

LA PEUR ET L'ANGOISSE - DISTINCTION

La peur et l'angoisse : quatre lectures d'une distinction fondatrice

Cette distinction — Furcht/Angst, crainte/angoisse — traverse l'ensemble des traditions mobilisées et s'articule directement à votre cartographie de l'excès psychique. Je la reprends selon les quatre lectures habituelles.

1. LECTURE JUNGienne

Jung ne théorise pas la distinction avec la même rigueur conceptuelle que Freud ou Heidegger, mais elle est opérante dans sa clinique des complexes. La peur est la réaction du moi à un danger reconnu — extérieur, localisé, souvent adaptatif. L'anxiété, en revanche, signale l'irruption d'un complexe autonome ou la proximité de l'inconscient collectif : elle n'a pas d'objet stable parce que sa source échappe à la représentation consciente. C'est l'affect qui accompagne la confrontation avec le numineux non intégré — le *tremendum* sans le *fascinans* suffisamment contenant. L'anxiété jungienne est ainsi, structurellement, un signal de rencontre ratée avec l'archétype : ni évitement complet (qui produirait une peur substitutive, phobique), ni intégration réussie (qui produirait de l'émerveillement ou du sens). Elle est le symptôme d'une fonction transcendante bloquée.

2. LECTURE FREUDO-LACANienne

Freud (1926) distingue *Angst* (angoisse-signal, anticipatoire, relativement objectless), *Furcht* (peur, avec objet déterminé) et *Schreck* (effroi, sans préparation psychique — le trauma pur). L'angoisse-signal est une fonction du moi, économique et adaptative ; elle prévient plutôt qu'elle ne submerge.

Lacan radicalise le geste : au Séminaire X, il ne dit pas que l'angoisse est sans objet, mais qu'elle est le seul affect qui ne trompe pas — précisément parce qu'elle signale la présence trop proche de l'objet *a*, non médiatisée par le manque constitutif du désir. Là où la peur vise un objet du monde, appréhensible dans l'imaginaire, l'angoisse surgit quand le sujet se trouve confronté à l'absence de manque — quand l'Autre semble tout savoir, tout vouloir, ne rien manquer. C'est le paradoxe que vous exploriez déjà dans votre axe excès/manque : l'angoisse n'est pas l'excès de la peur, elle est la présentification de l'objet, l'effondrement de la distance qui permettait le désir.

3. LECTURE PHILOSOPHIQUE

Heidegger (*Sein und Zeit*, §40) pose la distinction de façon quasi structurale : la *Furcht* est intramondaine, elle porte sur un étant déterminé menaçant. L'*Angst* n'a pas d'objet intramondain — elle est angoisse devant le rien, c'est-à-dire devant l'être-au-monde comme tel, devant la possibilité de l'impossibilité qu'est la mort. L'angoisse ne fuit rien de particulier ; elle révèle le Dasein à lui-même dans son inquiétante étrangeté (*Unheimlichkeit*).

Kierkegaard, antérieur, avait déjà posé le *Begrebet Angest* comme vertige devant la liberté elle-même — non devant le serpent, mais devant la possibilité de pouvoir. L'angoisse est l'affect propre à la finitude libre : elle n'a pas d'objet parce que son objet est le rien de la possibilité, non un étant.

4. LECTURE EMPIRIQUE CONTEMPORAINE

Les neurosciences affectives confirment cette bifurcation par des circuits distincts. Le *fear system* (Panksepp, LeDoux) répond à une menace présente, proximale, identifiable — traitement rapide par l'amygdale centrale, réponse de sursaut, comportement de fuite/immobilisation. Le circuit de l'anxiété, lui, engage davantage le noyau du lit de la strie terminale (BNST), impliqué dans les états d'appréhension diffuse, anticipatoire, sans stimulus discriminant. Barlow (*anxious apprehension model*) définit l'anxiété comme un état d'alerte cognitivo-affective orienté vers un futur incertain, avec composante d'hypervigilance et de rumination — donc temporellement projective, contrairement à la peur, réactive et présente.

TABLEAU COMPARATIF

	Objet	Temporalité	Fonction	Position clinique
Jung	Danger reconnu vs complexe autonome	Présent vs intemporel (archétypal)	Adaptation vs signal de rencontre numineuse ratée	Amplifier, symboliser le contenu anxiogène
Freud/Lacan	Étant déterminé vs objet a non médiatisé	Signal anticipatoire vs présentification	Défense du moi vs vérité qui ne trompe pas	Ne pas interpréter l'angoisse, la border
Heidegger/Kierkegaard	Étant intramondain vs le rien/la possibilité	Présent vs structure ontologique permanente	Fuite légitime vs révélation du Dasein	—
Empirique	Stimulus discriminant (amygdale) vs menace diffuse (BNST)	Réactif vs anticipatoire-projectif	Survie immédiate vs hypervigilance chronique	TCC : exposition vs restructuration de l'incertitude

VOIR AUSSI :

LA PHOBIE COMME RESTAURATION ARTIFICIELLE DE LA DISTANCE DÉSIRANTE