- Roozen, D. A., Carroll, J. W., & Roof, W. C. (1998). « Fifty years of religious change in the United States ». In W. C. Roof, J. W. Carroll & D. A. Roozen (Eds.),

- The post-War generation and establishment religion: cross-cultural perspectives* (pp. 59 - 86). Oxford: Westview Press.
- Rutsky, R. L., & Wyatt, J. (1990). « Serious pleasures: Cinematic pleasure and the notion of fun » *Cinema journal*, 30(1), 3-19.
- Ryan, T. (1986). *Wellness, spirituality, and sports*. New York: Paulist Press.
- Saint Sing, S. (2004). *Spirituality of sport: Balancing body and soul*. Cincinnati, OH: St. Anthony Messenger Press.
- Schachter, S. (1970). « The assumption of identity and peripheralist-centralist controversies in motivation and emotion ». In M. B. Arnold (Ed.), *Feelings and emotions: The Loyola symposium* (pp. 111-121). New York: Academic Press.
- Scherer, K. R. (2000). « Psychological models of emotion ». In J. C. Borod (Ed.), *The neuropsychology of emotion* (pp. 137-162). New York: Oxford University Press.
- Schmuck, P., & Sheldon, K. M. (Eds.). (2001). *Life goals and well-being: Towards a positive psychology of human striving*. Toronto: Hogrefe & Huber Publishers.
- Solomon, R. C. (2000). « The philosophy of emotions ». In M. Lewis & J. M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (2nd ed., pp. 3-29). New York: Guilford Press.
- Spinoza, B. (1965). « De l'interprétation de l'écriture », *Traité théologico-politique / Traduction et notes par C. Appuhn (GF;50)* (pp. 137-158). Paris: Garnier-Flammarion.
- Symons, D. (1987). « If we're all darwinians, what's the fuss about ». In C. Crawford, D. Krebs & M. Smith (Eds.), *Sociobiology and psychology* (pp. 121-145). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Thiriart, P. (2002). *Morale évolutionniste darwinienne : Évolution darwinienne, morale utilitariste et valeurs romantiques*. Mémoire de maîtrise non publié. Montréal: Université de Montréal.
- Vallerand, R. J., & Rousseau, F. L. (2001). « Intrinsic and extrinsic motivation in sport and exercise: A review using the hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation ». In R. N. Singer, H. A. Hausenblas & C. Janelle (Eds.), *Handbook of sport psychology* (2nd ed., pp. 389-416). New York: Wiley.
- Vallerand, R. J., & Thill, E. (1993). *Introduction à la psychologie de la motivation*. Laval: Éditions Études vivantes.
- Volant, E. (1976). « Le sport : perspectives théologiques ». Dans (dir.) M. Boutin, É.-G. Volant & J.-C. Petit, *L'Homme en mouvement : le sport, le jeu, la fête : sociologie, philosophie, théologie* (pp. 53-76). Montréal: Fides.
- Weiten, W., & Halpern, D. F. (2002). *Psychology: Themes and variations: Briefer version* (5th ed.). Australia ; Belmont, CA: Thomson/Wadsworth.