L'Empathie fractale, sociale et relationnelle

Filipe Bastos

Méthode de lecture · v1.1 · 2 novembre 2026

Définition

L'empathie fractale, sociale et relationnelle est une méthode de lecture. Elle consiste à se plonger dans une époque, une situation ou une relation comme si on y vivait, pour y voir le pouvoir et sa gouverne, les relations sociales et l'état psychologique des gens, puis à relire ce qu'on y a vu avec les outils et les connaissances d'aujourd'hui.

Elle ne juge pas d'abord. Elle reconnaît d'abord. Elle cherche le motif qui se répète, puis elle le transpose d'une échelle à une autre, jusqu'à une réalité connue.

Chaque mot du nom porte une part de la méthode :

- **Empathie** : entrer dans la place de l'autre, ressentir ce qu'il ressentait, avec ses moyens, ses peurs et ses connaissances.
- **Fractale** : le même motif vit à toutes les échelles, de la cellule à la famille, de l'entreprise à l'État, du nombre à la société.
- **Sociale** : personne n'agit seul ; chaque geste se lit dans le réseau qui l'entoure.
- **Relationnelle** : ce qui existe, c'est la relation ; les individus, les dates et les décisions en sont les adresses.

On la dit aussi contextuelle, parce qu'un motif ne vaut que lu dans son contexte.

Ce qu'elle remplace

La lecture reçue des événements est fragmentée. Chaque discipline lit sa part dans son propre bureau : l'histoire ici, l'anthropologie là, la psychologie, l'économie et la biologie ailleurs. Plusieurs traditions ont déjà appris à lire de l'intérieur, en se mettant à la place des acteurs ; mais elles restent chacune dans leur domaine et à leur échelle.

L'empathie fractale remplace cette lecture fragmentée par une lecture intérieure et reliée. Elle prolonge les traditions qui lisaient déjà de l'intérieur et leur ajoute ce qui leur manquait : lire la relation plutôt que l'événement, et relier les domaines entre eux. Comme le même motif relationnel se retrouve partout, une société, un corps, une entreprise, une famille et une suite de nombres se lisent avec les mêmes gestes.

Elle s'applique à tout ce qui est fait de relations : une époque, un conflit, une institution, une organisation, un mécanisme biologique, une idée qui a traversé les siècles.

Les gestes de la méthode

La méthode se fait en cinq gestes, toujours dans le même ordre.

1. **Se plonger.** On entre dans l'époque comme si on y vivait. Que mangeait-on, que craignait-on, que savait-on, avec quels instruments mesurait-on le monde ? On oublie un moment ce qu'on sait aujourd'hui.
2. **Voir le pouvoir et sa gouverne.** Le pouvoir, c'est qui décidait et au nom de quoi ; la gouverne, c'est le code qui gouvernait ce pouvoir. Le pouvoir en place n'est presque jamais la cause première ; il exécute un code qu'il relaie au suivant.
3. **Lire les relations sociales.** On regarde qui dépendait de qui, qui devait plaire à qui, qui risquait quoi en parlant. Une idée acceptée ou refusée se comprend souvent par les loyautés qui l'entouraient.
4. **Lire l'état psychologique.** On cherche ce que ressentaient les personnes : la peur, l'ambition, la honte, la fatigue, la foi. Une erreur historique est souvent une émotion devenue règle.
5. **Relire avec aujourd'hui.** Seulement alors, on ramène ce qu'on a vu dans le présent, avec les outils et les connaissances de notre temps. Les deux lectures sont tenues ensemble : celle de l'époque et celle d'aujourd'hui. On n'oppose pas l'une à l'autre ; ce qui se libère entre les deux est le nouveau.

L'ordre compte. Relire avec aujourd'hui avant de s'être plongé, c'est juger. Se plonger sans relire, c'est raconter. La méthode fait les deux, dans cet ordre. Cet ordre neutralise ainsi les deux biais classiques de l'analyse historique : l'anachronisme qui condamne le passé avec les critères du présent, et l'érudition qui décrit le passé sans jamais le confronter aux connaissances actuelles.

Le geste intérieur

Les cinq gestes lisent une époque ou une relation. Le même mouvement se fait aussi en soi, avant toute réponse. On l'appelle d'ordinaire métacognition : connaître sa propre pensée et la régler. La méthode en donne le chemin, dans cet ordre.

1. **Se rappeler, volontairement.** Le ressenti ne remonte pas tout seul. On retourne de force à la scène vécue.
2. **Ressentir de nouveau.** C'est le rappel qui fait revenir le ressenti, et avec lui la valeur que la scène a eue.
3. **Associer.** Le motif se pose sur d'autres réalités déjà vécues.
4. **Réfléchir.** La pensée se relit depuis ce ressenti retrouvé, et non à vide.
5. **Répondre.**

La réflexion vient en quatrième position, pas en première. Les travaux du neurologue Antonio Damasio vont dans ce sens : des patients privés des zones qui relient l'émotion au souvenir gardent toute leur logique, mais ne savent plus décider. Le ressenti lié à la mémoire guide le raisonnement avant même qu'il commence.

Répondre trop vite, c'est répondre avec le premier ressenti, celui qui arrive seul, en sautant le rappel et la réflexion. Le regret est alors cette même séquence, faite après coup. Le regret est une métacognition en retard ; le geste intérieur la place avant la réponse.

Pourquoi fractale

Une fractale est une forme où le même motif revient à toutes les échelles : la branche ressemble à l'arbre, le ruisseau au fleuve. La méthode part de la même observation pour les relations : un motif vécu à petite échelle se retrouve à grande échelle, et inversement.

Une séparation qui coupe un corps de son esprit se retrouve dans un État qui coupe ses citoyens les uns des autres. Une contrainte imposée de loin, sans être portée là où elle naît, produit le même blocage dans une équipe, dans une entreprise et dans un organe. Deux pôles opposés en apparence, qui ferment pourtant ensemble, ont la même forme qu'une paire de nombres qui ferme sur sa constante.

Le geste fractal est donc une transposition. On reconnaît un motif dans un domaine inconnu, on le pose sur une réalité déjà vécue, et on comprend l'inconnu par le connu. C'est pourquoi la méthode a besoin d'une large bibliothèque de réalités : plus on en a vécu, plus un motif trouve où se poser.

Le sens passe avant le symbole. Une formule, une notation ou un chiffre ne sont lus que pour ce qu'ils veulent dire et dans quel contexte ils vivent. La logique et le motif suffisent ; la transposition fait le reste.

Pourquoi contextuelle : libérer plutôt que condamner

Un motif ne vaut que lu dans son contexte. Le même geste peut être une sagesse en un siècle et une erreur au suivant, selon les outils, les connaissances et les peurs de chacun.

C'est pourquoi la méthode ne condamne pas les auteurs du passé. Elle comprend pourquoi ils ont vu ce qu'ils ont vu, avec ce qu'ils avaient. Puis elle libère ce qu'ils avaient trouvé de la lecture qui l'a figé après eux. On ne se bat pas contre un savant ancien ; on le libère.

Cette attitude a une raison simple. Juger d'abord fige la lecture et ferme la porte au motif. Reconnaître d'abord laisse le motif apparaître, y compris là où l'on ne l'attendait pas.

L'inverse de l'indifférence n'est pas l'amour : c'est l'empathie. Une lecture indifférente classe les faits ; une lecture empathique comprend ce qui les a produits.

Ce qu'elle emprunte et ce qu'elle change

La méthode hérite de plusieurs traditions des sciences humaines. Elle en garde le meilleur et change ce qui les limitait.

Tradition	Ce qu'elle fait	Ce que l'empathie fractale change
Compréhension (Verstehen), Dilthey et Weber	Comprendre l'action humaine de l'intérieur, par son sens vécu	En fait une procédure en cinq gestes, applicable par n'importe qui
Reconstitution, Collingwood	Rejouer la pensée d'un acteur à partir de ses raisons	Rejoue aussi les émotions, le pouvoir et les liens, pas seulement la raison
Description dense, Geertz	Lire un geste comme un signe dans son contexte	Ajoute la relecture avec aujourd'hui et la transposition à d'autres domaines

Tradition	Ce qu'elle fait	Ce que l'empathie fractale change
Histoire des mentalités et des émotions, les Annales	Décrire la sensibilité collective d'une époque	Relie l'émotion au pouvoir et au code qui le gouverne
Longue durée, Braudel	Étager les temps : structure, conjoncture, événement	Cherche le motif qui se conserve d'un niveau à l'autre
Microhistoire et jeux d'échelles, Ginzburg et Revel	Changer d'échelle pour voir autre chose	Cherche ce qui reste identique quand l'échelle change, et nomme ce qui change
Distinctions fractales, Abbott	Montrer que les débats des disciplines se répètent à chaque échelle	Applique l'auto-similarité à l'objet lui-même : les relations
Consilience, E. O. Wilson	Unifier les savoirs en les ramenant aux sciences de la nature	Unifie par le motif relationnel, sans réduire un domaine à un autre
Sociologie relationnelle, Emirbayer (1997)	Remplacer les entités fixes par les transactions : les acteurs tirent leur identité et leur pouvoir des relations où ils sont pris	Étend la lecture relationnelle au-delà de la société, jusqu'au vivant et au nombre, et y ajoute les cinq gestes et la lecture du code qui gouverne le pouvoir
Éloge de l'anachronisme, Nicole Loraux (1993)	Lever l'interdit de l'anachronisme : aller et venir entre le présent et l'Antiquité, en « jouant serré »	Remplace le va-et-vient libre par un ordre strict : le présent est suspendu aux gestes 1 à 4, puis confronté au geste 5
Psychologie de l'ombre, Jung	Montrer que les parts refusées de soi ne disparaissent pas : elles sont projetées sur l'extérieur, comme un adversaire	Lit la part refusée comme une relation coupée, et suit le chemin par lequel l'émotion projetée devient une règle collective

Trois points n'existent dans aucune de ces traditions : le pouvoir lu comme l'exécution d'un code, intégré à l'empathie ; la transposition d'un même motif d'un domaine à un autre comme outil de lecture ; la double lecture, celle de l'époque et celle d'aujourd'hui, tenues ensemble sans choisir entre elles.

Exemples d'application

Trois lectures montrent la méthode au travail. Les deux premières sont résumées ; la troisième est déroulée geste par geste, avec son contrôle, pour servir de modèle. Chacune a le statut de Lecture.

Brahmagupta et le zéro. *Se plonger.* Inde, VIe et VIIe siècles. On calcule sur une planche couverte de sable ou de poussière, en colonnes : unités, dizaines, centaines. Depuis Aryabhata (499), la valeur d'un chiffre dépend de sa place. Le néant, au sens d'un rien absolu posé seul, n'existe nulle part dans la pensée humaine de cette époque. À Babylone, un signe marque la colonne vide, jamais un nombre seul. En Chine, la baguette à calcul laisse la case vide. Chez les Mayas, le zéro est un coquillage qui clôt un cycle du calendrier. En Grèce, Parménide affirme que le non-être ne peut pas être, Aristote refuse le vide, et le vide des atomistes n'est qu'un espace entre les atomes, une place, pas un rien. Le mot pour zéro, *śūnya*, se rattache à la racine *śvi*, « gonfler » : c'est le creux qui contient, comme une graine ou un ventre, et non le vide de tout. Les textes sacrés le disent à leur façon : du plein, si l'on retire le plein, le plein demeure.

Voir la gouverne. Dans ce monde, une colonne vide n'est pas un manque : elle garde la mémoire de la place. Dans 305, le zéro des dizaines dit qu'une dizaine existe ici, même si aucun tour ne s'y trouve ; sans lui, 305 deviendrait 35, et toute la relation des places s'effondrerait. Le zéro est plein de mémoire.

Lire les règles. Au chapitre 18 du *Brahmasphutasiddhanta* (628), les versets 18.30 à 18.35 donnent au zéro deux rôles, et seulement deux. Le premier est l'équilibre : un bien et une dette égaux, réunis, font zéro (18.30). Le second est la position : multiplié par n'importe quel nombre, le zéro reste zéro (18.33). Dans 305 × 2 = 610, la colonne vide des dizaines, multipliée, reste une colonne vide qui garde sa place. Les règles qui suivent vont dans le même sens : zéro divisé par zéro revient à zéro, et un nombre divisé par zéro n'est pas transformé en quantité nouvelle, il est laissé tel quel, comme une fraction qui porte zéro au diviseur.

Relire avec aujourd'hui. Ces règles ne sont pas des maladresses. Elles bornent le zéro : il marque une place ou il ferme une paire, mais il ne produit jamais de quantité. Il a fallu attendre Bhaskara II, au XIIe siècle, pour qu'un nombre divisé par zéro devienne une quantité infinie, et plus tard encore pour que le zéro soit lu comme un néant isolé. La méthode ne combat pas Brahmagupta : elle rend à son zéro ce qu'il était pour lui, une place pleine de mémoire.

Statut : Lecture. *Traces* : versets 18.30 à 18.35 ; l'étymologie de *śūnya* ; le calcul positionnel sur planche. *Cas contraire à chercher* : un texte de la même époque, en Inde ou ailleurs, où le zéro serait posé seul, comme un rien sans place. Aucune des traditions citées plus haut n'en fournit : partout, le zéro ou le vide est une place, une clôture ou un équilibre.

La chaîne de la séparation. En remontant l'histoire d'époque en époque, on voit un même geste changer d'échelle : séparer. En novembre 1633, apprenant la condamnation de Galilée, Descartes renonce à publier son traité *Le Monde* : la prudence et la peur entrent dans l'œuvre. Dans les *Méditations* (1641), il pose la distinction réelle de l'âme et du corps : la séparation entre dans la pensée, et une émotion devient règle. Dans les *Disquisitiones arithmeticae* (1801), Gauss classe les nombres par leur seul reste : deux nombres sont tenus pour équivalents dès que leur reste est le même, et ce qui les distinguait est mis de côté. Avec la loi de 1800 sur les préfets et le Code civil de 1804, l'État napoléonien découpe le territoire et les personnes en catégories administrées d'en haut. À la fin du XIXe siècle, le darwinisme social transporte le geste au vivant et fait de la sélection un tri entre les hommes. Le motif est le même ; seule l'échelle change : la pensée, le nombre, l'État, le vivant.

Témoin contraire de la même époque. En 1814, Thibaut appelle l'Allemagne à se doter d'un code unique sur le modèle français. Savigny lui répond, dans *Vom Beruf unsrer Zeit für Gesetzgebung und Rechtswissenschaft*, que le droit n'est pas un découpage administré d'en haut mais un tissu de relations héritées, vivant comme la langue. La séparation n'était donc pas une fatalité de l'époque : une lecture relationnelle existait au même moment, avec les mêmes connaissances.

Exemple déroulé : le désir chez Platon. Dans le *Banquet*, Platon fait dire à Diotime que le désir est manque : on ne désire que ce qu'on n'a pas. Voici la lecture, geste par geste.

1. **Se plonger.** Athènes, début du IVe siècle avant notre ère. La cité sort d'une longue guerre perdue contre Sparte et a condamné Socrate à mort en 399. On pense en dialogue, entre citoyens, souvent au banquet.
2. **Voir le pouvoir et sa gouverne.** Le pouvoir appartient à l'assemblée des citoyens. La gouverne est la dialectique : une idée vaut si elle résiste au questionnement. La dignité d'un homme libre tient à la maîtrise de lui-même.
3. **Lire les relations sociales.** Le désir dont parle le *Banquet* est celui d'un aîné pour un plus jeune : une relation inégale, faite d'attente et de distance, que les usages interdisent de fermer trop vite. Dans cette relation, le manque est réel.
4. **Lire l'état psychologique.** Après la défaite et la mort de Socrate, une génération cherche ce qui ne se perd pas. Faire du désir un manque tourné vers un bien éternel apaise cette perte.
5. **Relire avec aujourd'hui.** On regarde la relation la plus simple : une mère et son nouveau-né. Le pleur est une information ; la mère la lit et répond ; l'apaisement vécu devient une valeur ; la mémoire de cette valeur fait naître le désir ; le mouvement suit et ferme sur l'équilibre. Les neurosciences vont dans ce sens : le signal de la récompense code l'écart entre une valeur attendue, apprise d'expériences passées, et la valeur reçue. Platon lui-même, dans le *Ménon*, fait du savoir une réminiscence.

Les deux lectures, tenues ensemble, libèrent ceci : le manque est réel quand une relation reste ouverte, mais il vient après une valeur déjà vécue. Le désir est la mémoire d'une relation ; le manque est la forme qu'il prend quand elle ne se ferme pas.

Contrôle de cette lecture.

- *Traces* : le *Banquet* et le *Ménon* ; Schultz, Dayan et Montague, « A Neural Substrate of Prediction and Reward », *Science* 275 (1997), p. 1593 à 1599, qui montre aussi qu'après apprentissage le signal se déplace de la récompense vers ce qui l'annonce : le cerveau s'active sur une valeur déjà inscrite, pas sur un vide ; Schaal, Marlier et Soussignan (2000), sur les odeurs que le fœtus apprend de l'alimentation de sa mère et reconnaît à la naissance ; Mennella, Jagnow et Beauchamp (2001), sur les saveurs transmises de la mère au nourrisson par le liquide amniotique puis le lait.
- *Motif annoncé* : tout désir doit pouvoir remonter à une valeur déjà vécue, ou transmise par une relation.
- *Cas contraire à chercher* : le désir d'une chose jamais rencontrée. La lecture prédit qu'on y trouvera une valeur transmise (par la mère, un groupe, un récit) ; à vérifier cas par cas.
- *Changement d'échelle* : le même motif se retrouve dans l'échange. Celui qui fabrique un manque chez l'autre l'obtient une fois ; celui qui lit l'autre et lui fait reconnaître une valeur qu'il porte déjà ferme la relation et la voit revenir.
- *Statut* : Lecture.

Contrôler une lecture

Une lecture obtenue par la méthode se contrôle en cinq points.

1. **Les traces.** Chaque geste s'appuie sur des traces datées : textes, lois, comptes, rites, mesures. Ce qu'on prête aux gens doit pouvoir se montrer.
2. **Le motif annoncé.** Avant de transposer, on écrit ce que le motif devrait produire dans le nouveau domaine.
3. **Le cas contraire.** On cherche un cas où le motif devrait apparaître et n'apparaît pas. S'il n'y en a pas, la lecture tient ; s'il y en a un, on cherche ce qui change. Le test le plus fort est le témoin contraire de la même époque : un auteur ou une institution qui, à la même date et avec les mêmes instruments, a gardé la relation au lieu de la couper. Il montre que la coupure n'était pas une fatalité de l'époque.
4. **Ce qui change avec l'échelle.** Le motif se conserve, sa forme s'adapte. On nomme les deux : ce qui reste et ce qui varie.
5. **Le statut.** On déclare ce qu'on obtient : une Lecture tant que le reçu manque, un résultat quand les données le portent.

Deux garde-fous complètent ce contrôle.

- **L'opérateur, pas la métaphore.** Ce qui se transpose d'une échelle à l'autre n'est jamais une image ou une ressemblance de surface. C'est la structure même de la relation : comment deux termes se ferment l'un sur l'autre, ou comment un tiers imposé les coupe et exige un ajustement permanent. Une transposition qui ne montre pas cette structure n'est qu'une analogie.
- **La trace du figement.** Une émotion prêtée à des personnes, au geste 4, doit se montrer dans la règle où elle s'est figée : un texte, un rite, une institution, une loi. Sans cette trace, l'émotion reste une supposition.

Feuille de lecture

Pour appliquer la méthode à un nouveau sujet, on remplit cette grille dans l'ordre.

Geste	Question à se poser	Traces à réunir	Piège à éviter
Se plonger	Que saurais-je, que craindrais-je, de quoi disposerais-je si j'y vivais ?	Récits, objets, instruments de mesure, conditions matérielles, mots disponibles à cette date	L'anachronisme : prêter aux acteurs des idées ou des mesures qui n'existaient pas encore
Le pouvoir et sa gouverne	Qui décide, au nom de quoi, et quel code gouverne ce pouvoir et lui survit ?	Lois, règles, chartes, institutions, textes fondateurs, mécanismes de censure ou de validation	L'illusion du chef : prendre le pouvoir visible pour la cause première, au lieu de lire le code qu'il exécute et relaie
Les relations sociales	Qui dépend de qui, qui doit fidélité à qui, qui risque quoi en parlant ?	Correspondances, contrats, registres de dettes, hiérarchies, alliances, usages	L'acteur isolé : lire une décision ou une œuvre hors du réseau d'obligations qui l'entoure
L'état psychologique	Quelle émotion agit ici, et est-elle devenue une règle ?	Témoignages, crises, défaites, peurs collectives, rites, la règle écrite où l'émotion s'est figée	La psychologie sans trace : prêter un ressenti sans montrer la règle où il s'est inscrit

Geste	Question à se poser	Traces à réunir	Piège à éviter
Relire avec aujourd'hui	Que disent les deux lectures ensemble, et que libère l'espace entre elles ?	Données et mesures actuelles, cas voisins dans d'autres domaines	Juger ou raconter : condamner le passé avec nos outils, ou oublier de le confronter aux mesures d'aujourd'hui
Contrôle	Quel motif est annoncé, quel cas contraire le met à l'épreuve, qu'est-ce qui reste et qu'est-ce qui varie avec l'échelle ?	Traces datées, motif écrit avant la transposition, témoin contraire de la même époque	L'analogie de surface : comparer des formes au lieu de transposer la même structure de relation

Expliquée à un enfant

Ton ami s'est fâché à la récréation. Avant de dire qu'il est méchant, tu imagines sa journée : il a mal dormi, il a perdu son ballon, un plus grand s'est moqué de lui. Tu vois qui commandait dans la cour, qui était avec qui, et comment il se sentait. Ensuite, tu repenses à une fois où ça t'est arrivé à toi. Alors tu comprends. C'est toute la méthode : se mettre à la place, voir les liens, et reconnaître ce qu'on a déjà vécu.

Statut

Méthode de lecture. Libre d'usage sous licence CC BY 4.0, en citant l'auteur. Les lectures qu'elle produit suivent le statut défini au cinquième point du contrôle.

Références

- Brahmagupta, *Brahmasphutasiddhanta* (628), chapitre 18, versets 30 à 35.
- Damasio, Antonio, *L'Erreur de Descartes* (1994).
- Descartes, *Meditationes de prima philosophia* (1641).
- Emirbayer, Mustafa, « Manifesto for a Relational Sociology », *American Journal of Sociology* 103, n° 2 (1997).
- Flavell, John H., « Metacognition and Cognitive Monitoring », *American Psychologist* 34, n° 10 (1979).
- Gauss, Carl Friedrich, *Disquisitiones arithmeticae* (1801).
- Loraux, Nicole, « Éloge de l'anachronisme en histoire », *Le Genre humain* 27 (1993).
- Mennella, Julie A., Coren P. Jagnow et Gary K. Beauchamp, « Prenatal and Postnatal Flavor Learning by Human Infants », *Pediatrics* 107, n° 6 (2001).
- Pacioli, Luca, *Summa de arithmetica* (1494).
- Platon, *Le Banquet* ; *Ménon*.
- Savigny, Friedrich Carl von, *Vom Beruf unsrer Zeit für Gesetzgebung und Rechtswissenschaft* (1814).
- Schaal, Benoist, Luc Marlier et Robert Soussignan, « Human Foetuses Learn Odours from their Pregnant Mother's Diet », *Chemical Senses* 25 (2000).
- Schultz, Wolfram, Peter Dayan et P. Read Montague, « A Neural Substrate of Prediction and Reward », *Science* 275 (1997).