

## REPORTAGE D'UNE SEMAINE A TODTMOOS L'ENNEAGRAMME ET LE POTENTIEL DE L'ETRE

Par Michel Savage

### Panorama de cette rencontre

Le 16 juillet 2010, au cœur de la Forêt Noire en Allemagne se clôturait une semaine de séminaire animée par Claudio Naranjo et son équipe. Conçue comme un grand forum éducatif avec près de 200 personnes venant de 14 pays, cette semaine aura été pour elles l'occasion d'hériter en première main de l'aboutissement d'une vie de recherche de la part d'un des visionnaires de notre époque. Que dire encore de cet homme qui n'ait déjà été dit sur ses sites ? A 78 ans, Claudio parcourt encore le monde pour changer les consciences dans le monde de l'éducation. Parallèlement, il a mis en place une recherche avec toute une équipe sur les 27 sous-types de l'Ennéagramme, autant de voies d'accomplissement. Thérapeute, enseignant, écrivain, conférencier, chercheur, militant et musicien à ses heures, c'est le prototype même de l'homme de la Renaissance qui aura contribué, par sa propre implication, à renouveler en profondeur une civilisation en déclin.



Michel Savage et Claudio Naranjo

Suite à sa rencontre avec Oscar Ichazo près d'Arica dans les années 60, il vit ce qu'il appelle son heure de révélation au cours de 40 jours dans le désert. Il se découvre alors le don de reconnaître intuitivement le caractère de toute personne qu'il rencontre, même de manière fortuite, et se met à développer l'Ennéagramme auquel Ichazo l'a initié, notamment l'étude des 27 sous-types. Mais de son propre aveu, il perd ensuite ce don. C'est à ce moment là qu'auront lieu les premières fuites de son enseignement donnant lieu aux versions diluées de l'Ennéagramme tel qu'il est actuellement diffusé. Claudio retrouvera par son propre travail ce qu'il a autrefois reçu par la grâce. Cette rencontre internationale est aujourd'hui l'occasion pour lui de dissiper la confusion générée autour de l'Ennéagramme, notamment par un enseignement inédit sur les contre-types, illustrés pour la circonstance par des panels de toutes les nationalités. Mais son travail s'inscrit dans la perspective plus large de la guérison d'une société moribonde grâce au réveil du potentiel endormi de l'Etre.

La méditation quotidienne en face à face qu'il instaure tous les matins nous rappelle que Claudio est avant tout un éveilleur des consciences. Il n'a de cesse de nous libérer de l'emprise de l'ego. Mais comme il le dit avec humour, il n'y a pas à amputer l'ego, il n'y a pas besoin de le combattre une fois qu'on a perçu sa nature illusoire. Parallèlement, il explore la philosophie, la musique et le cinéma à la lueur de l'Ennéagramme avec une série d'échantillons saisissants. C'est ainsi qu'il rend aujourd'hui honneur à ses trois grandes sources d'inspiration : Totila Albert pour l'art, Tarthang Tulku Rimpoché pour la tradition bouddhiste et Oscar Ichazo pour l'Ennéagramme dont il lui a transmis le germe, tout en soulignant ses propres apports. Retour sur une rencontre exceptionnelle, au milieu d'un concert de traductions en cinq langues, dans une des plus belles régions d'Europe.

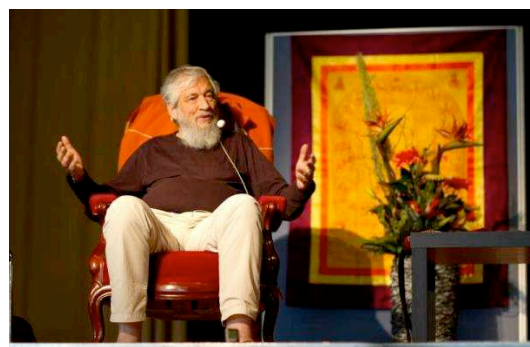
## La méditation en face-à-face

La libération de l'égo commence avec le travail de présence à soi-même favorisé par la méditation assise. Méditer, en essence, revient à observer tout ce qui surgit sur l'écran de notre conscience - sensations, émotions, pensées - sans y réagir par nos jugements et surtout sans s'y identifier. On fait ainsi *l'expérience de soi* en tant que Conscience pure *dégagée de l'image de soi* avec ses attentes et ses projections. C'est le contact direct avec l'être essentiel, notre nature véritable qui permet de se désidentifier du flux mental incessant, finalement apaisé. L'attention, libérée du piège de la personnalité avec les histoires qu'elle se raconte, reflue ainsi vers sa propre source. Il n'y a pas une mais d'innombrables écoles de méditation bouddhiste regroupées en plusieurs grandes traditions. Au cours de la semaine, Claudio nous fera expérimenter sept approches à raison d'une par jour. Chacune correspond à une façon différente de placer son attention. Il y introduit la dimension interpersonnelle avec la présence d'une autre personne assise en face de soi, renforçant l'effet de réalité. On médite ainsi par deux. A mesure que le regard se lève pour rencontrer celui de l'autre, l'intimité monte. On se retrouve sans masque, dévisagé par l'autre qui est lui aussi dévisagé. La rencontre se fait d'âme à âme, sans un mot, sans un sourire, en étant simplement soi-même dans l'accueil de notre présence mutuelle.

Voici les sept approches que nous allons explorer :

- la méditation Vipassana : simple observation des sensations corporelles et de la respiration
- une variante de Vipassana mettant l'accent sur l'insatisfaction et le manque, « duka »
- une autre variante où l'on porte l'attention sur les dents, les ongles et les cheveux
- Samatha, mettant davantage l'accent sur le calme de l'esprit et la détente de tout le corps
- la méditation Zen, portant l'attention sur l'observation de la nature de l'esprit
- une variante mettant l'accent sur la conscience de l'espace
- une variante dans laquelle le méditant exprime à voix haute tous les contenus de conscience tandis qu'une troisième personne le ramène au besoin dans le présent en lui demandant : « Que ressens-tu maintenant ? »

Comme le dit Claudio, la méditation est comme un jeune chêne qui peut être mangé par un lapin, puis par une chèvre. Mais après, si on le laisse grandir, il devient un arbre solide auquel on peut attacher même un éléphant. Notre attention est pleine de trous, de pensées compulsives, d'inquiétudes et de préoccupations. Il nous appartient de cultiver le silence.



## Les 27 sous-types de l'Ennéagramme et les contre-types

Nous n'allons pas détailler ici les 27 sous-types d'autant plus que nous ne les avons pas tous passés en revue au cours de la semaine. Rappelons simplement que d'après les observations de Claudio, chaque trait de caractère va se manifester avec plus ou moins de force dans le domaine de la survie, du social ou de l'intimité de chacun de nous suivant nos préoccupations. Il a baptisé ces sous-types « autopréservation », « social » et « sexuel ». Mais ce qui est très peu connu dans l'enseignement de l'Ennéagramme est l'existence de contre-types. On le connaît pour le 6 avec le type phobique et le type contre-phobique mais cette polarité est quasi ignorée pour les autres types. Pour chacun d'eux, la passion du type en question est pratiquement inversée ou projetée sur les autres. Ainsi, on a des types inversés de sous-type « autopréservation » avec le 1 et le 3, de sous-type « social » avec le 2, le 7, le 8 et le 9, et de sous-type « sexuel » avec le 4, le 5 et le 6.

Passons-les rapidement en revue :

- **Avec le 1** « autopréservation » (anxiété), la chaleur de la colère propre aux autres 1 se transforme en son opposé, le froid, avec le stéréotype du gentleman britannique et sa gentillesse excessive, par formation réactionnelle.
- **Avec le 2** « social » (ambition), l'orgueil propre aux 2 est plus caché parce qu'il est projeté sur une personne qu'il rend spécial et en qui il place toute son admiration.
- **Avec le 3** « autopréservation » (sécurité), la vanité propre aux 3 est éclipsée par l'anxiété : il n'est pas aussi brillant que les autres 3. Sa valeur vient de l'extérieur, pas de lui-même, ce qui en fait un bourreau du travail qui peut être confondu avec le 1.
- **Avec le 4** « sexuel » (rivalité / haine), le manque de hardiesse du 4 « autopréservation » et la honte du 4 « social » se transforment en méchanceté voire en cannibalisme ; la douleur, en colère et en désir de se battre.
- **Avec le 5** « sexuel » (confiance), le retrait se fait avec un partenaire qu'il considère comme son confident et de qui il attend la même chose pour fusionner.
- **Avec le 6** « sexuel » (force et beauté), le 6 habituellement craintif et anxieux se fait téméraire, niant et exorcisant ainsi sa peur de fond pour mieux la gérer.
- **Avec le 7** « social » (sacrifice), on a le sous-type le plus loin de la glotonnerie spécifique aux 7. Il sacrifie sa liberté et ses aspirations personnelles pour des idéaux sociaux.
- **Avec le 8** « social » (amitié), le 8 justicier se fait protecteur et sublime son agressivité au service d'une cause qu'il estime légitime.
- **Avec le 9** « social » (participation), on a le sous-type qui se met le plus en avant, répond aux besoins des autres, prend des responsabilités, se bat pour le groupe, manifestant ainsi sa force.

Cet aspect de l'enseignement à la fois difficile pour les personnes qui découvrent l'Ennéagramme et un peu rapide pour ceux qui auraient voulu trouver plus de matière sur les différents sous-types. Mais cela est compensé par les ateliers du soir. Trois soirs de suite, des petits groupes transculturels de chacun des sous-types se constituent pour sélectionner leurs traits de caractère communs, observer comment se manifestent leurs fixations et leurs passions et partager. Des panels des contre-types de différentes cultures viendront illustrer de façon vivante de la façon dont ces traits de caractère se traduisent dans leur quotidien.

### L'Ennéagramme dans la philosophie, la musique et le cinéma



En plus des panels, Claudio a eu l'idée d'étendre sa recherche des mécanismes de la personnalité dans l'histoire de la philosophie, de la musique et du cinéma, montrant comment ils ont affecté les courants de pensée ainsi que l'art au cours des âges. Il nous partage ses découvertes durant de longues heures. Cerise sur le gâteau, l'histoire de la pensée est illustrée du portrait caricaturé des philosophes concernés, tandis que

nous aurons droit à une interprétation d'extraits des plus belles partitions de piano des grands compositeurs sous les doigts de Claudio et de séquences de films illustrant les différents sous-types. En outre, il nous réserve également une après-midi surprenante au cours de laquelle il illustre comment Totila Albert traduisait des œuvres musicales comme un concert de Brahms en mots, parfois en poésie allemande, qui en subliment la portée. Difficile de rendre cela ici pour le public francophone mais c'est une des découvertes qui ont le plus marqué la vie de Claudio.

Revenons pour le moment sur les grands philosophes dont Nietzsche disait déjà que l'histoire de la pensée tient plus à leur caractère qu'à leurs idées. A défaut de rentrer ici dans la pensée de chacun, voyons au moins quelles sont les grandes questions philosophiques type par type.

**Chez les 9**, on ne s'étonnera pas de voir peu de philosophes : ce type est plus porté vers l'aspect pratique des choses que vers le monde des idées. **Hume** est un de leurs seuls représentants avec l'idée... qu'il faut se débarrasser des idées pour s'intéresser aux faits. Depuis, la philosophie est devenue plus proche des sciences.

**Chez les 8**, il y a tout d'abord **Socrate** : pas tant le penseur que l'on rencontre dans les dialogues de Platon mais celui, plus les pieds sur terre, qui confrontait les gens à leurs prétentions par son art de poser les questions. Il s'est fait condamner à mort par les autorités grecques pour avoir incité la jeunesse à l'anticonformisme. **Marx**, également de type 8, a changé le monde de la pensée en éveillant le monde entier à l'exploitation, lui qui savait si bien exploiter les gens...

**Chez les types 7**, on rencontre d'abord **Epicure**, contemporain d'Aristote. Très populaire mais jugé trop léger par les philosophes de son temps pour être respecté, avait pour devise de n'avoir pas trop de désirs pour éviter la frustration. Bien plus tard, **Francis Bacon**, empiriste, s'est intéressé à la marche des choses et a produit des choses utiles pour la communauté, mais il s'est retrouvé en prison après s'être laissé corrompre en tant que juge par l'argent, tentation courante chez un 7.

**Chez les 6**, on retrouve **Platon, Kant, Freud, Heidegger**. Certains voient toute l'histoire de la philosophie comme un commentaire de Platon, là où d'autres disent de lui qu'il était l'ombre de Socrate. Quoi qu'il en soit, **Platon**, en 6 sexuel, était un homme d'action et admirait beaucoup Socrate sur ce plan, déçu par la démocratie d'Athènes qui avait condamné son maître. Lui-même aurait voulu être politicien, dit-on. **Kant**, 6 social, est le premier à avoir douté de la raison. Obsédé par la vérité, c'était un homme aux habitudes strictes. **Freud**, lui aussi 6 social, a courageusement réintroduit la sexualité dans la culture victorienne de son temps. Quant à **Heidegger**, on peut dire qu'avec lui, la philosophie devient plus mystique : il donne toute sa place à l'être mais sur un mode confus, difficile à comprendre.

**Chez les 5**, on rencontre **Pythagore, Thalès de Millet, Descartes, Pascal, Spinoza, Newton, Hegel, Rousseau, Nietzsche et Arendt**. Pas étonnant de rencontrer beaucoup de penseurs chez ce type intellectuel plus que tout autre. **Pythagore**, grand voyageur et passionné de musique, a ouvert une école des Mystères. **Thalès de Millet**, en bon Observateur de type 5, était fasciné par les mystères de l'univers. Il serait tombé dans un puits en scrutant les étoiles. **Descartes**, premier philosophe moderne, prétendait pouvoir tout connaître. **Pascal** est plus connu pour sa pensée mystique. **Spinoza**, 5 préservation, n'a pas accepté qu'on lui enseigne. **Newton**, grand scientifique, était aussi alchimiste. **Hegel** inspirait autour de lui une atmosphère de profond respect. **Rousseau**, 5 sexuel, est resté un symbole du romantisme français avec son puissant besoin d'intimité. **Nietzsche**, 5 sexuel également, questionne l'idée platonicienne de vérité. Il a vertement critiqué l'héritage socratique et chrétien. **Arendt**, enfin, fasciné par la pensée de Heidegger, a mesuré combien il était difficile d'être un philosophe politique.

**Chez les 4**, on rencontre **Héraclite, Augustin d'Hippone, Schopenhauer et Sartre**. **Héraclite**, sans doute nostalgique du temps qui passe, nous a laissé sa célèbre maxime « On ne se baigne pas deux fois dans le même fleuve ». Parmi les 4 « sexuels », **St Augustin**, père de l'Inquisition, entame toute une partie de son œuvre avec le mot « contre » (Contre les hérésies,...). **Schopenhauer**, parvient à la même conclusion qu'Epicure : réfréner ses désirs pour éviter d'être frustré. **Sartre** enfin, militant durant mai 68, n'a pas été aimé par les gens.

**Chez les 3**, **Leibniz** et **Karl Popper**, philosophe des sciences, sont les plus connus. **Leibniz**, homme brillant, a inventé la logique symbolique. En bon type 3, il a pillé des idées à Spinoza qu'il a attaqué : le désir de paraître au lieu de partager ses vrais trésors en tant que mathématicien. **Popper**, de son côté, a élaboré des critères permettant de fonder une théorie suivant laquelle une hypothèse, pour être présentée comme scientifique, doit être réfutable.

**Chez les 2**, on rencontre **Aristibus**, **Kierkegaard**, et **Cortega**. **Aristibus**, disciple de Socrate, pensant que la vie était faite pour y prendre plaisir, avait pour souci de rendre les gens libres. **Kierkegaard**, philosophe existentialiste, de type 2 préservation, a démontré la supériorité des valeurs religieuses que les valeurs esthétiques après une vie tourmentée. **Cortega**, philosophe espagnol de la raison vitale et journaliste, a beaucoup écrit sur l'authenticité.

**Chez les 1**, on découvre **Aristote**, père de la logique formelle et de la classification, mais aussi **Thomas d'Aquin**, le « taureau silencieux », **John Locke**, père du libéralisme, **Auguste Comte**, père du positivisme et fondateur de la sociologie, **Bertrand Russel** et **Wittgenstein**, philosophes des mathématiques et des sciences.

Ce panorama de la philosophie sous l'éclairage de l'Ennéagramme a passionné certains, parfois rebuté d'autres qui ont pu par contre ouvrir leur cœur à l'écoute des grands musiciens.

L'avant-dernier jour, Claudio nous interprète un florilège d'extraits des plus belles œuvres des compositeurs classiques :

- du Jean-Sébastien Bach, type 1
- du Mozart, type 2
- du Haydn et du Mendelssohn, deux types 3
- du Beethoven, type 4, élève de Haydn qu'il n'appréciait pas
- du Chopin, type 5
- du Schubert, type 6
- du Schumann, type 7
- du Brahms, type 8 très doux ou 9 très fort ?

### **Danse et mouvements spontanés**

Tous les après-midis, nous avons droit à de la danse et au mouvement : autre façon d'observer comment l'attention et le corps se déplacent, avec ou sans musique. Cherif, à la barre, donne les instructions, relayé par Bettina, Assumpta, Ilse et Grazia pour les traductions. Dans ce travail de conscience, beaucoup d'attention est donnée à l'espace : entre les gens, entre les murs ou les objets, entre les feuilles d'un arbre ou les brins d'herbe. La conscience de l'espace aide à nous



libérer de la prison du mental et nous donne plus de fluidité. Au gré des consignes, nous sommes invités à ouvrir puis fermer les yeux, à nous toucher, à laisser sortir des sons, des voyelles puis des consonnes, notre nom puis celui d'un autre. A d'autres moments, la consigne est de laisser parler la musique dans notre corps, de retrouver la dimension horizontale, puis verticale, d'aller à la rencontre du sol, du ciel ou du regard de l'autre. Un

autre jour, nous allons suivre un partenaire en l'imitant, puis nous laisser imiter ; ou bien le guider, puis être guidé à notre tour. Par moments, nous nous arrêtons pour nous laisser regarder par un autre dans notre vérité ou lui manifester de la bienveillance sans paroles.

Toutes ces consignes créent un espace de jeu où l'enfant intérieur peut se manifester en retrouvant sa liberté de mouvement, d'expression vocale et le plaisir sensuel du corps évoluant dans l'espace. Elles créent aussi un espace de relation inhabituel dans lequel la parole et le jugement sont court-circuités, laissant émerger la mère intérieure, la compassion et la reconnaissance de l'autre. Ces dimensions sont réactivées tout au long du SAT comme elles le sont ici, après les enseignements du matin qui nourrissent davantage la compréhension et le Témoin. L'équilibre de ces 4 dimensions est toujours présent dans le travail de Claudio. Mercredi après-midi, Il se propose une séance de mouvements spontanés à une vingtaine de personnes qui vont évoluer les yeux fermés pendant une dizaine de minutes sous l'attention bienveillante d'un binôme – occasion de revivre le parfum de ce que certains ont vécu en petits groupes dans le SAT.

### **Le potentiel de l'Etre**

Il ne suffit pas de pointer ses traits de caractère pour en être délivré : cela demande une patiente observation de ses croyances figées – les fixations – et des passions par lesquelles nous luttons contre le manque spécifique qui nous fait souffrir. Ainsi, savoir que le 1 est dans le ressentiment ou le 5 dans la mesquinerie ne nous avance guère ; ce qu'il faut comprendre, c'est la source du ressentiment – à savoir la frustration de n'être jamais à la hauteur des exigences supposées – ou la source de la mesquinerie – l'impression de n'avoir rien à donner. Le modèle de l'Ennéagramme indique aussi une voie de sortie, la vertu de notre type quand on se reconnecte à son essence, reprise dans le tableau indicatif qui suit.

<b>Type</b>	<b>Fixation</b>	<b>Passion</b>	<b>Vertu</b>
1	Ressentiment	Colère	Sérénité
2	Flatterie	Orgueil	Humilité
3	Vanité	Mensonge	Véracité
4	Mélancolie	Envie	Equanimité
5	Mesquinerie	Avarice	Détachement
6	Lâcheté	Peur	Courage
7	Planification	Avidité	Sobriété
8	Vengeance	Débauche	Innocence
9	Oubli de soi	Indolence	Action essentielle

Les livres existant sur l'Ennéagramme parlent beaucoup des flèches avec un certain nombre de contradictions. Claudio partage le fait que le circuit d'intégration et de désintégration de la personnalité font partie de ses hypothèses. A mesure que chaque type s'intègre, il s'est aperçu qu'il évoluait vers les qualités du point allant dans le sens inverse des flèches, ce que l'on nomme souvent le point d'équilibre. Mais cette évolution peut être très lente. Par ailleurs, en évoquant les mythes lancés par Ichazo, il confesse comme un aveu qu'à l'époque, lui-même a lancé la légende des origines soufies de l'Ennéagramme.

## Témoignages

Deux semaines après, s'il est encore trop tôt pour témoigner de ce qui se passe après cette rencontre, il n'est en tout cas pas trop tard pour faire retentir l'écho de ceux ou celles qui ont entamé le travail du SAT. Un témoignage émouvant nous est donné par Monica, brésilienne. Elle revient de loin, après 10 années de dépression sévère suite à un accident qui a rendu sa mère invalide. Rien ne pouvait la sortir du puits, ni les médicaments, ni la thérapie, ni même le travail spirituel dans lequel elle était engagée dans une école soufi depuis des années : tout cela lui a permis de survivre, dit-elle, mais pas de se développer. Elle raconte que le jour où elle a découvert son type de caractère et compris son mode de fonctionnement – le 4 social, identifié à la honte et à la souffrance – cela a signé le début de sa délivrance. A l'époque, elle avait rencontré un homme, de type 5 social, qui se retirait chaque fois qu'elle pleurait ou avait besoin de lui. Son ancienne façon d'obtenir de l'attention ne marchait plus, l'obligeant à puiser ses ressources en elle-même. Cette découverte doublée de cette rencontre ont donc initié tout un processus de transformation.

Ensuite, le SAT 1 a été pour elle une nouvelle révolution. Au Brésil, le SAT 1 propose un retour difficile dans le passé. Mais à la suite de ces 10 jours, elle ressort transformée, avec en outre un mode d'emploi précis lui montrant comment gérer sa personnalité complexe au quotidien. Le travail du SAT 2 a été encore plus radical, mais s'est fait dans la joie. Elle le décrit comme un « strip-tease cosmique », comme si Dieu ôtait tous ses voiles et la libérait de la honte, avec le sentiment que son corps entre dans une relation tantrique avec l'univers. Aujourd'hui, même en l'absence de son compagnon, elle ne se sent plus seule ni abandonnée depuis qu'elle est reconnectée à cette présence. Selon elle, toute la force du SAT tient à l'articulation du travail psychologique et spirituel : l'un sans l'autre ne marche pas. Ce processus a été pour elle une véritable résurrection, et elle est infiniment reconnaissante envers Claudio d'avoir pu le suivre.

D'autres témoignages, sans toujours marquer une telle renaissance, sont pourtant éloquents. Plusieurs des participants du SAT 1 en France ont témoigné à quel point ces 10 jours avaient marqué un tournant dans leur vie, avec un avant et un après. Ils ont le sentiment d'avoir retrouvé leur humanité, la beauté de la vie, la joie innocente et espiègle de l'enfance, comme si de grandes eaux les avaient lavés du voile d'amertume qui pesait sur leur vie. Un autre a cessé de se nier après avoir réalisé à quel point il avait mis un couvercle sur toute une dimension de sa vie, et construit aujourd'hui une relation de couple avec une personne qui donne vie à cette part de lui-même. Pour ma part, le SAT 1 est venu renouveler une fraîcheur et une qualité de présence à une époque où je commençais à me refermer et me scléroser dans mes habitudes. En l'occurrence, il a marqué plutôt des retrouvailles avec une ouverture de cœur que j'avais connue lors du Processus Hoffman puis laissé faner imperceptiblement. J'ai réalisé récemment que je ne me souvenais pratiquement plus avoir souffert depuis, si ce n'est à de rares moments. Lorsque j'évoque mon enfance, je ne retrouve plus qu'émerveillement, curiosité ainsi qu'une vitalité pleine de joie. Les moments difficiles ne font plus figure que d'incidents, faisant partie du jeu de la vie. Il n'y a plus de regrets ou le sentiment d'être délaissé. Le miracle est de percevoir après coup la présence de l'Être comme ayant toujours été là, même quand je l'avais oublié. Et cela change tout.