

Le développement personnel : un allié ou un danger pour les chrétiens ?

Entretien paru dans
Famille chrétienne
du 28/03/2009, Numéro 1628

Devant ce concept moderne qui abrite des techniques aussi diverses que l'ennéagramme, la caractériologie ou la PNL, les catholiques sont partagés entre crainte et fascination. Le développement personnel est-il un outil pour parvenir à un égoïste bien-être ? Ou bien un instrument qui peut aider à progresser dans la vie spirituelle ? Et la foi ne suffit-elle pas pour se « développer » ?

Les éclaircissements de **Norbert Mallet**, formateur en développement personnel et chercheur en philosophie. Propos recueillis par **Bénédicte Drouin** et **Luc Adrian**.

Famille chrétienne : Développement personnel : le concept est « tendance » et certains - même chez les catholiques - n'ont plus que ce mot à la bouche. Que cache-t-il ?

Norbert Mallet : L'expression est nouvelle, mais la réalité existe depuis toujours. Dans toutes les traditions philosophiques ou religieuses, des personnes, estimées plus sages, ont prodigué des conseils à partir de leur expérience pour aider leurs contemporains à progresser, combattre leurs défauts, devenir plus heureux.

Aujourd'hui, on appelle développement personnel des courants issus de la psychologie contemporaine, qui proposent des pistes pour améliorer nos relations avec les autres, développer un certain nombre de capacités non épanouies, gérer nos émotions, etc.

Cela, hors de toute tradition philosophique ou religieuse ?

C'est l'un des problèmes. La plupart de ces mouvements se sont développés sans une vision de l'homme globale rigoureuse. Par exemple, le massage est un outil de relaxation inscrit dans certaines traditions ; or cette technique s'érige souvent aujourd'hui comme un en-soi, une méthode d'épanouissement qui devient sa propre fin, sous-tendue par une « idéologie » qui considère le bien-être corporel comme la vérité ultime de l'homme. Il manque une vision globale de la personne, l'affirmation d'une vocation de la personne humaine qui la comble et la dépasse en même temps.

Face au développement personnel, les chrétiens paraissent partagés entre la fascination et le rejet ?

Cette fascination se comprend. La plupart des outils proposés « fonctionnent » bien. Ils permettent d'améliorer nos relations, de mieux contrôler les débordements de notre caractère, de dénouer les tensions de notre corps, de mieux « gérer » nos émotions, etc. Un chrétien peut alors légitimement se demander : avec tout cela, ai-je encore besoin

du Christ ? N'est-ce pas contre ma foi que de chercher à améliorer ma vie avec des outils qui ne viennent pas directement de l'Évangile, de l'enseignement du Christ et de l'Église ? D'où cette méfiance, ce rejet, qui me semblent en partie injustifiés.

Le Christ aurait-il suivi un stage de développement personnel ?

C'est une question qu'il faudra lui poser ! Il était « le plus parfait des enfants des hommes » et n'en avait probablement pas besoin... Néanmoins, les trente ans passés à Nazareth et l'éducation reçue de Joseph et de Marie ne concernaient pas seulement l'apprentissage de la torah et l'art de la charpente, mais une certaine façon d'être, de se tenir, de travailler, de vivre avec les autres, de développer ses capacités humaines... L'éducation, c'est, d'une certaine façon, du développement personnel ! Et plus elle est sainte, plus ce développement est parfait.

Peut-on dire que le Christ a fait du « développement personnel » avec ses disciples et les foules qui le suivaient ?

Le Christ ne vient pas « développer », mais sauver. Il a apporté un message de salut et le réalise par sa mort et sa résurrection. Il ne faut pas confondre : devenir saint et faire du développement personnel. Jésus nous apporte un message qui va au delà du bien-être ! Il est venu pour « guérir et sauver tous les hommes ». « Crois-tu au fils de l'homme ? » demande-t-il à l'aveugle-né. Et si Jésus guérit physiquement, dans les Évangiles ou encore aujourd'hui, c'est pour sortir l'homme de son incrédulité, pour ouvrir les cœurs à la présence de Dieu. La guérison est le signe du salut, de l'imminence du Royaume.

Un chrétien peut-il espérer du développement personnel une guérison des blessures ?

Le formateur qui propose une session en soutenant « avec moi, en trois jours, tout sera réglé ! » est un menteur. Le seul à pouvoir proposer une réelle guérison est le Christ. Pour certains, ce sera dès cette terre ; pour tous, assurément, dans l'éternité. Il y a quelque chose d'illusoire à vouloir absolument ici-bas guérir de nos blessures ! En revanche, les connaître peut permettre d'accepter notre existence telle qu'elle est, et de ne pas vivre dans un ressentiment permanent contre ce Dieu qui permet tant de souffrances. C'est là que le développement personnel peut être utile. Il nous permet de pointer du doigt certaines failles de notre histoire, de notre tempérament. Il aide à prendre conscience des mécanismes de défense, de fuite, de survie mis en place – c'est un pas énorme pour s'en libérer. A nous d'apprendre à nous aimer avec ces blessures, et à les présenter au Seigneur pour qu'Il les apaise.

Un exemple concret ?

Je me souviens, lors d'un stage, d'un garçon qui avait d'énormes difficultés relationnelles avec son entourage... La raison : il était dans l'incapacité d'accepter la moindre faiblesse face à lui. Il lui paraissait impossible que des gens « ne soient pas à la hauteur, pas cohérents, aussi fermes et forts que lui ». Et il se retrouvait dans des situations conflictuelles, sans comprendre pourquoi. A la fin de ce stage, il a pris

conscience de sa propre peur – immense – de se trouver en position de faiblesse : celle d'être « attaqué », « anéanti ». La mise en lumière de cette blessure profonde – difficile en soi - lui a permis d'accepter davantage les faiblesses de son entourage, et de l'aimer non en dépit de celles-ci mais avec elles.

Vouloir tout maîtriser, tout régler, tout comprendre de sa vie, n'est-ce pas de l'orgueil ?

En effet, l'orgueil de la maîtrise de soi, de la parfaite connaissance de soi, est un risque constant. De même qu'il y a parfois un orgueil à être chrétien, ou à pratiquer sa foi... Pratiquer est essentiel et magnifique, mais en tirer orgueil en est tout le contraire. L'enjeu c'est d'être honnête avec soi-même, de connaître davantage ses failles, d'apprendre progressivement à les maîtriser, avec un maître-mot : l'humilité. Celle-ci, comme l'union avec le Seigneur, sont deux conditions pour qu'un chrétien profite du développement personnel. Celui-ci peut alors conduire au Christ et non à une recherche de soi.

« Ma grâce te suffit », dit le Seigneur à Saint Paul qui se plaint d'avoir une épine dans la chair. Il ne lui a pas dit : « Je te prescris un stage de développement personnel » ?

C'est vrai que la grâce de Dieu est toute puissante, et qu'elle suffit ! En même temps, saint Augustin affirme : « Dieu qui t'a créé sans toi ne te sauvera pas sans toi ». Il demande notre participation à notre salut parce qu'Il respecte notre liberté. Evagre le Pontique, l'un des Pères du désert les plus connus, souligne qu'une meilleure connaissance et une meilleure maîtrise des « passions de l'âme » – aujourd'hui on parlerait des émotions fondamentales – facilite l'accueil de la grâce de Dieu. Son analyse très fine de la psychologie permet de donner des conseils adaptés pour canaliser ces « passions ». En effet, non maîtrisées, elles peuvent dévorer le cœur humain et empêcher Dieu de « faire en nous sa demeure ».

C'est là qu'intervient le péché ?

Le péché mais aussi les passions. Les pères de l'Eglise orientaux ont beaucoup insisté sur le rôle des passions de l'âme, en distinguant avec sagesse ce qui relève de l'affectivité, des émotions – ces mouvements de la sensibilité – et du péché. Alors que nous les confondons souvent. Par exemple, la colère, la jalousie ou la tristesse sont d'abord des mouvements affectifs – qu'éprouvent également les animaux – : nous ne les choisissons pas, ils s'imposent à nous. Ils sont « instinctifs », et ne deviennent péché que lorsque notre liberté s'y glisse ou s'y complait.

Même s'ils ne sont pas encore des péchés, ils risquent de boucher la voie à la grâce de Dieu. Aujourd'hui, trop de chrétiens ignorent l'importance de la vie psychique : tous les choix seraient, selon eux, des choix moraux et responsables ; or ce n'est pas si simple. Saint Thomas d'Aquin a écrit un remarquable « Traité des passions de l'âme » - d'ailleurs considéré par nombre de psychologues contemporains comme un des textes fondamentaux d'analyse des émotions de l'homme. Le théologien y explique

que ces passions sont des mouvements normaux, spontanés et neutres : ils ne sont ni bien ni mal moralement.

Cette lumière du Moyen-âge sur nous-même, comment l'avons-nous perdue ?

Au Moyen-âge, on a encore une vision unifiée de l'homme, perçu comme un « corps animé ». L'âme n'est pas seulement celle qui prie, mais ce principe organisateur qui donne vie et unité au corps. Progressivement la philosophie va changer ce regard, briser cette unité : Descartes soutient que l'homme n'est qu'une chose qui pense. Il opère une coupure entre l'intelligence et le reste : le corps machine. Nous restons très marqués par ce manque d'unité, ce dualisme qui a étouffé la finesse d'analyse des Pères et de saint Thomas : puisque l'homme n'est qu'une intelligence, tous les mouvements qui émergent à la conscience relèvent de sa liberté, donc du choix, donc – éventuellement - du péché. Tout devient moral, ce qui est faux. Le dualisme a abouti à un moralisme insupportable.

Le développement personnel, en nous faisant nous regarder le nombril, n'accentue-t-il pas nos penchants égocentrés, voire égoïstes ?

« Qu'est ce qu'un égoïste ? C'est quelqu'un qui ne pense pas moi » dit la boutade. Le risque est réel de ne penser qu'à soi, de n'utiliser ces outils que pour servir un égocentrisme total. On retrouve ce risque dans n'importe quelle démarche spirituelle. Interrogez un père abbé : il vous dira qu'un des grands risques de la vie religieuse est de se considérer comme le centre du monde, de ne privilégier que la relation « Dieu et Moi ». C'est le risque de tous les choix de vie – il existe aussi dans le mariage ! – qui implique une grande vigilance.

Et, dans le même temps, il faut s'aimer soi-même ?

Rappelez-vous le commandement du Christ : « Tu aimeras ton prochain comme toi-même ». C'est-à-dire : à la mesure de toi-même. L'amour des autres ne se sépare pas de l'amour de soi. L'autre, comme moi, est une merveille, créée par Dieu. Se mépriser soi-même conduit à mépriser les autres car nous portons un regard faux sur la nature humaine, nous nions que Dieu fait son oeuvre en nous. C'est un manque de charité grave. L'hymne à la Charité de saint Paul est trop souvent interprété que dans la relation aux autres : mais un amour patient, c'est aussi vis-à-vis de soi-même, si nous allons au bout de ce que nous dit le Christ.

Mais la personne que nous avons le plus de mal à aimer au monde, c'est nous-mêmes. Nous voyons nos manques, nous les connaissons intimement et nous avons du mal à les supporter. Apprendre à mieux accepter nos limites, c'est reconnaître que, malgré cela, nous sommes aimables parce qu'aimés par Dieu. Et cela renforce notre amour des autres.

Nous sommes souvent soit dans le rejet de nos talents ou faiblesses, soit dans une satisfaction égocentrée qui nous rend pleins de nous-même. Cette attitude est profondément inscrite en l'homme depuis le péché originel qui nous coupe de la communion avec Dieu et avec les autres. De même que Jean-Baptiste prépare les voies au Seigneur, j'oserais dire que le développement personnel peut préparer les voies du Seigneur dans la mesure où il nous aide à mieux comprendre nos réactions, notre

« manière de fonctionner » qui parfois nous fait souffrir et fait souffrir les autres sans que nous en ayons conscience. Il déblaise la route, il ôte quelques cailloux qui empêchent la grâce du Seigneur d'irriguer notre vie. « La grâce présuppose et perfectionne la nature », affirme Saint Thomas. Nous avons besoin de travailler notre pâte humaine pour que la grâce puisse travailler à son tour.

« La vérité vous rendra libre », dit Jésus dans l'Évangile (Luc 18) ?

Je ne dis pas que le développement personnel donne la vérité ultime de l'homme, ni qu'on doit forcément le pratiquer ; j'affirme seulement qu'un certain nombre de personnes trouvent un bénéfice à accéder à une part de vérité sur eux-mêmes grâce à ce genre d'outil. Le croyant ira plus loin en présentant ses peurs, ses blessures au Seigneur pour qu'il agisse au travers de celles-ci. « C'est dans ma faiblesse que je suis fort » dit saint Paul. A ce titre, la vérité – même partielle sur nous-mêmes que nous donne le développement personnel, contribue à une plus grande vérité sur nous-mêmes.

Existe-t-il un développement personnel chrétien ?

Lorsque le Christ parle du Royaume des Cieux, il parle du levain dans la pâte. Essayez de manger du levain seul... Il prend sa valeur lorsqu'il fait lever la pâte. Il existe un certain nombre d'outils strictement humains - la pâte, avec la farine, de l'eau, du sel...- qui donnent un pain particulièrement savoureux et nourrissant avec le levain chrétien.

A partir du moment où des chercheurs, des psychologues, des philosophes découvrent des choses vraies de l'homme, même indépendamment du christianisme, je ne vois pas pourquoi les chrétiens ne pourraient pas s'approprier cette part de vérité en y ajoutant leur éclairage sur la finalité de l'homme : la vie éternelle. Il n'y a pas d'outils spécifiquement chrétiens, mais il y a une manière spécifiquement chrétienne de les aborder.

Il faut également être vigilant : certains outils ne sont pas compatibles avec une anthropologie chrétienne. Dans ce sens, je préfère parler de développement de la personne, plus que de développement personnel. L'expression « développement personnel » renvoie à une démarche individualiste, le « développement de la personne » inscrit cette démarche dans le sens d'une vocation de l'homme. A ce titre, en faisant référence à l'Évangile, il nous est demandé de faire fructifier nos talents, tous nos talents, pour les remettre au Christ. Et certains outils contemporains peuvent nous y aider.

Quels sont alors les critères de discernement permettant de vérifier si les outils du développement personnels (lire encadré) sont compatibles avec une anthropologie chrétienne ?

Respectent-ils l'unité du corps et de l'âme ? Et la capacité de l'intelligence à saisir le vrai, l'exercice de la liberté comme capacité à choisir, la dimension morale de l'homme – l'idée de bien et de mal ? Laissent-ils place à la vocation au bonheur de l'homme ? A sa transcendance ? Le besoin d'un Salut qui ne vient pas de l'homme mais de Dieu est-il affirmé ? Si ces points fondamentaux ne sont pas respectés, si un

outil devient un absolu, s'il y a un discours relativiste - pas de bien, pas de mal, tout se vaut - alors il faut fuir le groupe et le formateur.

A Lourdes, la Vierge dit à Bernadette : « Je ne te promets pas le bonheur en ce monde mais dans l'autre ». Cette quête de mieux-être attachée au développement personnel n'est-elle pas une tentation de fuir la Croix ?

Remarquez que les Béatitudes évangéliques sont au présent et non au futur. Quand le Christ dit « Heureux les pauvres, le Royaume des cieux est à eux », il dit « est » et non « sera ». Prenons garde à ne pas absolutiser le fait que le seul bonheur soit dans l'éternité. Que son summum soit dans l'éternité, d'accord. Saint Thomas dit même que le bonheur des bonheurs sera la vision béatifique, la vision de Dieu. Mais cela ne supprime pas l'aspiration au bonheur inscrite dans le cœur de chacun. Le bonheur, c'est parvenir à ce pour quoi nous sommes faits. Il nous revient de rechercher, ici-bas, à développer nos talents, à nous épanouir. Refuser cela c'est ignorer l'Incarnation.

La croix, incontournable sur cette terre, ne doit pas nous faire évacuer notre aspiration au bonheur. Et remarquez combien le Christ est attentif au bonheur et au bien être des hommes dans l'Évangile. Jamais Lui, ni l'Église n'ont soutenu qu'il fallait être malheureux pour être chrétien. Ou encore que « plus l'on souffre, plus on est saint ». Simplement, le christianisme nous dit : la croix dans cette vie, ne nous coupe pas de cette vocation éternelle au bonheur. Et même : dans un certain nombre de cas et dans une vocation très particulière - je pense par exemple à Marthe Robin -, l'acceptation au quotidien que la vie soit une croix sera un signe, un témoignage eschatologique que l'homme est fait pour un bonheur qui nous surpasse. Combien de saints ont soulagé la souffrance !

Mère Teresa, par exemple. Or elle se serait esclaffée si on lui avait parlé de développement personnel ?

Sans doute. Peut-être parce que dans toutes les vies saintes, il y a comme une intuition du but du chemin. Les saints ont moins besoin des médiations humaines pour prendre conscience de cette vocation définitive. Les saints sont-ils à admirer dans leur foi en la grâce ou à imiter en tout ? Le Christ aurait pu se passer des cinq pains et des deux poissons pour nourrir la foule ; mais Il a eu recours à ces médiations humaines. C'est un peu ce que l'on fait dans une approche chrétienne du développement personnel. On arrive avec nos cinq pains et nos deux poissons, et ils sont multipliés par la grâce.

Nous n'avons pas tous besoin d'avoir recours à des outils de développement personnel ; en revanche, nous avons tous besoin de faire du développement personnel. Et pour cela, nous avons autour de nous des gens extraordinaires : notre conjoint, nos parents, nos enfants, nos collègues, notre supérieur... Ils viennent nous rappeler à l'ordre sur un certain nombre de dimensions humaines. « Pour apprendre à bien se connaître, nous avons besoin d'un ami » dit Aristote. Nous avons besoin de quelqu'un pour identifier nos points à améliorer. Et de temps en temps, certains outils ou l'amitié d'un formateur peuvent proposer des clés de lecture pour progresser plus rapidement.

Y a-t-il des saints qui ont recouru au développement personnel ?

Pas sous ce vocable, mais de nombreux saints ont proposé des conseils très incarnés en plus de leur enseignement spirituel : de saint Benoît, avec sa Règle, à saint François de Sales en passant par saint Thomas d'Aquin, dont l'enseignement dans le *Traité des passions et les Questions disputées* sur les vertus est extrêmement concret. Plus proches de nous : saint Escriva de Balaguer dans « *Chemin* », ou Jean-Paul 1^{er} dans un petit livre présentant les différents types de caractère avec des conseils moraux pour le quotidien.

Quelle distinction faites-vous entre un thérapeute, un coach et un accompagnateur spirituel ?

Le thérapeute utilise une approche professionnelle pour accompagner un malade ou aider à l'équilibre d'une personnalité. Le coach accompagne une personne pour l'aider à traverser un moment difficile de sa vie professionnelle ou familiale.

Quant à l'accompagnateur spirituel, longtemps appelé « directeur spirituel » : ayant l'intelligence des choses, il aide à relire certains aspects de notre vie pour essayer de la remettre dans sa finalité ultime et sous son éclairage fondamental. Les échanges tournent autour des choix fondamentaux de notre vie, de notre relation à Dieu, mais aussi de la vie quotidienne - l'énerverment quand je me réveille, ce collègue que je supporte plus...- en l'enracinant dans la prière, la quête de Dieu, le recours au sacrement...

Dans le fond, de quoi avons-nous vraiment besoin pour être chrétien ?

De faire l'expérience de la paternité, de nous jeter dans les bras du Père, de goûter sa tendresse. On ne peut pas être chrétien sans faire l'expérience de l'enfant prodigue. Pour marcher vers la sainteté, je n'ai pas besoin nécessairement d'un formateur ou d'un psychologue, mais d'être accompagné, pour m'aider à mieux comprendre ce que je vis, à discerner les appels et la volonté de Dieu. Et le Seigneur nous rejoint aussi par des médiations humaines, par des intermédiaires mis sur notre route, parfois alors que nous ne les attendions pas. Cela nous permet de vivre pleinement notre incarnation, de prendre nos responsabilités dans l'humilité. Vous connaissez peut-être l'histoire de l'homme qui se retrouve sur un rocher en pleine mer alors que la mer monte et qui crie au secours : « Jésus, Jésus, sauve-moi ! ». Un homme nage vers lui avec un gilet, il l'éconduit. Puis un bateau arrive, des mains se tendent, il les refuse.

« Non Jésus, Jésus, sauve moi ! ». Un hélicoptère s'approche. Même réaction. Finalement la mer recouvre le rocher et l'homme meurt. Au Ciel, il questionne le Christ : « Je t'ai supplié, pourquoi ne m'as-tu pas sauvé ? » - « De quoi te plains-tu ? » répond Jésus. Je t'ai envoyé un sauveteur, un bateau et un hélicoptère ! ».

Comment articuler le spirituel et le psychologique ? Les deux sont liés tout en étant distincts ?

La dimension spirituelle parle de notre vocation, de notre salut, de notre humanité appelée au bonheur et nous enracine dans un regard d'éternité. La dimension psychologique parle du fonctionnement de notre nature, de la manière usuelle dont l'homme peut réagir face aux événements, de notre nature malade, des blessures

douloureuses qui ont émaillées notre vie et laissé des traces qui parfois nous handicapent. Cela ne veut pas dire que le recours à la psychologie guérisse systématiquement cette nature blessée. Mais elle nous aide à ne plus absolutiser nos blessures, à les comprendre. Notre regard est alors plus apte, plus libre pour accéder au spirituel. La dimension spirituelle montre l'horizon, et la dimension psychologique nettoie nos lunettes.

Il ne faut pas mélanger les deux plans ?

Surtout pas ! Or la confusion des genres est un risque majeur. Comme le spirituel et le psychologique sont deux plans différents d'une même réalité, l'homme, l'un prendra le pas sur l'autre : ou l'on croira que le spirituel guérit systématiquement tout le psychologique, ou l'on croira que le psychologique se suffit à lui-même.

Le second risque c'est la séparation totale entre les deux plans : d'un côté il y a Dieu, de l'autre le psy. Le problème c'est que le psy risque de devenir, dans son registre, le Dieu de l'homme, celui qui sauve. Et je vais finir par croire que le Dieu que je rencontre dans la dimension spirituelle est étranger à ma nature blessée. Je vais finir par penser que le seul qui me rejoint, c'est mon psy. C'est faux. Celui qui par excellence me rejoint dans mes blessures c'est mon Dieu qui est mort sur la croix. Une médiation humaine pour mieux comprendre nos difficultés peut-être nécessaire, mais ne nous faisons pas d'illusion : le psy ne nous y rejoindra jamais.

Un autre risque d'une psychologie sans Dieu est qu'elle se trompe sur la racine des blessures : c'est par le péché que la mort est entrée dans le monde. Se couper de l'explication de l'origine de nos blessures, c'est risquer de perdre le sens de notre guérison.

Pour un chrétien, une autre raison de se méfier du développement personnel c'est sa récupération par le Nouvel Age ?

Le Nouvel Age est la manifestation contemporaine d'une réalité très ancienne : la gnose. Elle est une prétention de l'homme à se sauver lui-même, à partir d'une sagesse réservée à une élite d'initiés. Tout au long de l'histoire, se sont succédées des manifestations de celle-ci. La gnose pré-chrétienne, par exemple, s'est beaucoup nourrie de la mythologie grecque ; la gnose de l'antiquité chrétienne s'est nourrie de l'évangile selon St Jean ; la gnose du Moyen-âge, avec les Cathares et les Albigeois, sous couvert d'appel à la perfection, récupère les règles de la vie monastique. La gnose actuelle se nourrit de la quête d'absolu au cœur de tout homme, et du vide spirituel. Ainsi le Nouvel Age fait feu de tout bois, utilise ce qui peut nourrir cette quête, mais d'une manière cryptée, purement humaine, et factice. Il propose de sortir de l'ère chrétienne pour aller vers le règne de l'Harmonie universelle. Effectivement le développement personnel a été beaucoup investi par le Nouvel Age. La prudence s'impose, donc. Mais raison de plus pour que les chrétiens ne désertent pas ces territoires.

Vous pensez que le développement personnel a besoin du christianisme ?

Absolument ! Il a besoin du christianisme pour sortir de lui, pour recevoir la finalité ultime de l'homme, sa vocation profonde. Sans cela, il peut être dangereux. Les différents outils sont des pierres d'attente, des moyens. Si on les coupe de cette finalité, on fait de l'homme un absolu. Or comme tel, il n'est pas un absolu, c'est un être aimé, appelé à rejoindre le Dieu amour. Durant deux ans, j'ai suivi un cycle de formation au développement personnel. Nous étions une promotion de quarante. Il y avait parmi nous une psychologue, athée, d'une très grande valeur humaine, remarquable d'attention aux autres. A la fin de notre cursus, au moment de prendre la parole au tour de table conclusif, cette femme s'écroule en sanglots et confie : « Cela fait deux ans qu'on travaille, je sens que j'ai progressé, mais j'ai l'impression que cela n'aboutit à rien, qu'il n'y a que du vide derrière tout ça ! Dans le fond, à quoi ça sert ? » Elle avait touché une vérité très profonde : le développement personnel, sans une vision globale de l'homme qui livre sa finalité ultime, ne sert à rien. Cela peut aboutir à une amélioration des relations interpersonnelles, - c'est déjà bien – mais cela ne suffit pas à donner du sens à un être en quête d'absolu.

L'ennéagramme, est-ce le diable ?

Parmi tous les outils de développement personnel en vogue, l'ennéagramme semble un peu à part, à la fois dans les préventions qu'il suscite que dans son fonctionnement. Les préventions viennent souvent de ses origines historiques imprécises : ses détracteurs soulignent qu'il provient en partie de traditions de la mystique soufie, et que les premiers à l'avoir utilisé en occident ont été des mouvements sectaires, issus du New Age, dans les années 1950. En revanche, d'autres soulignent que son principe de base est le même que l'on retrouve chez les Pères du Désert, mais également chez Aristote dans son Ethique à Eudème : chacun possède son propre caractère, marqué par une émotion dominante qui brouille notre perception du monde et notre liberté morale. Mieux connaître cette émotion de base, en comprendre l'origine, permet de découvrir la vertu qui me sera particulièrement adaptée dans mon chemin de sainteté.

Neuf familles de caractères sont proposées par l'ennéagramme. A titre d'exemple, pour une de ces familles, la passion dominante est une colère rentrée ou ressentiment à l'égard de l'imperfection, et ce parce que ces personnes sont particulièrement concernées et douées pour améliorer, tendre vers la perfection...

Insuffisamment maîtrisée, cette passion, qui est neutre en tant que telle, peut être source de grande souffrance pour soi et l'entourage. Habitée par la vertu de sérénité, elle permet de rappeler avec douceur la vocation au bien...

Depuis 60 ans environ, une transmission chrétienne de cet outil existe, et plusieurs ouvrages écrits par des prêtres en soulignent la pertinence pour préparer et favoriser la vie spirituelle et morale. Il s'agit donc, comme en toute de chose, de discerner dans quelle optique s'inscrit le formateur et l'organisme dans lequel il travaille. Rappelons d'ailleurs que ce même discernement vaut pour tous les outils actuels de développement personnel.