

Que puis-je apporter au monde ?

Nous avons parfois des difficultés à comprendre quelle pierre nous pouvons ajouter à l'édifice de l'humanité. L'ennéagramme est un outil de connaissance de soi qui permet de mieux se comprendre et mieux aimer. Nous avons suivi un stage de formation à cette approche. Récit.

Sous un grand soleil printanier, j'arrive au Couvent des carmes d'Avon, près de Fontainebleau en Seine-et-Marne. C'est ici que je retrouve les 25 autres stagiaires – âgés de 21 ans à la soixantaine –, d'un module de formation à l'ennéagramme. Il est proposé par Valérie et François Maillot, certifiés depuis dix ans par le CEE (Centre d'études de l'ennéagramme).

Après un temps de café-croissants, les formateurs nous préviennent : ils ne vont pas nous dire qui nous sommes, ils ne sont que « des passeurs qui donnent une carte et une boussole ». En effet, il n'y a que la personne concernée qui puisse dire de quelle « base » de l'ennéagramme elle est, même s'il est tentant de le faire à propos des autres.

Mais de quoi parle-t-on ? L'ennéagramme, dont le nom signifie « figure à 9 points », est une cartographie de 9 types de personnalités. En très résumé, on pourrait dire que la personne de base 1 est perfectionniste, la 2 altruiste,

L'ennéagramme aurait été élaboré de manière empirique, grâce à l'observation, et transmis par voie orale. D'autres études typologiques existent depuis longtemps, par exemple dans le *Traité du moine d'Évagre le Pontique*, où celui-ci répertorie différents caractères. À la fin des années 1960, le psychiatre américain Claudio Naranjo transmet l'ennéagramme à des jésuites, qui rompent avec la tradition orale. Valérie et François Maillot affirment que les 9 bases de l'ennéagramme sont réparties de manière à peu près équitable chez les humains – hommes et femmes mélangés –, afin que tous les besoins soient pris en compte, puisque chacun apporte son talent propre.



© Élise Tablé

la 3 battante, la 4 tragico-romantique, la 5 observatrice, la 6 prudente, la 7 hédoniste, la 8 protectrice et la 9 conciliatrice (on peut lire un descriptif de ces types dans notre article de Zélie n°7, « [Grandir avec l'ennéagramme](#) »).

« Nous n'avons pas tous la même manière de voir les choses, expliquent les formateurs. Le regard de l'autre va compléter le mien. De la même manière, l'être humain est naturellement attiré vers le bien – comme le disent Aristote et saint Thomas d'Aquin –, mais la voie d'accès de chacun vers celui-ci est limitée, ainsi qu'on ne peut monter vers une montagne que par un versant. »

Même si l'ennéagramme a ainsi été repris dans le monde chrétien, Valérie et François Maillot soulignent que cet outil concerne uniquement la dimension psychique, et non pas spirituelle : « Ce n'est pas un moyen de salut. Au mieux, cela peut lever certains obstacles psychologiques au salut. En aucun cas, il ne s'y substitue. »

Quand j'avais 20 ans, une amie m'avait proposé de lire *L'Ennéagramme* (DDB), écrit notamment par le jésuite américain Patrick O'Leary. Je m'étais rapidement reconnue dans la base (ou le type) 5 : un profil observateur et solitaire, qui a le don d'engranger des connaissances.

Au fil des deux jours, diverses voies m'aident à mieux connaître ma base. À commencer par un exercice suggéré par les formateurs : demander à un ou deux proches, avant le week-end, quels adjectifs me caractérisent selon eux. J'ai également lu des paragraphes décrivant des bases, et noté ceux qui se rapprochaient le plus de moi. Sans conteste, j'ai souligné celui qui décrit en réalité la base 5.

Lors de la formation, nous sommes invités à partager en petits groupes sur des questions (« *Quand je sors de mes gonds, c'est pour quelle raison et cela ressemble à quoi, par exemple ?* »). Autre approche pour entrer en contact avec son intériorité : réaliser son blason. J'ai été invitée à dessiner « *Qui suis-je ?* » (j'ai tracé une plume, de l'encre et Dieu), en-dessous « *Comment l'autre me perçoit ?* » (j'ai choisi une rivière tranquille qui s'adapte à ses rives), à gauche « *Ce qui m'agace* » (une grenouille qui se gonfle d'orgueil), au-dessus un dessin libre (un intérieur joli et douillet) et en haut, ma devise (« *Amour et Vérité* »). En présentant ce blason au demi-groupe du stage, les autres participants peuvent dire des mots que leur inspire celui-ci.

Voir des vidéos de témoignages de personnes des 9 bases – initialement filmées par les formateurs – permet de voir si tel ou tel profil rencontre un écho en nous. Valérie et François Maillot font également des hypothèses sur des saints ou sur des personnages de la Bible, notamment à partir de *Bible et ennéagramme* de Rémi de Roo : saint Jean-Baptiste serait de base 1 (perfectionniste) puisqu'il veut aplanir les chemins du Seigneur, Mère Teresa de base 2 (altruiste), le roi David 3 (vainqueur), Marie-Madeleine 4 (tragico-romantique)... Au fil du week-end, les participants disent là où ils en sont dans l'identification de leur base : « *Je pense être 8 mais la base 4 me parle aussi* », « *Je ne sais pas, car telle base, c'est mon père et je ne veux pas être comme mon père* », « *Quand je vois le témoignage de la base 3, je me retrouve dans tout ce qu'elle dit sauf dans telle chose* », « *Je pense être 7 car je suis beaucoup dans le mental* »...

En effet, selon l'approche de l'ennéagramme, telle base privilégie un centre d'intelligence, une émotion dominante et un rapport à un temps particulier. Par exemple, les bases 5, 6, et 7 ont un centre intelligence mental (davantage qu'émotionnel, ou instinctif), avec la peur pour émotion dominante ; elles sont tournées vers le futur.

Le processus de l'ennéagramme est le suivant, comme l'expliquent les formateurs : nous naissons avec une orientation positive (par exemple, pour la base 7, c'est l'enthousiasme) ; puis il y a un « bug », une blessure qui cristallise cette base autour d'un événement douloureux, qui va se rejouer régulièrement selon un mécanisme de défense. Par exemple, un enfant de base 7 est un jour enfermé dans sa chambre, car il dormait et ses parents sont sortis faire une course ; il voudra désormais éviter à tout prix l'enfermement et pourra être volatile. « *À 20 ans, le psychisme est obligé de tout mettre en œuvre pour prendre la place, et c'est souvent à cet âge que la base de l'ennéagramme est la plus exacerbée*, expliquent Valérie et François Maillot. *À 40 ou 50 ans, je vois que mon système enfermant a des limites.* »

En découvrant sa base de l'ennéagramme, la personne comprend mieux qui elle est, quel est son don au départ et peut découvrir sa vertu propre, c'est-à-dire ce qu'elle va travailler pour l'offrir au monde. Ainsi, la base 1, qui apporte spontanément un désir d'amélioration – au risque de devenir parfois contrôlant et maniaque –, va travailler la vertu de sérénité. Pour moi qui suis de base 5, je vais être invitée à développer particulièrement la vertu de générosité, pour ne pas retenir mes connaissances.

Tout au long du week-end, et en discutant avec les participants, demeure cette question : n'est-il pas un peu réducteur de faire entrer l'humanité dans 9 cases ? Il est vrai que chacun reste singulier et que l'ennéagramme est un outil au service de la personne, et non l'inverse. On nous explique aussi les « ailes », c'est-à-dire les bases à côté de son chiffre. Par exemple, pour moi qui suis 5, il y a le 4 et le 6 : a priori, l'un des deux – pour moi, le 6 – me correspond bien, car je suis très prudente ; et le 4, qui est celle du tragico-romantique, serait a priori mon « ombre », l'aile que je dois davantage investir : en effet, comme je l'exprimais dans le blason, je déteste le fait de se mettre en avant, mais c'est peut-être aussi parce que je ne me l'autorise pas suffisamment. On prendra aussi en compte les flèches, qui sur le schéma de l'ennéagramme indiquent



© Élise Tablé

des ressources supplémentaires pour la personne, ainsi que les sous-types : « survie », tête-à-tête ou groupe. Mais cela nous le verrons peut-être dans le troisième module, un autre week-end.

Pendant ces deux jours de formation, dans une ambiance bienveillante où chacun a pu s'exprimer sur sa redécouverte de lui-même à l'aune de l'ennéagramme, j'ai compris plusieurs choses. D'abord, j'ai mieux saisi l'une des raisons pour laquelle tous les enfants ne réagissent pas de la même manière à un événement parfois anodin en apparence. Un enfant de base 2 – altruiste en recherche de reconnaissance – souffrira beaucoup d'un regard indifférent de ses parents, quand un autre n'en sera pas affecté.

Redécouvrir ma base a permis de mettre des mots sur certaines expériences plus ou moins conscientes. En base 5, la personne a besoin de se retrouver régulièrement seule pour entrer en contact avec ses émotions ; voilà pourquoi au bout d'une journée en groupe, je dois faire un effort accru pour parler avec les autres. Ensuite, une de mes flèches correspond au 8, la base de la personne ayant une autorité naturelle : le fait de le savoir me donne plus d'assurance et renforce ma confiance en moi. Enfin, je perçois pourquoi j'aime tant mon métier et ne le changerais pour rien au monde : parce qu'il correspond justement à ma base 5 aboutie – qui permet de transmettre la connaissance –, et donc à ma mission de vie.

On pourrait se dire que, quand bien même l'ennéagramme ne serait que pure invention – même s'il est troublant de se reconnaître à 100 % dans une base, comme cela a été mon cas –, cela apporte un cheminement personnel. Quels sont mes talents ? En quoi les autres sont-ils différents de moi et comment puis-je ainsi mieux les accepter et les aimer tels qu'ils sont ? Qu'est-ce qu'ils peuvent apporter, à moi et au monde ? Comment puis-je progresser, d'une part en me faisant accompagner d'une manière ou d'une autre, d'autre part en cultivant l'équilibre entre les trois centres d'intelligence ? Ainsi, moi qui suis très « mentale », je peux davantage écouter mon cœur et mon corps.

Faisons un pont avec la vie spirituelle, en lisant sainte Thérèse d'Avila dans les *Demeures* : « *Dieu fait à l'âme une grande miséricorde lorsqu'il lui permet de se connaître* ».

Élise Tablé