Les émotions dans la Bible 5 : Joie et humour

Une série de 6 articles écrits par Hervé OTT autour des émotions que la Bible évoque avec constance car elles nous parlent de Dieu et sont au cœur de notre condition humaine. Les articles sont diffusés avec l'autorisation de www.reforme.net

La joie est une émotion qu'on appelle « positive » parce qu'elle est à la source du « bonheur » qui est, lui, un sentiment (1). Mais en réalité toute émotion est « positive » en ce sens qu'elle remplit une fonction essentielle d'équilibre intérieur et d'adaptation à l'environnement. Si la honte, la peur, la colère, la tristesse, le dégoût (2) nous protègent en signalant des limites à respecter et amènent comme à une fermeture, la joie, au contraire, nous ouvre. La joie est le signe manifesté de besoins comblés. Elle est aussi une émotion qui rend plus disponible aux besoins des autres.

Elle se manifeste par le rire, qui peut être un éclat (comme un cri provoqué par la colère, la peur ou la surprise) et aussi le sourire : les yeux et la bouche s'ouvrent, activés par tous les muscles qui les entourent. L'un d'eux, autour des yeux, ne peut être commandé volontairement, ce qui fait la différence perceptible entre un sourire commandé et un sourire spontané ! Chez les enfants surtout, elle se traduit aussi par des sautillements, des cris. Le bonheur qui en résulte fait chanter ! La joie s'exprime d'autant plus fortement qu'elle succède à une période de peur, d'efforts, de souffrance ou de séparation : elle peut alors produire des larmes lors de réussite, de guérison, de retrouvailles qui marquent la fin d'une tristesse.

- **Un plus créatif**

La joie, comme toute émotion, extériorise de l'intimité (ce qui peut pousser à rester distant), mais c'est généralement plus facile à vivre qu'avec les autres émotions qui sont injustement connotées comme des marques de faiblesse.

La joie peut se manifester par de l'excitation et gêner les autres. Rien de plus destructeur que de juger, dévaloriser ces manifestations (ce qui va handicaper de nombreux adultes) alors qu'il est possible d'exprimer notre dérangement : à émotion, émotion et demie !

Les chercheurs ont pu montrer que la joie et le sentiment de bonheur permettent à ceux qui les vivent d'être beaucoup plus créatifs, plus coopératifs, plus aptes à prendre des décisions, plus hardis, plus attentifs aux autres (3). Cela a des conséquences très importantes pour tout ce qui concerne la pédagogie et les conditions de travail. Un climat de sécurité, un environnement agréable et des signes de reconnaissance et d'amour vont favoriser la joie, la sensation de bonheur, un épanouissement des individus et une vie en collectivité plus riche. D'une façon générale, la joie est la manifestation des besoins comblés et rend plus disponible pour répondre aux besoins des autres (4).

L'humour, traduction intériorisée de la joie, permet de rire avec ; l'ironie, par contre, qui est la forme violente de l'humour, revient à rire et faire rire sur les autres, comme la moquerie.

- **La joie et la venue du Royaume**

« Joie » (5) est un terme essentiel dans le livre d'Esaïe (autant que dans les Psaumes !) comme « jubilation ». Employées pour exprimer qu'elles ont disparu à cause de l'infidélité à YHWH (Es. 16,10), pour stigmatiser l'insouciance du peuple (22,13), elles vont revenir avec le salut (9,2 ; 14,7 ; 29,19 ; 35,10). Ce thème prendra une très grande ampleur chez le deuxième (51,3) et le troisième Esaïe (55,12 ; 60,15). C'est donc cette école qui a le plus développé ce thème de la joie en lien avec le salut. Dans les Psaumes, la joie, la jubilation sont la marque des croyants, des justes (68,4), de ceux qui obéissent à YHWH (Ps. 119,4), bref de la proximité avec lui (Ps. 16,11).

Manifestation de la joie, le rire se retrouve évoqué essentiellement dans l'histoire d'Abraham, Sarah et de leur fils Issac (sans doute parce que les prénoms de deux derniers sont homonymes du verbe « rire »). Esaïe est encore le livre dans lequel on retrouve le plus le mot « louange », expression de la joie reconnaissante, à égalité avec les Psaumes. Nulle part il n'est question de la joie de YHWH (seul Néhémie l'évoque avec un autre terme : « La joie de YHWH, c'est elle qui est votre force », 8,10). Par contre, il est question de sa moquerie (Ps. 2,4 ; 37,13 et

59,9). !

Luc, Jean et Paul sont les plus grands utilisateurs du mot « joie » et de ses dérivés. Pour Luc, la joie est provoquée par la « bonne nouvelle » (2,10), les miracles (10,17) et la croissance de l'Eglise (Ac 15,3). Joie et Saint-Esprit cohabitent (13,52). Chez Jean, elle est très liée à la connaissance du Christ ressuscité (15,11) et elle devient un état intérieur de plénitude permanente (16,22 ; 17,13) (6). Chez Matthieu, dans la suite d'Esaïe, elle est très liée à l'avènement du Royaume (Mt 13,44 ; 25,21) et l'écoute de la Parole (13,20). Paul pourrait être considéré comme « charismatique » tant il exprime de joie : malgré les persécutions et ses échecs (2 Co 7,4 ; 8,2), joie, espérance et Règne de Dieu sont associés (Rm 14,17 ; 15,13). C'est chez Luc et Paul que le verbe « se réjouir » est le plus souvent employé comme manifestation de la nouvelle réalité !

Nulle part il n'est question de la joie de Jésus, ni de son rire (7). On peut pourtant trouver des traces de son humour (8). Que ce soit à propos du chameau (ou de la corde, c'est le même mot en hébreu) qu'il est aisé de passer dans le trou d'une aiguille, des deux milles parcourus si on en demande un seul (les Romains ne pouvaient réquisitionner pour porter des charges que sur un mille, après ils étaient dans l'illégalité !), de la poutre et la paille dans l'œil, de l'impôt dû à César, de l'interpellation de la « femme adultère » (« Femme, personne ne t'a condamnée ? »), de son refus de répondre aux questions de ses adversaires (Mc 11,28)…

***

(1). L'émotion est une réaction spontanée, qui dure très peu de temps : elle est le fait de tous les mammifères. Le sentiment s'inscrit dans la durée et associe des représentations du néocortex, il appartient au seul monde des humains. Voir Antonio R. Damasio, *L'erreur de Descartes. La raison des émotions*, éd. Odile Jacob, 1995.
(2). Je compte aussi le dégoût et la surprise comme des émotions.
(3). Daniel Goleman, *L'intelligence émotionnelle. Comment transformer ses émotions en intelligence*, Robert Laffont, 1997.
(4). J'entends par « besoins » non seulement les besoins physiologiques comme la faim, le repos, la sexualité, le territoire, mais aussi les besoins psychologiques comme l'amour, la reconnaissance, la sécurité, l'autonomie, les repères et la créativité-transcendance. Frustrés, ces besoins engendrent des peurs

respectivement d'abandon-perte, de rejet, d'envahissement-agression, de contrôle, de perte de repère/sens et d'aliénation. La satisfaction de ces besoins universels est à l'origine de la motivation. Les envies, par contre, sont des dérivés du désir (mimétique) : j'ai besoin de manger et j'ai envie de frites !
(5). La racine du mot « joie » vient de « briller » et a donné le mot « grâce », « charisme » (don, bienfait) donc charité, et aussi « reconnaissance », qui se dit « eucharistias » qui a donné « eucharistie ».
(6). Voir Lytta Basset, *La joie imprenable*, Labor et Fides, 1998.
(7). « Jésus, lui qui, renonçant à la joie qui lui revenait, endura la croix au mépris de la honte. » (He 12,2).
(8). André de Peretti, *L'humour du Christ dans les évangiles*, Cerf, 2004. Voir aussi Eric Edelmann, *Jésus parlait araméen*, éd. du Relié, 2000.

Crédit : Hervé OTT
Consultant et formateur en approche et transformation constructive des conflits

Revenir au premier article (pour lire la suite)