



photo: Philippe de Vos

Personnalité,

Bas les masques !

Sur les traces des maîtres soufis, et en s'appuyant sur la méthode de l'ennéagramme, Philippe de Vos nous invite à trouver le chemin de l'expérience qui libère.

Extrait de l'ouvrage *L'Ennéagramme dans la pratique soufie* de Philippe de Vos, paru aux Editions L'Originel-Charles Antoni

Sil existe une distinction fondamentale entre toutes, c'est celle qui différencie le Soi et le moi. Cette distinction est la même que celle entre l'essence et l'ego. Le Soi, c'est l'Être racine. En l'homme, c'est la source de ses potentialités, son essence unique, sa signature éternelle. Il est nécessaire de faire une distinction bien claire entre notre essence et notre ego qui constitue une sorte de masque appelé « personnalité ». La personnalité en effet s'identifie à l'ego, bien que l'on puisse distinguer entre vraie personnalité (signature) et fausse personnalité (égotique).

A la recherche du paradis perdu

La « vraie personnalité », c'est l'expression de notre place ou fonction dans le plan divin s'exprimant par des potentialités de notre essence qui se manifestent par un état d'être épanoui, un comportement mature et harmonieux. La « fausse » personnalité est un agrégat très éclectique d'automatismes, de conditionnements que nous avons été conduits à mettre en place dès le début de notre vie par la peur de ne pas exister. Elle peut se décrire comme une stratégie de survie du moi. Pour nous protéger, nous portons un masque, il s'agit de ce masque au sens ancien du théâtre (*persona*) par lequel l'individu se protège de la menace du monde ou se situe par rapport à ses stimuli. Il se définit ainsi selon sa façon de réagir à cette menace ou dans son comportement par rapport à une situation donnée. Ce masque est à la fois un écran et le lieu de passage de la voix : « per-sonare ». C'est une façon de communiquer avec le monde, une façon de le voir et de l'entendre, une vision du monde (incluant dans cette expression la perception des différents sens). (...) Des peintres comme Picasso voulurent précisément présenter le monde tel qu'ils le voyaient dans leur subjectivité, signant ainsi leur personnalité. Cette personnalité peut être considérée comme une sorte de croûte se formant avant la cicatrisation de nos blessures, elle voile notre essence et souvent nous en éloigne, mais elle suit aussi une sorte de prédisposition qui n'est pas sans rapport avec le sens de notre vie. Elle a donc cette double fonction contradictoire : elle voile et elle éclaire. Elle voile

notre essence, mais elle nous éclaire sur la spécificité de notre destin. La maladie est en même temps le remède. La question est donc de comprendre et de repérer les mécanismes de cette personnalité afin de voir à quel point ce sont des automatismes, des peurs, des désirs, des illusions qui nous conditionnent plutôt que des expressions libres de nous-mêmes. Il s'agit de comprendre que depuis que nous nous sommes coupés de notre Etre, nous errons dans la nuit de l'existence (*ex-stare*, « hors de l'être ») à la recherche de ce paradis perdu en essayant de reconstituer un ordre pour survivre.

Séparer la cire du miel

Les événements de notre vie, notre petite enfance, notre famille, tout cela contribue naturellement à ce conditionnement, mais il est important de comprendre que tous ces faits extérieurs sont des « causes secondes », les supports d'une éducation de vie qui nous conduit à devenir nous-même à partir d'un plan inscrit dans notre essence et que l'on pourrait appeler « notre signature ». Sur le chemin de l'ennéagramme, si l'on peut s'exprimer ainsi, nous sommes conduits à prendre conscience de ces automatismes et conditionnements qui ne sont pas vraiment nous-mêmes et nous détournent de notre essence. Au lieu de simplement reconnaître que notre ego possède des visages multiples, nous allons les identifier et les nommer

POUR EN SAVOIR PLUS...

La méthode de l'Ennéagramme s'est développée dans les années 70 sans que l'on puisse attribuer sa création à une personne ou un mouvement spécifique. Citons les influences des moines chrétiens, la tradition soufie et bien sûr la psychologie moderne qui s'est inspirée des recherches de Claudio Naranjo au Chili. La méthode décrit la psyché humaine selon 9 aspirations intérieures ainsi répertoriées : le réformateur, le généreux, l'épatant, l'original, l'expert, le vigilant, l'épicurien, le justicier et le conciliateur, chaque individu se retrouvant dans un modèle particulier avec ses faiblesses et ses points forts.

comme autant de masques trompeurs. Le chemin de la « sincérité » s'exprime ici dans l'acte de séparer la cire du miel: *sine-cera*. Nous prenons alors le miel « sans la cire » qui est le masque. Après avoir identifié ces tendances, nous apprenons à les retourner pour les transformer en utilisant leurs côtés positifs. Si par exemple nous découvrons que dans nos richesses nous possédons un âne, nous n'allons pas y renoncer ou le tuer, nous allons l'utiliser pour aller faire nos courses à la campagne. A noter que déjà au 12^e siècle, le grand soufi Ibn Arabi déclarait que les personnes se définissent en fonction de leur *'aqida*, mot arabe qui veut dire « croyance, profession de foi, dogme ». Or il fait remarquer que la racine de ce mot est *'uqd*, qui veut dire « nœud ». Il développe ainsi l'idée que nous créons nos croyances en conditionnant notre vision du monde et notre vision de Dieu, au lieu de nous « dénouer » par une expérience qui libère, par une contemplation durant laquelle ce qui Est se voit dans la présence d'une certitude. Quoi qu'il en soit de cette personnalité, elle se construit à partir de 9 modes de structuration qui sont autant de croyances, de visions du monde selon une prédisposition qui n'est peut-être pas due au hasard. Ces 9 modes selon lesquels tout être humain essaye de structurer sa vision du monde, en créant ainsi ses croyances, correspondent dans l'ennéagramme à trois triades qui sont trois formes d'intelligences: instinctive, émotionnelle, mentale. Pour bien marquer qu'elles correspondent à des fonctions, celles-ci sont régulièrement décrites sous le nom de « centre » : émotionnel, instinctif et mental. Ces 3 centres, chacun dans leur ordre, agrègent autour d'eux toutes ces tendances diverses auxquelles nous nous identifions par « croyance », bien qu'il s'agisse d'automatismes dont nous sommes la plupart du temps inconscients. Dans cet agrégat, certaines tendances se sont constituées par exemple à partir du centre émotionnel. C'est ainsi que l'on reconnaît trois grandes catégories d'émotions qui provoquent un agrégat autour du centre émotionnel: le

besoin de reconnaissance (demande perpétuelle de confirmation d'exister), la peur (de l'intrusion, l'imprévisible, l'ennui, l'enfermement), la colère (inconsciente ou consciente). Ce qui provoque l'agrégat autour du centre instinctif, ce sont principalement (mais pas seulement): l'instinct de survie, la constitution de certaines attitudes face au changement, la tendance à comparer passé, présent et futur. Ce qui provoque l'agrégat autour du centre mental, ce sont les besoins: d'information et d'analyse, de faire des plans (aussi par anxiété) et de se projeter sur le futur,

et le besoin de créativité. Or les mécanismes de l'ego nous conduisent à préférer un de ces centres et à nous y appuyer, aux dépens des autres. Cette préférence n'est pas un choix mais l'expression d'une blessure qui nous a conduit à une fixation aux dépens de la circulation globale de la conscience. A titre d'analogie: si dans le corps l'énergie circule partout également et globalement, le corps est en bonne santé. Inversement, lorsqu'une fixation ou un blocage rompt cette conscience de la globalité du corps, alors commence la maladie. Il devient donc significatif de découvrir quel est le centre occulté ou délaissé par la conscience. Alors, en route...

La personnalité voilée et éclairée à la fois.

➔ www.generation-tao.com

Voir notre carnet d'adresses p. 62 & Tao's Folies p. 14

ZHI ROU JIA 致柔家

L'École du Développement de la Douceur

Formations de pratiquants et d'enseignants de Qi Gong
Cours hebdomadaires à Paris
Stages à Paris et en province

QI GONG - NEI GONG
Approfondissement de votre pratique et de vos connaissances en énergétique chinoise. Préparation au professorat et au diplôme fédéral (FEQGAE). Pédagogie, analyse du mouvement, anatomies fonctionnelle et symbolique liées à la pratique du QI GONG

QI GONG DES ENFANTS
Préparation à l'enseignement du QI GONG pour les enfants. S'adresse à tous les professionnels de l'enfance qui cherchent de nouvelles voies pour enrichir leur pratique.

TAI JI QUAN - BA GUA ZHANG - XING YI QUAN
Master class en collaboration avec L'École d'Arts Internes Génération Tao.

Zhi Rou Jia - Le pas de Pégase
90, rue La Fayette 75009 Paris
Tél./Fax 01 40 22 07 05
contact@lepasdepegase.com
site: zhiroujia.com
06 62 16 56 79 - 06 61 16 37 33

le pas de pégase

Laurence CORTADELLAS Jean-Michel CHOMET Bruno REPETTO

L'École de Médecine Traditionnelle Chinoise

Massage
Acupuncture
Moxibustion
Pharmacopée
Diététique
Tai Ji Quan
Qi Gong

信統中医学学校
G.R.E.E.C.
Agréé par l'union professionnelle U.F.P.M.T.C.
Groupe de Recherche Européen en Energétique Chinoise

Perfectionnement
Formation

17, Bd Albert 1^{er} - 06600 ANTIBES - Tél./Fax 04 93 34 58 24
Site : www.grec.org - E-mail : contact@grec.org

CHI KUNG TAOÏSTE



Cours à Rennes et Nantes

Stages Rennes et Alpes du Sud

par Mme **Benj. Drouet et Thierry Doctrinal**
Instructeurs certifiés par Mantak Chia

www.beaute-et-tao.com
<http://perso.wanadoo.fr/tao.ouest>
Rennes : 02 99 60 62 23
Nantes : 02 51 12 42 00

Vous pouvez apprendre le

Nuad bo rarn

Massage thai traditionnel



Le nuad-bo-rarn est une technique puissante qui induit une profonde relaxation et stimule en profondeur le flux de l'énergie et du sang dans le corps.

www.beaute-et-tao.com
02 99 60 62 23