

« Philosopher entre angoisse et joie »

(plan-résumé)

On pourrait considérer le « philosopher », la réflexion philosophique, comme relevant du seul travail intellectuel et conceptuel, donc comme étrangers aux sentiments, à l'affectivité, donc à l'angoisse comme à la joie. Pourtant la tradition philosophique peut leur donner une place importante, comme chez Spinoza et Nietzsche pour la joie ou chez Kierkegaard et Sartre pour l'angoisse. Comment comprendre ce paradoxe ?

I-Philosophie et affectivité

A/ Le « projet philosophique », c'est d'abord tenter de répondre à des questions essentielles comme *Pourquoi y-a-t-il quelque chose plutôt que rien ? pourquoi j'existe ?* (questions des origines) ; *pour quoi j'existe ?* (dans quel but ? pour quoi faire ? question des finalités) Ces tentatives de réponses se veulent lucides, et donc validées par une exigence critique de vérité, évitant illusions et confusions ; donc conformes à la *raison*, ce qui exclut *mythes* et *opinions* irréflechies.

B/L'affectivité ou « sensibilité » : c'est une multiplicité d'expériences : sensations, humeur, sentiments, émotions, passions, joie, angoisse, qui ont souvent une dimension à la fois physique et psychique. Elles s'enracinent dans un désir fondamental d'intégrité physique et psychique, en réaction à une situation, un événement externes, réaction qui se traduit par une vaste gamme d'états psychiques allant de la douleur la plus insupportable à la jouissance la plus intense et qui semblent totalement *irrationnels*. En quoi peuvent-ils concerner la philosophie ?

II- La joie et la philosophie

A/La joie : c'est une grande diversité d'expériences, ponctuelles -avec « cris de joie », ou durables et profondes. On peut la définir comme l'état affectif le plus *désirable*, par sa plénitude qui amplifie l'existence, à la fois ouverte et accueillante à la vie, et riche d'une énergie dynamique et féconde. Elle est pourtant souvent fragile et menacée. D'où les multiples « stratégies » que les humains ont élaborées pour que « *la joie demeure* » : vie sociale, culturelle, artistique, religieuse, mais aussi l'activité philosophique, chez certains penseurs comme Spinoza.

B/La philosophie de la joie de Spinoza (1632-1677). Vivant à une époque de guerre de religions et d'intolérance, il entreprend de combattre les « *passions tristes* » (haine, colère, désespoir..) et de contribuer à l'acquisition d'une « *joie continue et souveraine* ». Cela passe non par une condamnation morale du désir au nom de la raison, puisque « *le désir est l'essence de l'homme* », comme puissance d'être et d'agir ; mais par une meilleure connaissance de soi et de ses propres désirs, trop souvent mal orientés par des illusions produites par l'imagination, mal compris dans leurs causes réelles et donc sources de déceptions, d'échecs, de colère, de tristesse et de servitude. Car « *les hommes se croient libres parce qu'ils ignorent les causes de leurs actes* » Il faut donc accéder à une connaissance rationnelle des causes réelles de nos actes, qui permet d'être réellement libres et donc de « changer » nos désirs. Ils peuvent alors devenir éclairés, lucides, adéquats à la réalité et sources de joie. Car la joie est « *le passage d'une perfection moindre à une plus grande perfection ou puissance d'agir* » propre à notre nature et finalement à la nature divine dont notre propre nature n'est qu'un fragment.

Cette philosophie a une grande cohérence formelle, mais elle pose des problèmes. Elle postule que tout a une cause déterminante, ce qui aboutit à un déterminisme total qui laisse peu de place à une réelle liberté de choix, et aussi au hasard et à la contingence dans la nature et dans l'Histoire. De plus ce rationalisme, s'il peut légitimer une certaine maîtrise des sentiments habituels, semble difficilement applicable à un affect aussi intense que l'angoisse.

III-La philosophie et l'angoisse

A/L'angoisse :

Ponctuelle ou durable, elle est l'inverse de la joie (dilatation de l'existence) : elle est un resserrement, un repli, une clôture paralysante de soi, ressentie comme une extrême souffrance psychique devant une « disproportion » menaçante. « *Le silence éternel de ces espaces infinis m'effraie* » (Pascal) Disproportion de la finitude humaine face à l'infini du temps et de l'espace, face à la mort, face à la solitude... Par delà les angoisses ponctuelles, elle exprime bien un aspect de la condition humaine : l'angoisse existentielle.

B/Kierkegaard (1812-1855), un philosophe de l'angoisse.

Victime d'une enfance tourmentée, éduqué dans un christianisme piétiste obsédé par le « péché originel » et la culpabilité, il s'est efforcé de penser, de conceptualiser son angoisse vécue pour lui donner un sens plus universel. Les trois styles d'existence que tout homme peut rencontrer, et qu'il a lui-même traversés, aboutissent finalement à ce

sentiment. Qu'il s'agisse du style « *esthétique* » qui privilégie la « sensualité » dans *l'instant*, du style « *éthique* » qui privilégie le « sérieux moral » dans la *durée*, ou le style religieux avec la foi du croyant espérant le salut pour *l'éternité*, l'angoisse est là, ancrée dans la subjectivité finie et inquiète de l'existant humain.

Ainsi naît l'existentialisme, qui, à côté de son origine chrétienne, s'est développé sous une forme agnostique ou athée, comme chez Sartre : Car nous n'avons pas une « essence » naturelle à simplement actualiser. Nous sommes fondamentalement indéterminés, « *l'existence précède l'essence* ». C'est donc à chacun, par ses choix, de « se faire » pour « être ». Or « *ne pas choisir, c'est encore choisir* », donc « *Nous sommes condamnés à être libres* », faisant ainsi écho explicitement à la « culpabilité » kierkegaardienne, devenue une responsabilité écrasante et angoissante !

Que faire de cette angoisse ?

IV-Pour une dialectique de l'angoisse et de la joie

A/La joie contre l'angoisse.

L'angoisse expérience douloureuse peut apparaître comme inutile, stérile et nuisible, donc à fuir, à exclure, en visant son contraire, la joie, état le plus désirable. C'est l'attitude qui semble la plus logique. Mais elle peut être discutée.

B/Nietzsche (1844-1900) : une philosophie tragique de la joie

-un projet philosophique : la connaissance est l'interprétation de la vie comme ensemble de « volontés de puissance », qui peuvent être plus ou moins affirmatives ou négatives selon le degré de forces actives qu'elles expriment

-le thème de la décadence de l'Occident, qui depuis le platonisme idéaliste et le christianisme culpabilisant, promeut des valeurs qui expriment une volonté de puissance faible, négative, donc incapable par son impuissance d'accepter le tragique de la vie avec ses contradictions violentes et énigmatiques. D'où une attitude de fuite, et la valorisation d'un « *arrière-monde* » intelligible ou divin, d'où un pessimisme et un « nihilisme » de formes diverses culminant avec la moderne « *mort de Dieu* », qui aboutit à une angoisse extrême, liée au sentiment de l'absurde, symptôme du refoulement et de l'épuisement des forces vitales.

-d'où la nécessaire « transmutation des valeurs » privilégiant « un gai savoir », la « passion de la connaissance » de la réalité avec sa richesse infinie et tragique et stimulant le réveil des forces vitales actives et affirmatives. Alors peut apparaître une joie profonde, celle d'une nouvelle humanité, qui, contre tous les nihilismes, dit « oui à la vie » dans sa totalité, « *le grand Oui à toutes choses* ». Et il ne s'agit pas « *de se contenter de supporter l'inéluctable, mais de l'aimer* » avec une joie tragique

-cependant, « *la force d'un esprit se mesure à la dose de vérité qu'il peut supporter* ». Il y a sans doute des vérités insupportables. Il faut donc modérer la « passion de la connaissance ». C'est pourquoi, par exemple « *nous avons l'art pour ne pas mourir de la vérité* ». Et la musique joue un rôle essentiel dans cette protection de la vie.

En conclusion, on peut reconnaître

-la réalité d'un fond d'« angoisse existentielle » en tout homme, variable selon les individus, les sociétés et les circonstances

-la capacité des expériences de joie (« état le plus désirable ») à atténuer cette angoisse

-la tentation d'exclure, d'oublier ou de refouler toute angoisse

-l'hypothèse philosophique d'un « bon usage » de l'angoisse : ne pas s'enfermer dans une « *passion triste* » et négative, mais s'en servir par contraste, comme stimulant paradoxal, afin de s'ouvrir davantage à l'amour de la vie, dans sa totalité, donc à la joie, fût-elle tragique.

Bernard Dumoulin

pour les « Rencontres philosophiques clermontoises », le 13/01/2026