

La colère

La colère comme négativité.

La colère comme trouble de l'âme.

Descartes *Passion de l'âme*, II, Article 199.

« Article 199.

De la colère.

La colère est aussi une espèce de haine ou d'aversion que nous avons contre ceux qui ont fait quelque mal, ou qui ont tâché de nuire, non pas indifféremment à qui que ce soit, mais particulièrement à nous. Ainsi elle contient tout le même que l'indignation, et cela de plus qu'elle est fondée sur une action qui nous touche et dont nous avons désir de nous venger. Car ce désir l'accompagne presque toujours ; et elle est directement opposée à la reconnaissance, comme l'indignation à la faveur. Mais elle est incomparablement plus violente que ces trois autres passions, à cause que le désir de repousser les choses nuisibles et de se venger est le plus pressant de tous. C'est le désir joint à l'amour qu'on a pour soi-même qui fournit à la colère toute l'agitation du sang que le courage et la hardiesse peuvent causer. Et la haine fait que c'est principalement le sang bilieux qui vient de la rate et des petites veines du foie qui reçoit cette agitation et entre dans le coeur, où, à cause de son abondance et de la nature de la bile dont il est mêlé, il excite une chaleur plus épre et plus ardente que n'est celle qui peut y être excitée par l'amour ou par la joie. »

A premier abord la colère pourrait sembler être une réaction à une offense qui nous a été faite. Mais elle ne se limite pas à cela : elle est un désir de vengeance. Elle se distingue de l'indignation en ce que celle-ci est une réaction face à un mal commis envers autrui mais qui ne nous touche pas directement. La colère elle est la réaction à ce que nous estimons être un mal pour nous.

Descartes, *Passions de l'âme*, II ; Art. 65. L'indignation et la colère.

« Tout de même le mal fait par d'autres, n'étant point rapporté à nous, fait seulement que nous avons pour eux de l'indignation ; et lorsqu'il y est rapporté, il émeut aussi la colère. »

Elle se distingue aussi de l'irascibilité qui est une tendance à la colère alors que la colère elle est un acte/ état.

Sénèque, *De Ira*, I, 4.

« J'ai suffisamment expliqué ce que c'est que la colère : elle diffère évidemment de l'irascibilité, ainsi que l'homme ivre, de l'ivrogne, et l'homme effrayé, du timide. L'homme en colère peut n'être pas irascible ; l'irascible peut quelquefois n'être pas en colère. Les Grecs distinguent ce vice en plusieurs espèces, sous divers noms que j'omettrai comme n'ayant pas chez nous leurs équivalents, bien que nous disions un homme amer, acerbe, aussi bien qu'un homme inflammable, furibond, criard, difficile, ombrageux, toutes variétés du même vice. Tu peux y joindre le caractère morose, genre, d'irascibilité affinée. Il y a des colères qui se soulagent par des cris ; il y en a dont la fréquence égalé l'obstination ; les unes vont droit à la violence et sont chiches de paroles ; les autres se répandent en injures et en discours pleins de fiel ; celles-ci ne vont pas au delà de la plainte et de l'aversion ; celles-là sont profondes, terribles et concentrées. Il y a mille modifications du même mal, et ses formes sont infinies. »

La colère comme réaction violente d'un sujet apparaît comme fondé sur le sentiment d'une injustice ou d'un mal commis à notre égard. En cela, nous pourrions nous demander si elle n'est pas, tout simplement naturelle et nécessaire comme réaction instinctive à ce qui nous nuit : nous pouvons nous demander si elle est volontaire ou pas ?

Sénèque, *De ira*, II, 2.

« Tout mouvement non volontaire est irrésistible, inévitable, comme le frisson que donne une aspersion d'eau froide, comme certains contacts qui répugnent,[1] comme lorsqu'à de fâcheuses nouvelles notre poil se hérissé, que des mots déshonnêtes nous font rougir, et que le vertige saisit l'homme qui regarde au fond d'un précipice. Aucun de ces mouvements ne dépend de nous, la raison avec ses conseils ne peut les prévenir. Mais ses conseils dissipent la colère : car ce vice de l'âme est volontaire ; ce n'est pas une de ces fatalités humaines, de ces accidents qu'éprouvent les plus sages, et dont il faut voir un exemple dans la souffrance morale dont nous frappe tout d'abord l'idée révoltante de l'injustice. »

Faire de la colère un mouvement involontaire pose le problème de son possible contrôle. Or, nous le voyons dans l'expérience, nous pouvons retenir notre colère. Elle serait donc non pas des mouvements instinctifs et involontaire mais du côté des mouvements volontaires.

C'est ce qui la caractérise pleinement comme passion car, dans la passion, la raison demeure active quand, dans les instincts, elle est passive.

Sénèque, *De ira*, II, 3.

« Or la passion consiste non à s'émouvoir en face des objets, mais à s'y livrer, et à suivre cette impulsion accidentelle. Car si l'on croit qu'une pâleur subite, des larmes qui échappent, l'aiguillon

secret de la concupiscence, un soupir profond, l'éclat soudain des yeux ou toute autre chose analogue soient l'indice d'une passion, d'un sentiment réel, on s'abuse, on ne voit pas que ce sont là des mouvements tout physiques. Il arrive au plus brave de pâlir quand on l'arme pour le combat, de sentir quelque peu ses genoux trembler au signal du carnage ; le cœur peut battre au plus grand capitaine quand les deux armées vont s'entrechoquer ; l'orateur le plus éloquent frissonne au moment de prendre la parole. **Mais la colère n'est pas une impression simple, elle se porte en avant; c'est un élan, et tout élan implique une adhésion morale, et dès qu'il s'agit de venger et de punir, ce ne peut être à l'insu de l'intelligence.** Un homme se croit lésé : il veut se venger : un motif quelconque le dissuade, il s'arrête aussitôt. Je n'appelle point cela colère, mais mouvement de l'âme, qui cède à la raison. Ce qui est colère, c'est ce qui dépasse la raison et l'entraîne avec soi. Aussi cette première agitation de l'âme, causée par l'apparence de l'injure, n'est pas plus de la colère que ne l'est cette même apparence. La colère est l'élan qui suit, qui n'est plus seulement la perception de l'injure, mais qui en admet l'existence. C'est l'âme soulevée qui marche à la vengeance volontairement et avec réflexion. Est-il douteux que la peur porte à fuir, la colère à courir en avant? Vois donc si tu dois croire que l'homme recherche ou évite quoi que ce soit sans le consentement de son intelligence. »

Sénèque distingue les mouvements physiques, les réactions, et les passions. Ces dernières partent des premières mais en ajoutant un acte de la volonté : le choix de suivre cette impulsion première. La colère suppose alors un acte de volonté qui implique une « adhésion » à l'impulsion.

Alors, la raison est bien une passion en ce qu'elle est ce mouvement de l'âme qui ne se laisse corriger par elle et qui la dépasse. Il faut donc distinguer « perception ou sentiment de l'offense » et désir de vengeance qui qualifie en propre cette dernière.

En tant que passion, la colère serait, malgré la force apparente de sa manifestation, une faiblesse de l'âme pouvant conduire à une forme de démente.

La colère, entre faiblesse et démente.

Le paradoxe de la colère est que derrière cette apparence de force, se cache une faiblesse qui est absence de maîtrise de soi.

De Ira, II, 25-26.

« Il suit de là aussi qu'on se doit garder d'entrer en fureur pour les plus minces et les plus misérables sujets. Mon esclave est peu alerte, mon eau à boire trop tiède, mon lit mal arrangé, ma table négligemment dressée. S'irriter de si peu est folie. Il est souffrant et dans un fâcheux état de santé, l'homme qui frissonne au plus léger souffle ; ses yeux sont malades, si une étoffe blanche l'éblouit ; il est perdu de mollesse, s'il a mal au côté, rien qu'à voir travailler autrui. Mypdiridès, dit-on, de la ville

des Sybarites, voyant un ouvrier fouiller la terre et lever un peu haut son outil, se plaignit que cela le fatiguait et lui défendit de faire ce travail en sa présence. Il conta souvent avec chagrin qu'il s'était meurtri l'épiderme en couchant sur des feuilles de rose repliées. Quand les voluptés ont empoisonné à la fois l'âme et le corps, toutes choses semblent insupportables, non parce qu'elles sont dures, mais par la mollesse de celui qu'elles touchent. Y a-t-il en effet de quoi entrer dans des accès de rage pour la toux ou l'éternuement d'un valet, pour une mouche qu'il n'aura pas chassée prestement; pour un chien qui se trouve sur notre chemin, pour une clef tombée par mégarde de la main d'un esclave? Supporterai-je avec calme un citoyen qui m'injurie, des diatribes en plein forum ou au sénat, si le bruit d'un banc que l'on tire offense mon oreille? Endurerai-je la faim, la soif, une campagne sous un ciel ardent, si je m'emporte contre un valet parce qu'il a mal déposé la neige dans le vin? »

XXVI. Aussi rien n'alimente l'irascibilité comme la mollesse, toute despotique et impatiente. Il faut traiter durement notre âme, pour qu'elle ne soit sensible qu'aux atteintes graves. »

La colère apparaît comme démesure par rapport à l'objet qui en donne l'impulsion. Elle est souvent une réaction disproportionnée qui manifeste un manque de discernement comme de maîtrise de soi. Si elle est disproportionnée, c'est parce qu'elle est alimentée plus par notre opinion de la réalité (la représentation de la réalité + le jugement de valeur « c'est une offense ») que par la réalité elle-même.

Epictète, *Manuel*, V.

« Ce qui trouble les hommes, ce ne sont pas les choses, ce sont les jugements qu'ils portent sur les choses. Ainsi la mort n'a rien de redoutable, autrement elle aurait paru telle à Socrate ; mais le jugement que la mort est redoutable, c'est là ce qui est redoutable. Ainsi donc quand nous sommes contrariés, troublés ou peiné, n'en accusons jamais d'autres que nous-même, c'est-à-dire nos propres jugements. Il est d'un ignorant de s'en prendre à d'autres de ses malheurs ; il est d'un homme qui commence à s'instruire de s'en prendre à lui-même ; il est d'un homme complètement instruit de ne s'en prendre ni à un autre ni à lui-même. »

La réalité, « les choses », ne sont pas la source de la colère. Cette dernière se situe dans les jugements qu'ils portent sur elle, sur leur opinion.

Alors, elle n'est qu'une faiblesse du sujet qui ne parvient pas à distinguer la réalité de ses jugements et qui ne maîtrise pas ces derniers. En tant que perte de maîtrise de soi, elle peut se rapprocher de la folie.

Cicéron, *Tusculanes*, IV, 32.

« . Quant à la colère, pour peu qu'elle soit de quelque durée, il est certain qu'elle ne diffère pas de la folie. Jugeons-en par la querelle de ces deux frères.

Quelle impudence à la tienne est semblable ? dit l'un d'eux.

Quel crime au tien fut jamais comparable? reprend l'autre. Vous savez les vers suivants, où ils vomissent tour à tour les injures les plus atroces : dignes enfants de cet Atrée, qui, pour se venger de son frère, médite un châtement dont il n'y eut point d'exemple.

Aujourd'hui par un trait inouï, plein d'horreur,

Je cherche à lui porter la rage dans le cœur.

Quel fut ce trait inouï? Vous l'allez apprendre de Thyeste.

As-tu pu m'inviter, fière impie, inhumain,

A manger mes enfants égorgés de ta main?

Jusqu'où, en effet, la colère ne va-t-elle pas? Elle devient fureur. Aussi dit-on d'un homme en colère, qu'il ne se possède plus : ce qui signifie qu'il n'écoute plus la raison; car la raison nous rend maîtres de nous, et c'est par elle qu'on se possède. On est obligé d'ôter de devant les yeux d'un homme irrité les personnes à qui il en veut; et on attend qu'il se soit remis. Or qu'est-ce que se remettre, si ce n'est faire que les parties de l'âme, qui venaient d'être dérangées, se retrouvent dans leur état naturel? On prie, on conjure cet homme irrité de suspendre un peu sa vengeance, et de n'agir point dans les premiers bouillons de sa colère. Or ces bouillons, qu'est-ce autre chose qu'un feu violent qui s'est allumé dans le cœur, au mépris de la raison? Vous savez, à ce sujet, le bon mot d'Archytas, qui, étant irrité contre son fermier, comme je te traiterais, lui dit-il, si je n'étais pas en colère! »

En tant que folie et déraison, la colère apparaît comme contraire à notre nature.

La colère comme réaction humaine contre nature..

La colère apparaît comme une réaction contraire à notre nature puisqu'elle nie en nous la raison.

Sénèque, *De ira*, I, 5.

« Est-elle selon la nature? Pour éclaircir ce doute, voyons seulement l'homme. Quoi de plus doux que lui tant qu'il reste fidèle à son caractère ; et quoi de plus cruel que la colère? Quoi de plus aimant que l'homme? Quoi de plus haineux que la colère? L'homme est fait pour assister l'homme ; la colère pour l'exterminer. Il cherche la société de ses semblables, elle brise avec eux; il veut être utile, elle veut nuire ; il vole au secours même d'inconnus, elle s'en prend aux amis les plus chers. L'homme est prêt même à s'immoler pour autrui ; la colère se jettera dans l'abîme, pourvu qu'elle y entraîne sa proie.

Et peut-on méconnaître davantage la loi de la nature qu'en attribuant à la meilleure, à la plus parfaite de ses créatures un vice si barbare et si désastreux? La colère, nous l'avons dit, a soif de vengeance ; or qu'une telle passion soit inhérente au cœur de l'homme, qui est la mansuétude même, cela n'est nullement selon la nature. »

La colère nous fait oublier notre nature première, elle paraît s'opposer à toutes les tendances de préservation et d'amour de soi. Cependant, si on peut dire de la colère qu'elle est une manifestation d'une rage « inhumaine », le paradoxe demeure qu'on ne la retrouve que chez les hommes

Sénèque, *De Ira*, I, 3.

« Il faut répondre que l'animal, que tout, excepté l'homme, est étranger à la colère ; car, quoique ennemie de la raison, elle ne prend naissance que là où la raison a place. Les bêtes ont de l'impétuosité, de la rage, de la férocité, de la fougue; mais la colère n'est pas plus leur fait que la luxure, bien que pour certains plaisirs elles soient moins retenues que l'homme. [...]

Il appelle colère l'élan, la violence du choc. Or la brute ne sait pas plus se mettre en colère que pardonner. Les animaux, privés de la parole, sont exempts des passions de l'homme : ils ont seulement des impulsions qui y ressemblent. Autrement, qu'il y ait chez eux de l'amour, il y aura de la haine ; l'amitié supposera les inimitiés; et les dissensions, la concorde, choses, dont ils offrent aussi quelques traces ; mais du reste le bien et le mal appartiennent en propre au cœur humain. A l'homme seul furent donnés la prévoyance, le discernement, la pensée ; et non seulement nos vertus, mais nos vices même sont interdits aux animaux. Tout leur intérieur, comme leur dehors, diffère de nous. Ils ont cette faculté souveraine autrement dite principe moteur, tout comme une voix, mais inarticulée, embarrassée, incapable de former des mots; tout comme une langue, mais enchaînée, mais non libre de se mouvoir en tous sens ; de même leur principe moteur a peu de pénétration, peu de développement. Ils perçoivent l'image, les formes des objets qui excitent leurs mouvements; mais cette perception est trouble et confuse. De là la véhémence de leurs transports, de leurs attaques, mais rien qui soit appréhension, souci, tristesse ni colère ; ils n'ont que les semblants de tout cela. Aussi leur ardeur tombe vite et passe à l'état opposé : après la plus violente fureur, après la frayeur la plus vive ils paissent tranquillement;[7] et aux frémissements, aux agitations désordonnées succèdent en moins de rien le repos et le sommeil. »

L'animal n'est pas capable de colère mais seulement de rage ou de fureur. La colère est une conséquence de la rationalité de l'homme : parce que l'homme est doué d'une faculté rationnelle, il est capable de colère. Alors, faut-il admettre que la nature humaine porte en elle-même sa propre négation ou peut on penser, à l'encontre des stoïciens une efficacité voire une utilité de la colère ?

La colère comme.

La colère, nous l'avons vu en 1ère partie est vue de prime abord comme une passion négative de l'âme. Elle s'apparente à une réaction disproportionnée signe de démesure et de perte de contrôle de soi. En cela, elle est avant tout une forme de faiblesse voire même de folie. Cependant, cette négativité apparaît comme dangereuse pour l'homme, elle apparaît aussi comme inhérente à la nature humaine : cette dernière porte en elle sa possibilité. En cela, la colère se distingue de la rage ou encore de la férocité que nous retrouvons chez les bêtes. Faut-il admettre une contradiction interne à la nature humaine ou peut-on trouver une efficacité voire une utilité à la colère ?

La colère comme réaction et intérêt pour le monde.

La colère manifeste un ancrage dans le monde. Elle s'oppose à l'indifférence mais aussi à l'insouciance.

Texte : ***Au bout de la colère***, Michel Erman.

« Ala colère, on oppose psychologiquement le calme ou, moralement, la lucidité. Mais d'un point de vue existentiel, la colère est le contraire de l'insouciance et de l'indifférence ; elle est à sa façon une ouverture au monde » p 15-16.

La colère manifeste une présence dans le monde et une interaction du sujet avec le monde. Si le sage ne se met pas en colère, dans le stoïcisme par ex, c'est justement parce qu'il cultive l'indifférence, et, qu'en cela, il se place en qq sorte hors du monde.

Ainsi la colère serait une passion propre à ceux qui sont du monde et dans le monde de façon entière.

. »

La colère comme sincérité d'être et faute contre les convenances

Alors, la colère en tant que relation entière et authentique au monde appelle une forme de sincérité de la part de celui qui la subit. On peut opposer le colérique à l'homme poli. Le premier suit son être, son individualité et ses émotions quand le dernier joue le rôle du « masque social », acceptant les interdits posés par la société.

Alors la colère = puissance d'être, authenticité de l'être qui propose un « réservoir d'énergie. »

Plus tant une faute morale qu'une faute « contre les convenances » (Erman, Ibid). Emotion qui ne rentre pas dans la norme et qui, peu voire pas contrôlable effraie la société.

Alors faudrait distinguer la colère du ressentiment.

Textes : Nietzsche, ***Généalogie de la morale***, I, 10 ou Scheler ***L'homme du ressentiment***.

(<https://dilectio.fr/wp-content/uploads/2017/01/extraittextescheler.pdf>)

L'homme de ressentiment serait celui dont la colère comme désir de vengeance serait doublée d'un sentiment d'impuissance quand l'homme en colère serait celui qui verrait son désir de vengeance doublé d'un sentiment de puissance.

Le ressentiment serait dangereux en ce qu'il conduirait l'homme à « ruminer », le mal et conduirait à des conduites d'« autodestruction » et de négation de soi. L'homme de ressentiment serait tel « l'homme souterrain » → *Les carnets du sous sol*. Dostoïevski (qui s'oppose justement contre « l'homme normal » qui agit) ;

Alors, il pourrait y avoir une colère efficace, qui agit et qui, par la même produirait un changement dans le monde ou du moins dans le monde du sujet en colère. Mais, si la colère se distingue du ressentiment par sa force d'action et par son efficacité, toute colère est-elle juste ?

La Juste colère.

La colère modérée.

La colère en tant qu'énergie pour l'action et en tant que mouvement vers le monde pourrait avoir une utilité et une légitimité. Pour cela, il faudrait distinguer différentes sortes de colère ou du moins différents degrés de colère.

Texte : Aristote, *Ethique à Nicomaque*, II, V, 2.

« Or, j'appelle passions le désir, la colère, la peur, la témérité, l'envie, la joie, l'amitié, la haine, le regret, l'émulation, la pitié, en un mot tout ce qui s'accompagne de plaisir ou de peine. J'appelle capacités nos possibilités d'éprouver ces passions, par exemple ce qui nous rend propres à ressentir de la colère, ou de la haine, ou de la pitié. Enfin les dispositions nous mettent, eu égard aux passions, dans un état heureux ou fâcheux ; par exemple, en ce qui concerne la colère, si l'on y est trop porté ou insuffisamment, nous nous trouvons en de mauvaises dispositions ; si nous y sommes portés modérément, nous sommes dans d'heureuses dispositions ; il en va ainsi dans d'autres cas. 3. Ainsi donc ni les vertus ni les vices ne sont des passions, car ce n'est pas d'après les passions qu'on nous déclare bons ou mauvais, tandis qu'on le fait d'après les vertus et les vices. On ne se fonde pas non plus sur les passions pour nous décerner l'éloge ou le blâme ; on ne félicite pas l'homme craintif ni l'homme porté à la colère ; le blâme ne s'adresse pas à un homme d'une façon générale, mais selon les circonstances, tandis que c'est d'après les vertus et les vices qu'on nous dispense l'éloge ou le blâme »

La colère peut être catégorisée, selon Aristote, selon leur degré : un colère molle comme une colère démesurée auront pour conséquence des « mauvaises dispositions » quand la colère modérée, elle, conduira à « une heureuse disposition. »

La colère modérée comme colère juste.

Alors la colère modérée se qualifierait par sa légitimité. La colère juste est celle qui réagit contre les choses injustes.

Texte : *Ethique à Nicomaque*, IV, 5.

« Or ce défaut, cette incapacité d'éprouver de la colère, quelque nom qu'on lui donne, est blâmable; car ceux qui n'ont aucun ressentiment des choses qui le méritent, passent pour stupides, aussi bien que ceux qui n'en ont ni contre les personnes, ni dans les occasions, ni de la manière qu'il faut ; car il semble qu'ils soient insensibles et incapables d'éprouver aucune peine. D'ailleurs celui qui n'éprouve jamais de colère ne peut pas repousser l'outrage ; or il y a quelque chose de lâche et de servile à le supporter soi-même, et à y laisser exposés ceux qu'on doit protéger.

L'excès en ce genre peut avoir lieu de toutes les manières; car on peut éprouver de la colère ou contre les choses, ou contre les personnes qui ne le méritent pas, ou plus tôt ou plus longtemps qu'il ne faut. Mais la même personne ne réunit pas tous ces inconvénients à la fois; cela serait impossible : car tout mal se détruit, en quelque sorte, lui-même; et, porté au dernier degré, il devient tout-à-fait intolérable. Les hommes irascibles sont donc sujets à s'emporter promptement; ils s'irritent hors de propos, soit contre les choses, soit contre les personnes, et plus qu'il ne faut ; mais ils s'apaisent avec la même facilité, et c'est là ce qu'ils ont de meilleur. Cela vient de ce qu'ils ne sauraient contenir leur ressentiment, et qu'ils le témoignent à l'instant même ; son impétuosité les rend redoutables, mais ils s'apaisent presque aussitôt. Les hommes qui sont d'une humeur emportée pèchent donc par cet excès, et s'irritent à propos de tout et contre tout le monde, d'où vient le nom d'irascible qu'on donne à ce caractère »

La cause de la colère et son orientation (ce par quoi elle naît et ce contre quoi elle se dirige) serait alors la condition de la colère juste. La « juste colère » supposerait alors de pouvoir distinguer l'injuste du juste ou l'injuste de l'indifférent. Tout ne mériterait pas de susciter la colère du sujet. Mais alors, pour reconnaître le juste et l'injuste, il faut pouvoir sortir, semble-t-il d'une attitude simplement égoïste de préservation de soi pour atteindre une attitude plus générale et morale portant non plus sur le souci de soi mais sur le souci du bien.

La colère juste : la colère du juste.

Par conséquent seule la colère du juste pourrait être entièrement juste en ce qu'elle serait désintéressée.

La colère du juste serait la colère justifiée par son souci de justice et de bien commun. En cela, elle se distinguerait de la haine.

Texte : Platon, *les Lois*, V, 731c7-d5 (trad. J.-F. Pradeau et L. Brisson).

« Il mérite au contraire toute notre pitié (eleeinos) l'homme qui commet l'injustice et qui est en proie au mal. Il est permis d'avoir pitié de celui dont le mal est guérissable, en retenant nos mouvements d'agressivité (aneirgonta ton thumon) et de ne pas toujours être amer à son égard en ayant des accès de bile comme une femme. En revanche, il faut déchaîner sa colère (ephienai tèn orgên) à l'égard de celui qui est méchant et dont la vie est désordonnée, sans contrôle et sans espoir d'amendement. Voilà pourquoi nous déclarons qu'il convient que l'homme de bien soit irascible (thumoeidê) ou doux (prâion) selon les occasions. »