

EUPHORIAPHOBIE Crainte ou mépris de l'euphorie

*Phobie non officielle, non reconnue, non spécifique,
non classifiée en tant que trouble anxieux défini dans le DSM-5 et la CIM-11*

L'**euphorie** est un **état d'exaltation et de bien-être intense**, accompagné d'une sensation de grande joie, d'enthousiasme ou d'énergie.

Elle peut être **passagère et naturelle**, par exemple après une bonne nouvelle ou un événement heureux.

Exemples : « À l'annonce de sa réussite, il ressentit une profonde euphorie. » - « La victoire a provoqué une véritable euphorie. »

Étymologie : du grec ancien **εὐφορία (euphoria)**, qui signifie littéralement « facilité à supporter » ou « bon état », à partir de *eu-* (« bien ») et *pherō* (« porter, supporter »).

À distinguer de la joie : l'euphorie est généralement **plus intense, expansive et parfois difficile à maîtriser**.

En **latin**, « euphorie » peut être traduit par :

- **euphoria** — euphorie, bien-être, état de bonne santé ; terme latin savant directement emprunté au grec.
- **laetitia** — joie, allégresse, réjouissance.
- **exultatio** — exultation, grande joie, enthousiasme débordant.
- **gaudium** — joie, plaisir, satisfaction intérieure.

Pour le sens moderne de « **euphorie** » comme **état de bien-être et d'exaltation intense**, **euphoria** est le terme le plus direct.

Le terme **latin classique** plutôt qu'un emprunt savant, **laetitia** ou **exultatio** conviendrait davantage selon le contexte.

En **grec ancien**, « euphorie » se dit : **εὐφορία (euphoria)**

Le mot est formé de :

- **εὖ (eu)** = « bien »
- **φέρω (pherō)** = « porter, supporter »

À l'origine, **εὐφορία** signifie donc « **facilité à supporter** », « **bon état** », « **bien-être** ».

Pour exprimer plus précisément **l'exaltation joyeuse / l'euphorie** au sens moderne, on peut aussi rencontrer des termes liés à la joie et à l'exaltation, comme **εὐφροσύνη (euphrosynē)**, qui signifie **joie, allégresse, réjouissance**.

εὐφορία = bien-être, aisance, bon état

εὐφροσύνη = joie, allégresse, réjouissance

L'euphoriaphobe

Le mépris de l'euphorie se laisse moins facilement rabattre sur les trois figures précédentes, parce que l'euphorie n'est pas une faculté de jugement mais un état affectif — le mépris qu'elle suscite porte donc sur un objet de nature différente, et vise le corps, l'affect, la joie elle-même comme suspecte.

Il y a d'abord un mépris de filiation **stoïcienne**, ou plus largement rationaliste-ascétique : l'euphorie serait par nature un dérèglement, une perturbation de l'*ataraxie*, parce qu'elle porte en elle l'instabilité de tout affect intense — ce qui monte doit redescendre, et l'euphorique s'expose ainsi à sa propre négation. Ce mépris ne vise pas la joie comme telle (les stoïciens admettent la *chara*, joie constante du sage) mais très précisément l'euphorie comme forme *excessive, causée de l'extérieur*, non maîtrisée rationnellement. On méprise ici moins l'affect que sa modalité d'apparition : l'euphorie est suspecte parce qu'elle survient, plutôt qu'elle ne se construit.

Il y a ensuite un mépris de tonalité **critique-sociologique**, qu'on trouve chez Adorno ou dans certaines lectures de l'industrie culturelle : l'euphorie collective — celle du divertissement, de la consommation, de la fête organisée — serait le symptôme même de l'aliénation, la forme affective que prend la fausse conscience quand elle ne se sait pas telle. Le sujet euphorique, dans ce schéma, est précisément celui qui a perdu la distance critique nécessaire pour percevoir sa propre servitude — l'euphorie fonctionne comme anesthésiant structurel. C'est un mépris qui, notons-le, se retourne aisément en son contraire : il présuppose que la tristesse ou la mélancolie seraient, elles, plus proches du réel — postulat qui mériterait examen plutôt qu'affirmation.

Il y a enfin un mépris plus difficile à nommer, que je qualifierais de **mélancolique-esthétique** — celui qui hante une certaine tradition post-romantique (Baudelaire, Cioran) où l'euphorie est jugée superficielle non par principe moral mais par défaut de profondeur : elle ne séjournerait pas assez longtemps dans la conscience de la finitude pour mériter d'être prise au sérieux. Le spleen a plus de prestige littéraire que le contentement. Ici encore, on notera l'asymétrie : personne ne demande à la tristesse de justifier sa légitimité épistémique de la même manière.

Ce qui unit malgré tout ces trois mépris, c'est une même suspicion à l'endroit de l'intensité affective positive non médiatisée par la réflexion — comme si la joie ne pouvait être authentique qu'à condition de payer un tribut de lucidité. C'est un présupposé qui mérite d'être questionné plutôt qu'accepté comme allant de soi : pourquoi la tristesse serait-elle spontanément créditée de profondeur, et l'euphorie spontanément suspectée de légèreté ?