

Ennéagramme, caractère et névrose

Structure psychologique des ennéatypes

Une vision intégrative

Un livre de Claudio Naranjo paru chez InterEditions

Commentaires sur un livre de Claudio Naranjo proposant une vision intégrative particulièrement intéressantes entre les traditions spirituelles, les psychanalyses, les psychothérapies et la méditation.

Vous vous en doutez, le plus important est le 2^{ème} sous-titre : **une vision intégrative**. Effectivement, ce livre est essentiel pour tous ceux qui s'intéressent à la vision intégrative en psychothérapie, et si l'intégration peut être définie comme l'art de relier et d'unifier ce qui est différent, alors, il s'agit bien ici d'un propos unificateur de haute volée, reliant plusieurs disciplines "psy" qui d'ordinaire se séparent et se différencient dans des querelles absurdes, inutiles et risibles – pour ne citer que la psychiatrie via le *DSM-IV*, les psychanalyses, les psychothérapies humanistes, la thérapie transpersonnelle autour de la méditation, sans parler de la référence constante aux plus anciennes traditions spirituelles.

UNE VISION GLOBALE DE LA VIE, D'ORIGINE SPIRITUELLE, EMPRUNTÉE AUX GRANDES TRADITIONS

Claudio Naranjo commence par insister sur cette vision qui sous-tend l'ennéagramme : à l'origine de notre venue sur cette terre, comme une loi implacable de l'incarnation humaine, il y a **une distorsion première de l'être**, nous séparant de notre essence, nous privant de notre plénitude, nous égarant de notre finalité essentielle, nous confisquant la lumière de la Conscience, pour nous plonger **dans un obscurcissement ontologique angoissant**.

Cette distorsion, cette séparation, cet exil du "paradis perdu" amènent avec eux le cortège des souffrances individuelles et collectives, auxquelles personne ne peut échapper, dès sa naissance, comme dans un "éternel retour".

C'est comme une **"Involution" nécessaire** qui marque implacablement notre incarnation, et entraîne soit les régressions psychiques catastrophiques que nous connaissons tous au niveau individuel et collectif, qui ont marqué l'histoire humaine de ses tragédies récurrentes, soit **un courageux chemin d'Évolution** qui passe par **un exigeant travail sur soi-même**, afin de retrouver cette plénitude d'être par l'émergence progressive de la Conscience.

Cette voie d'évolution est proposée depuis la nuit des temps par toutes les grandes traditions spirituelles, et plus récemment, les principales disciplines psychothérapeutiques depuis la psychanalyse freudienne ont amené leur contribution à cet exigeant travail sur soi **pour sortir de l'inconscience humaine**.

Ce livre de Claudio Naranjo se situe au cœur de ce chemin d'évolution en tentant l'intégration entre cette vision de l'ennéagramme venant des grandes traditions spirituelles et les psychothérapies modernes.

Dans la droite ligne des grandes traditions, avec comme divulgateurs au 20^e siècle **Georges Gurdjieff** en France et **Oscar Ichazo** au Chili, deux maîtres de la tradition soufie – un courant mystique et ésotérique de l'islam –, Naranjo explicite les **neuf manières fondamentales de répondre à cette souffrance première**, les neuf formes de défense, les **neuf passions** – selon le sens originel du mot – qui sont neuf focalisations premières et restrictives du regard sur le monde, ou neuf illusions premières pour compenser ce déficit d'être originel.

Dans son livre, il les appelle les **neuf types ou ennéatypes**, qui correspondent à **neuf personnalités ou caractères de base**, avec une première intégration faisant référence à la tradition religieuse, en particulier le christianisme avec ses péchés capitaux ; Naranjo nomme ainsi les ennéatypes : **1-la Colère, 2-l'Orgueil, 3-la Vanité, 4-l'Envie, 5-l'Avarice, 6-la Peur, 7-la Gourmandise, 8-la Luxure, 9-l'Indolence**. Pour avoir des informations complémentaires sur ces neuf types, voir l'interview d'Eric Salmon paru dans *Santé intégrative* n°21⁽¹⁾.





Les aspects principaux du type III : le culte de l'image, de l'apparence, du paraître au détriment de l'être.

L'INTÉGRATION AVEC LA PSYCHIATRIE ET LES PSYCHOTHÉRAPIES

C'est l'énorme travail intégratif de Naranjo dans ce livre. Il s'agit pour chaque type de mettre en lien les profils de personnalités venant de la tradition avec la psychopathologie (en particulier le DSM-IV), les différentes psychanalyses, les psychothérapies humanistes et psychodynamiques, et même l'homéopathie avec son système caractérologique. Tous les grands noms des psychanalyses et des psychothérapies du 20^e siècle défilent, citations à l'appui, pour illustrer et approfondir les neuf caractères de l'ennéagramme. Pour donner une idée de ce travail d'intégration, je vous propose de résumer les propos de l'auteur au sujet d'un ennéatype, le **type III**, choisi pour sa fréquence dans le monde actuel :

Le type III : vanité, inauthenticité et orientation mercantiliste

Ce titre choisi par Naranjo est déjà en lui-même intégratif, car il met en relation un péché de la tradition chrétienne, une notion clé de la philosophie existentialiste et une référence sociale

Vient ensuite une introduction personnelle décrivant les aspects principaux du type : **le culte de l'image, de l'apparence, du paraître au détriment de l'être**, la superficialité, le désir de plaire à tout prix et d'attirer l'attention, la **recherche du succès et de l'efficacité** selon les canons à la mode, une neutralité et un **contrôle des émotions** qui peuvent confiner au vide émotionnel. Naranjo note ensuite que cette personnalité est la seule non décrite dans le DSM-IV « *peut-être du fait qu'elle représente la personnalité lambda de la société américaine depuis les années 20* ». On pourrait ajouter que cette personnalité a contaminé le monde entier, en particulier la vieille Europe et tous les continents, tellement l'image médiatique du succès matériel dans la société néolibérale de l'hyperconsommation a franchi toutes les frontières.

Naranjo a fait dans ce livre un énorme travail intégratif

C'est souvent aussi une personnalité contente d'elle-même et de son succès social, **Erich Fromm**, psychanalyste social, parle d'une personnalité à **orientation mercantiliste**, « *dont la préoccupation essentielle est de se présenter au mieux sur le marché de la personnalité* ». **Karen Horney** parle d'une personnalité **narcissique** au sens d'être amoureux de l'image idéalisée de soi-même, avec optimisme, confiance en soi, charme de l'éternelle jeunesse, sentiment d'excellence, etc. En relation avec la typologie bioénergétique de **Lowen**, le type III correspond au "rigide". Il consulte pour ses problèmes amoureux ou sexuels, car il ne sait pas aimer vraiment et reconnaître le langage de ses émotions ; l'**analyse transactionnelle** parle du scénario de la "femme en plastique", dont la beauté superficielle tourne avec l'âge à la dépression. Dans le même ordre d'idée, **Kernberg** parle de **personnalité hystérique** dans l'inconstance émotionnelle et les difficultés sexuelles. Chez **Jung**,

ce type est à rapprocher d'un extraverti avec sensualité et raisonnement bien développé, il correspond aussi au caractère **ESTP** (Extraverti, Sensoriel, Intellectuel (thinking) et Perceptif) développé par **Kersey et Bates** : « *les ESTP sont d'impitoyables pragmatiques et savent trouver les fins qui justifient tous les moyens* ». En **homéopathie**, le III serait associé au **Phosphorus** décrit de manière poétique par Catherine R. Coulter : « *tous ceux qui ont voyagé de nuit sur l'océan ont vu les particules du scintillant Phosphorus mêlées à l'écume ou brillant dans la houle. Cet élément virevoltant capte l'attention, comme l'individu Phosphorus capte le regard...* ». Ensuite Claudio Naranjo, après avoir développé les principaux traits de caractère du type III, analyse les mécanismes de défense de ce type autour de l'**identification excessive**



La méditation permet l'émergence d'une conscience capable de réintégrer la plénitude de l'être.

aux attentes des autres, et d'abord à celles des figures parentales et à **la négation de ce qui est sa vérité intérieure**. Suivent quelques observations étiologiques, avant de terminer par quelques préconisations, dont la plus importante et la plus difficile pour ce type est **la méditation** : « Dans sa frénétique agitation en quête de succès, de statut ou d'approbation, l'ennéatype III paraît se répéter à lui-même l'injonction typiquement américaine : "ne reste pas ici à ne rien faire, fais quelque chose". Voilà pourquoi, il a besoin qu'on lui dise : "**Ne fais rien, arrête-toi là**". » Cette conclusion est un exemple du caractère dynamique et transformateur de la typologie de Naranjo, à l'opposé des typologies statiques et enfermantes, il s'agit au delà de la prise de conscience du caractère névrotique de sa personnalité de base, de chercher aussi les moyens de se guérir. C'est d'ailleurs le propos de la conclusion du livre :

SUGGESTIONS POUR CONTINUER LE TRAVAIL SUR SOI-MÊME

C'est une partie trop courte, mais elle est très intéressante. La première idée d'importance, c'est que le travail sur soi-même ne passe pas obligatoirement par la relation à un thérapeute. Cette voie de l'ennéagramme encourage **l'autodiagnostic ou l'autoanalyse** comme une possibilité de transformation de soi-même à part entière. Cela est en droite ligne du "connais-toi toi-même" socratique et de l'avis d'une psychanalyste américaine, **Karen Horney**, à laquelle le livre est dédié, qui s'est op-

posée à l'autoritarisme et à la mainmise institutionnelle de la psychanalyse sur le travail intérieur. Cela va aussi dans le sens de la "**protoanalyse**" d'Oscar Ichazo se servant de l'ennéagramme comme analyse préliminaire de soi-même, point de départ du chemin de l'évolution et de la transformation : « *qui-conque reconnaît pleinement l'état d'esclavage psychologique dans lequel l'enferment les passions, sentira un désir de libération, amplifié par l'intuition d'une liberté spirituelle.* »

Pour renforcer cette « intuition de liberté spirituelle » Naranjo aborde alors la pratique de la méditation comme un prolongement ou même une antidote à la posture purement analytique, préconisée par l'étude de l'ennéagramme. Il s'agit d'encourager l'observation de soi-même, de cultiver le témoin neutre, impartial, distancié, centré. **La pratique de la méditation "vipassana"**, qui s'apparente à ce qui s'appelle actuellement, d'un terme à la mode, **la pleine conscience**, est soulignée par l'auteur et constitue une intégration supplémentaire et essentielle de sa vision : « *la combinaison de l'étude de soi et de la méditation a été l'une des constantes de mon travail, et la conséquence naturelle de l'enseignement que j'ai reçu tant dans le bouddhisme que dans la quatrième voie.* »

Non seulement cette méditation permet l'émergence du **témoin intérieur** capable de se distancier de la personnalité restrictive, mais elle permet l'émergence d'**une conscience capable de réintégrer la plénitude de l'être**, de revenir à la Source en amont de l'involution du caractère illusoire. De plus, cette expérience méditative de la plénitude permet l'apparition du champ de tous les possibles, afin de trouver les **ressources adéquates** à la distorsion de chaque ennéatype – on dirait dans le langage de la tradition chrétienne **la réappropriation des vertus** – afin d'intégrer harmonieusement le passage de la souffrance à sa libération.

Domage que cette partie soit trop courte et laisse le lecteur un peu sur sa faim. En fait, elle est annonciatrice d'un deuxième livre, que Naranjo n'a pas encore écrit et qui semble nécessaire, tellement ce préliminaire du travail sur soi-même qu'est l'ennéagramme, a besoin d'une suite pour ne pas en rester à une approche seulement mentale et intellectuelle, à une analyse de plus, dont on sait les limites, quand elle n'est pas intégrée à d'autres approches, dans d'autres dimensions.

En attendant, ce livre est à conseiller non seulement pour tous les thérapeutes qui sont engagés dans la relation d'aide et sont sensibles à la vision intégrative, mais aussi pour tout un chacun, quand la curiosité intellectuelle et le désir d'évolution personnelle sont au poste de commande. Ce livre peut être un premier pas important dans la connaissance de soi-même, aux antipodes de la mode actuelle des vulgarisations trop faciles et des thérapies trop brèves.

(1) visible sur mon site internet : <http://www.psychotherapie-integrative.com/uploads/file/enneagramme-eric-salmon-les-neuf-bases.pdf>