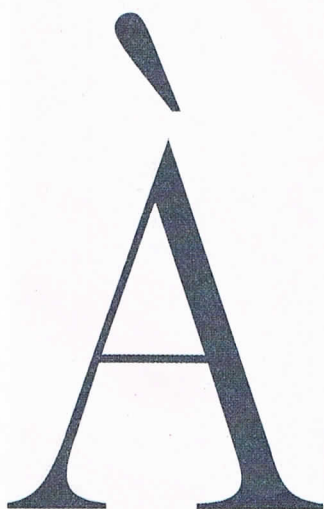


Vers une psychologie spirituelle

Eaux profondes

A sa surface, la mer est soumise aux aléas climatiques, mais dans les fonds marins règnent l'immuabilité et l'éternité. Nous, les être humains, n'avons-nous pas aussi nos eaux de surface et nos eaux profondes ? Bien sûr, nous sommes en partie pétris par l'époque, la société, la famille dans lesquelles nous vivons. Bien

sûr, nous traversons des moments tumultueux et des moments paisibles. Mais pour autant, sommes-nous seulement notre biographie ? N'y a-t-il pas une partie de nous « enracinée dans une réalité plus profonde¹ », qui échappe aux contingences et à tous les conditionnements extérieurs ? De nombreux penseurs² reconnaissent ainsi chez l'être humain deux pôles : un être existentiel et un être essentiel, un moi social et un moi fondamental. La découverte de cette distinction – qui est aussi la reconnaissance d'une dimension spirituelle chez l'être humain – a été à l'origine de la refonte complète de mon approche thérapeutique. Pourquoi ?

Tout d'abord, parce qu'elle a totalement renouvelé ma compréhension du malaise de notre civilisation. À notre époque moderne, « la "personne profonde", insaisissable par le rationnel, n'est plus prise en considération³ », écrivait Karlfried Graf Dürckheim. Nous nous retrouvons donc coupés de notre être essentiel et enfermés dans

notre moi social, auquel nous nous identifions tout entiers. La principale source de maladie et de mal-être ne serait-elle pas relative à cette amputation, et à l'étouffement de nos potentialités profondes qui en résulte ? Notre « moi » souffre-t-il de n'être pas « maître dans sa propre maison », comme le diagnostiquait Freud ? Ou bien, plus gravement, de vivre confiné dans une seule pièce, celle du bas (la maison étant notre âme, et la pièce du bas, le petit ego ou la conscience ordinaire) ?

Ensuite, parce que cette distinction indique une voie de guérison. La reconnaissance de ces deux pôles – existentiel et essentiel, physique et métaphysique, matériel et spirituel – ouvre la question de leur juste relation. Lorsque nous nous intégrons parfaitement à la société au détriment de nos aspirations profondes, nous avons tout pour être heureux, mais demeurons toujours, au fond de nous, insatisfaits. À l'inverse, si nous connaissons de grands moments d'inspiration, mais échouons à leur donner une forme dans le monde, une expression matérielle, nous ne pourrions ni les cultiver ni les rendre féconds. Dans les deux cas – que le moi social écrase le moi profond

ou que le moi profond s'abstraie du moi social – ne sommes-nous pas boiteux, et menacés de trébucher chaque fois que notre vie tangué ? Peut-on trouver l'équilibre vital sans prendre appui sur ses deux pieds ? Dès lors, les thérapies que je propose visent à aider chaque personne à embrasser sa totalité, c'est-à-dire à s'ancrer dans son être essentiel et à effectuer les choix professionnels et personnels qui lui seront le plus fidèles possibles. Que le moi profond inspire le moi social, et que le moi social incarne le moi profond, n'est-ce pas la juste relation avec nous-mêmes ?

1. Dans *L'Esprit guide, entretiens avec Karlfried Dürckheim* de Franz Woerly (Albin Michel).

2. Henri Bergson, Karlfried Graf Dürckheim, Carl Gustav Jung, Annick de Souza, etc.

3. Dans *L'Homme et sa double origine* de Karlfried Graf Dürckheim (Albin Michel).

**INÈS WEBER**

La psychologue clinicienne, cofondatrice avec le philosophe Abdenour Bidar du Sésame, centre de culture spirituelle, nous explique comment concilier la pratique thérapeutique et notre besoin de sens.