

Le spirituel et le psychique, sans confusion ni séparation

Repères pour l'accompagnement spirituel

JEAN-BAPTISTE LECUIT, OCD
Faculté de théologie de l'Université Catholique de Lille
jblecuit@live.fr

La relation entre l'accompagnateur spirituel et la personne recourant à son aide est précieuse, mais délicate : précieuse, en ce qu'elle contribue à l'approfondissement de la vie spirituelle et à l'évitement des pièges qui la menacent ; délicate, car vulnérable aux distorsions et abus induits par l'incompétence ou le désir d'emprise. Depuis l'avènement de la psychanalyse et de la psychologie moderne, elle a bénéficié de la prise en compte de la dimension psychique de ce qui est vécu par l'un et l'autre, de manière souvent inconsciente et parfois pathologique. Mais bien des préjugés, confusions ou ignorances peuvent nuire à la juste articulation entre deux approches qui, semblables à bien des égards, au point d'être parfois mélangées ou confondues, diffèrent profondément, jusqu'à être perçues comme incompatibles¹. C'est pourquoi les réflexions qu'on va lire sont avant tout conçues pour éclairer les personnes impliquées dans l'accompagnement spirituel sur l'importance et la façon de prendre en compte cette autre forme d'accompagnement que prodigue le psychologue ou le psychanalyste. Cette

¹ Sur l'histoire de la relation de l'Église et des théologiens à la psychanalyse, du rejet à la méfiance, puis à l'accueil prudent et à la prise en compte décidée, voir D. SALIN, « Du spirituel et du psychologique », *Études* 418 (2013) 197-210 et A. DESMAZIÈRES, *L'inconscient au paradis. Comment les catholiques ont reçu la psychanalyse, 1920-1965*, Payot, Paris 2011.

importance tient principalement au fait que la personne accompagnée, mais aussi son accompagnateur, peuvent avoir eu recours à la psychanalyse ou à une psychothérapie s'en inspirant, envisager de le faire, ou au contraire l'exclure à priori, au risque de s'illusionner sur leurs conditionnement psychiques.

Il sera bon d'avoir présent à l'esprit une vérité aussi facilement négligée qu'elle semble évidente. Si Jésus l'a énoncée, en termes mémorables, au sujet de la prétention à l'aide morale ou religieuse, elle ne s'applique pas moins, *mutatis mutandis*, à l'aide psychologique :

Qu'as-tu à regarder la paille qui est dans l'œil de ton frère ? Et la poutre qui est dans ton œil à toi, tu ne la remarques pas ! Ou bien comment vas-tu dire à ton frère : Laisse-moi ôter la paille de ton œil, et voilà que la poutre est dans ton œil ! Hypocrite, ôte d'abord la poutre de ton œil, et alors tu verras clair pour ôter la paille de l'œil de ton frère (Mt 7,3-5).

Mais puis-je remarquer « la poutre qui est dans [m]on œil » ? Puis-je voir mon aveuglement, et mon aveuglement à propos de *moi-même* ? Puis-je ôter de mon œil spirituel ou psychique ce qui l'empêche de percevoir qu'un obstacle obscurcit sa faculté de percevoir ? Même l'expérience d'avoir perdu bien des illusions à propos de moi-même, d'avoir été détrompé par l'expérience, et tout particulièrement par autrui, et de voir ainsi plus clairement à quel point il est possible d'errer en toute impression de lucidité, ne me garantit pas que l'extraction de la poutre de mon œil a été complète.

Le lecteur est ainsi invité à se défier, en lisant ces lignes, de la tendance bien naturelle à appliquer d'abord aux autres – plus d'un exemple pourra lui venir à l'esprit – ce qui le concerne peut-être plus qu'il ne l'imagine. Un dessin humoristique de Sempé illustre savoureusement ce dont il s'agit ; l'air mécontent, allongé sur le divan, un homme dit à son psychanalyste : « et puis, surtout, j'en ai vraiment marre de tous ces gens, autour de moi, qui ont des problèmes ! ». Si cet article contribue quelque peu à une interrogation sur la possibilité d'être soi-même concerné par ce qu'il évoque, son existence commencera d'être justifiée. Elle le sera davantage si, en outre, il donne quelque lumière sur la façon d'aider autrui à progresser vers la vérité qui libère (Jn 8,32). Peut-être favorisera-t-il aussi la reconnaissance de ce que l'on

a pu subir de la part d'accompagnateurs encore trop aveugles sur eux-mêmes, parfois au point d'être abusifs.

Mon propos s'enracine non seulement dans l'expérience d'avoir été accompagné spirituellement et d'accompagner d'autres à mon tour, mais aussi dans celle d'avoir bénéficié, au cours de ma vie religieuse, d'une psychanalyse freudienne. Le fait que je ne puisse pas m'appuyer sur l'expérience du psychanalyste, faute d'en avoir embrassé la profession, sera en partie compensé par l'étude persévérante de l'œuvre pionnière, en matière de prise en compte de la psychanalyse en théologie, du philosophe, théologien et psychanalyste Antoine Vergote². Elle le sera encore par ma participation, pendant quelques années, à des présentations de malades en hôpital psychiatrique³, par la lecture de nombreux écrits psychanalytiques, et par mes rencontres et liens personnels avec des psychanalystes.

Je n'en connais aucun qui désigne son activité comme un accompagnement. Mais une telle désignation se justifie, du point de vue englobant qui sera le nôtre, par plusieurs caractéristiques communes à l'accompagnement spirituel, à l'activité de psychanalyste, et à d'autres formes d'aide impliquant ce qui caractérise l'accompagnement au sens professionnel⁴ du terme : être une relation éthique de non-savoir,

² Voir mon ouvrage *L'anthropologie théologique à la lumière de la psychanalyse. La contribution majeure d'Antoine Vergote*, Cogitatio Fidei 259, Éditions du Cerf, Paris 2007. Voir également mon site *Théologie & Psychanalyse (theo-psy.fr)* qui fournit de nombreuses ressources sur ce thème (textes d'auteurs divers, approches thématiques, etc.).

³ « Il s'agit d'un dialogue entre deux personnes, un dit malade et un dit analyste en présence d'un public restreint et choisi qui n'intervient pas pendant le dialogue [...]. Il est composé de personnel du service (intra ou extra hospitalier) où a lieu la présentation et de professionnels extérieurs, qui sont "dans le coup" de l'analyse. Le malade est choisi en fonction de l'intérêt que la présentation peut avoir pour lui et son accord est toujours demandé » (E. PORGE, « La présentation de malade : une clinique de la présentation », in: ID., *Transmettre la clinique psychanalytique*, ERES, Toulouse 2005, 179-189, ici 180).

⁴ L'accompagnement spirituel n'est pas professionnel à strictement parler, notamment parce qu'il n'est pas nécessairement rémunéré, mais il l'est au sens large, en tant qu'il implique une formation spécialisée, obéit à des règles et une déontologie rationnellement fondées, et consiste en une forme de travail.

de dialogue, d'écoute, et « émancipatrice »⁵. C'est pourquoi, en toute conscience du fait que ces termes n'appartiennent pas au vocabulaire psychanalytique, je parlerai d'accompagnement et d'accompagnateur, non seulement à propos de la relation d'aide spirituelle, mais à propos de la relation de type psychanalytique. Dans ce qui suit, ce qui est dit de cette dernière s'appliquera toujours, sauf mention contraire, non seulement à la psychanalyse freudienne classique (qui suppose au moins trois séances par semaine, avec utilisation du divan), mais à la psychothérapie en face-à-face, qu'elle soit pratiquée par un psychanalyste ou par un psychologue s'appuyant sur l'expérience et la théorie psychanalytique. Certains éléments pourront vraisemblablement s'appliquer à d'autres formes de psychothérapie.

Dans la mesure où je ne peux présupposer du lecteur une connaissance aussi directe de l'« accompagnement » psychanalytique ou psychothérapeutique que de l'accompagnement spirituel⁶, j'énoncerai à son sujet, sans pouvoir les justifier toutes, des vérités de base qui apparaîtraient au connaisseur comme peu instructives. J'en ferai autant avec ce qui concerne l'accompagnement spirituel, non seulement parce que j'espère que des non connaisseurs pourront en tirer profit, mais parce que l'expérience montre qu'il est peu aisé d'explicitier et de mobiliser sans trop de lacune les vérités théologiques qu'en tant qu'accompagnateur spirituel on est censé connaître.

Même si les réflexions proposées ont mûri antérieurement à la récente révélation de l'impressionnante fréquence des abus spirituels, j'espère qu'elle pourront contribuer à les éviter. Leur finalité est plus générale : en s'interrogeant sur les ressemblances et les différences entre l'accompagnement de type psychanalytique et l'accompagnement spirituel, contribuer au bon exercice de ce dernier.

⁵ Voir à ce sujet M. PAUL, « L'accompagnement comme posture professionnelle spécifique. L'exemple de l'éducation thérapeutique du patient », *Recherche en soins infirmiers* 110/3 (2012) 13-20. Maela Paul est docteur en science de l'éducation. Elle a notamment publié *La démarche d'accompagnement : Repères méthodologiques et ressources théoriques*, De Boeck Supérieur, Louvain-La-Neuve 2020² (2017).

⁶ En France, il est devenu habituel, au cours des dernières décennies (sans doute depuis le concile Vatican II) de ne plus parler de *direction* spirituelle, en raison de la juste attention portée à la liberté des personnes et au risque d'emprise de la part de l'accompagnateur.

Les confusions à ce sujet n'étant pas rares, je commencerai en distinguant succinctement, tout en les articulant, les réalités dont il s'agit (1), les expériences qui leur correspondent (2) et les approches réflexives à leur sujet (3). Dans un second temps, et de manière plus approfondie, je traiterai des méthodes mises en œuvre et leurs acteurs (4). Bien entendu, ces éléments sont indissociablement corrélés : on fait l'expérience des réalités à la lumière de la réflexion et des méthodes, on fonde la réflexion sur l'expérience des réalités et les méthodes employées, et ainsi de suite. À chacune de ces quatre étapes, j'exposerai d'abord ce qui est commun aux accompagnements spirituel et psychanalytique, puis ce qui les différencie. Chemin faisant et *in fine*, j'énoncerai les principales conséquences pratiques des repères proposés, tout en espérant qu'ils contribueront par eux-mêmes à éclairer le lecteur sur des points particuliers de sa pratique et de sa réflexion.

1. Les réalités spirituelle et psychique

1.1. *Les points communs entre le spirituel et le psychique, sources possibles de confusion*

Le spirituel et le psychique ont en commun d'être principalement cachés, intérieurs et influents. Ils sont *cachés* non seulement aux autres, mais à la personne en qui ils sont présents et sur laquelle ils exercent leur influence. Que le spirituel soit caché tient principalement au fait que Dieu l'est, lui qui est la réalité spirituelle par excellence, et la source de tout le spirituel en nous. Et si le psychique – au sens psychanalytique – est caché, c'est parce qu'il est inconscient au sens fort du terme : il ne peut accéder à la conscience que très partiellement, non pas à volonté, mais indirectement, par l'identification de ses effets.

Non seulement le spirituel et le psychique nous sont *intérieurement* présents, mais nous ne pouvons pas les expulser hors de nous-mêmes. Cela est évident en ce qui concerne l'inconscient, qui s'est structuré en nous et nous structure depuis la prime enfance. Et cela s'impose à la réflexion en ce qui concerne le spirituel, si l'on considère, du point de vue chrétien, non seulement que Dieu est présent en nous comme la source créatrice de notre être (en sa présence dite d'immensité), mais que, consciemment ou non, notre liberté ne peut pas ne pas s'orienter

par rapport à lui. Car l'action intérieure de l'Esprit peut être refusée ou non, indépendamment d'une prise de position explicite à l'égard de la révélation chrétienne⁷. Il s'ensuit que ce qui domine en nous est ou bien la réalité spirituelle par excellence qu'est l'Esprit de Dieu, ou bien le péché, qui est spirituel au sens négatif d'une privation de l'Esprit et de son action sanctifiante, et au sens dynamique d'une orientation contre lui.

De cette présence intérieure cachée découle une *influence* plus ou moins consciente sur notre vie mentale au sens large du terme, en particulier en ce qui concerne la connaissance de la vérité et la liberté de la volonté. De même que l'Esprit de Dieu est censé nous introduire « dans la vérité tout entière » (Jn 16,13) et nous libérer de la crainte et de la servitude pour nous faire entrer dans la condition filiale (Rm 8,15.21), la psychanalyse est censée nous éclairer partiellement sur nous-mêmes et nous libérer de certains déterminismes, et par là-même nous montrer en quoi l'inconscient conditionne notre rapport à la vérité et l'exercice de notre vouloir. Comme l'écrit le psychanalyste Roger Perron en commençant par citer Freud :

« La relation analytique est fondée sur l'amour de la vérité »⁸, une vérité que progressivement on dégage à deux. C'est par là que, sujet actif de sa propre transformation, et assisté par un humain tout aussi humain que lui-même, mais qui a fait l'effort de cette quête de soi, le sujet parviendra à se dégager progressivement des mécanismes inconscients qui l'aliénaient. L'analyse est quête de la liberté⁹.

⁷ Cf. *Gaudium et spes*, 22, 5 : « puisque le Christ est mort pour tous et que la vocation ultime de l'homme est réellement une, à savoir divine, nous devons tenir que l'Esprit-Saint offre à tous, d'une façon connue de Dieu, la possibilité d'être associés au mystère pascal » (*Le Concile Vatican II [1962-1965]*, Éditions du Cerf, Paris 2003). Cf. *Lumen Gentium*, 16.

⁸ S. FREUD, « L'analyse finie et l'analyse infinie », in: *Œuvres complètes*, t. XX, PUF, Paris 2010, 13-55, ici 50.

⁹ R. PERRON, *Une psychanalyse, pourquoi ?*, Dunod, Paris 2000, 244. Cf. A. GREEN, *La pensée clinique*, Éditions Odile Jacob, Paris 2002, 29 : « Le travail du psychanalyste [...] devrait conduire à des changements significatifs, se traduisant par une plus grande liberté et, de ce fait, s'accompagner d'une activité psychique de représentation plus approfondie et plus étendue ».

Au caractère caché, intérieur et influent du spirituel et du psychique s'ajoutent des ressemblances d'ordre structural qu'il n'est pas possible d'exposer ici en détail. Disons simplement que l'un et l'autre sont structurés par de semblables configurations relationnelles, unissant des réalités désignées de part et d'autre, bien qu'elles soient d'ordres différents, en des termes identiques ou équivalents : le Père ; la loi dont il est le donateur ; le conflit entre la volonté de se conformer à la loi et l'agir qui s'y oppose ; la pression du désir sur le moi ; la force obscure qui pousse à la convoitise. L'élucidation de la nature, des raisons et des conséquences existentielles de cette homologie sont une remarquable contribution d'Antoine Vergote à la théologie¹⁰.

L'existence même de ces caractéristiques communes entre le spirituel et le psychique implique un fort risque de mal les distinguer, allant jusqu'à la confusion pure et simple, plus ou moins volontaire et consciente : confusion entre Dieu et la figure paternelle idéalisée, entre le péché et la culpabilité, entre les forces du mal et les pulsions, entre l'action de Dieu sur nos représentations intérieures et celle des processus inconscients, etc.¹¹ Les réflexions qui suivent sont précisément conçues pour éclairer au sujet des différences et des liens entre ces réalités risquant d'être confondues, et au sujet des expériences, des théories et des pratiques qui s'y rattachent.

1.2. *La réalité spirituelle dans sa différence avec la réalité psychique*

Au sens chrétien du terme, le spirituel n'est pas d'abord une partie¹² ou une propriété de notre être, telle que notre esprit ou nos facultés spirituelles (intelligence, mémoire et volonté). Il est tout ensemble Dieu lui-même, son action et sa présence intérieures nous unissant à Lui par

¹⁰ Cf. J.-B. LECUIT, *L'anthropologie théologique*, cit., 553-581 et *infra* p. 7.

¹¹ Sur ce dernier point, voir ID., « La grâce et l'humain dans l'union à Dieu. Interrogations scientifiques et théologiques sur le témoignage de sainte Thérèse d'Avila », *Teresianum* 66/1-2 (2015) 151-195.

¹² Je laisse de côté la question de savoir si ce que les spirituels appellent le « sommet de l'âme », sa « pointe », sa « substance », son « essence », son « centre », ou son « fond », en sont une partie non psychique, une propriété, ou s'il s'agit de Dieu lui-même (tout au moins dans certains cas), ou encore jusqu'à quel point la signification de ces expressions est davantage pratique qu'ontologique.

le don gratuit de l'Esprit Saint, et leur effets en nous. Ces effets ne sont pas d'abord de l'ordre du sensible, mais de l'orientation profonde de notre vouloir, dans une conformité toujours plus profonde à Dieu et sa volonté. En sa plénitude, le spirituel est l'union d'amour complète avec Dieu, la mystérieuse « union transformante » dont Jean de la Croix est le chanfre et docteur par excellence¹³.

Par quels principaux aspects diffère-t-il du psychique ? Tout d'abord, en cela qu'il concerne Dieu tel qu'il s'est personnellement révélé en Jésus-Christ, et non tel que nous nous le désirons, l'imaginons ou le concevons, que ce soit consciemment ou inconsciemment. Ceci entraîne que le discernement de ce qui est authentiquement spirituel et de ce qui relève éventuellement d'une distorsion d'origine psychique s'effectue en référence à la médiation du Christ et de toutes les médiations objectives qui nous y font participer : les Écritures, la Tradition, l'Église, la vie sacramentelle.

Le spirituel concerne toujours l'exercice de la liberté, en tant qu'il la suscite et la fait croître, mais aussi en tant qu'il requiert son engagement dans l'accueil du don de Dieu¹⁴. Dans le cas typique où ce don est accueilli avec une foi explicite en Jésus-Christ, le spirituel, même s'il reste essentiellement caché, a toujours une dimension consciente, dont le degré minimal est celui que supposent les actes de foi, d'espérance et d'amour. À ce titre, il est toujours interpersonnel, en étant dialogal.

1.3. *La réalité psychique dans sa différence avec la réalité spirituelle*

À la différence du spirituel, le psychique (au sens psychanalytique) est structuré par une évolution dans laquelle la liberté n'intervient pas du tout au départ, et très peu ensuite. Il est essentiellement inconscient, et ce qui en lui relève de la conscience n'a qu'un rapport indirect et obscur avec l'inconscient. C'est ainsi, par exemple, que nos rêves nous restent la plupart du temps indéchiffrables.

¹³ JEAN DE LA CROIX, *La montée du mont Carmel*, Éditions du Cerf, Paris 2010, 2,5,3 ; cf. 2,5,4.

¹⁴ Cf. la célèbre affirmation de saint Augustin : « celui qui t'a créé sans toi ne te justifie pas sans toi. Il t'a créé sans que tu le saches, il ne te justifie pas sans que tu le veuilles (*Qui fecit te sine te, non te justificat sine te. Fecit nescientem, justificat volentem*) » (*Serm.* 169, XI, 13 ; PL 38/923).

Les environnements en lesquels se structurent la vie spirituelle et la vie psychique diffèrent en ceci que le premier est partiellement choisi, alors que le second ne l'est aucunement. On peut entrer pour la première fois dans un environnement religieux à l'âge adulte, ou quitter l'environnement religieux de son enfance et abandonner toute vie spirituelle, en choisir un autre, ou y revenir si on l'a quitté. Mais le psychique se structure très profondément dans la prime enfance, dans un environnement non choisi, auquel il est impossible de se soustraire. Même à l'âge adulte on reste bien plus profondément marqué, pour le meilleur et pour le pire, par la structuration psychique induite par les premières interactions avec ses parents, et tout particulièrement avec sa mère, que par l'éducation religieuse de son enfance. Plus profondément encore : certes, on ne choisit pas plus sa mère qu'on ne choisit son Créateur, mais alors que celui-ci est purement la source et le modèle de la liberté intérieure, celle-là peut être, par sa mauvaise adaptation aux besoins de son enfant, source pour lui de difficultés psychiques parfois très profondes¹⁵. Et cela, sans faute de sa part, mais en grande partie en raison de ce qui lui a manqué dans sa propre enfance.

Alors que l'Esprit nous libère pour aimer et que le spirituel est liberté dans l'amour, le psychique nous détermine, parfois très gravement, lorsqu'il nous enferme dans la répétition stérile de conduites, de conflits, de situations qui ne favorisent pas la vie en relation et poussent à détruire les liens et à se détruire soi-même. Si la santé psychique favorise la relation aux autres, ses perturbations, et en particulier la difficulté à faire confiance, nuit à l'épanouissement de la foi et de la charité¹⁶.

1.4. *L'articulation entre le spirituel et le psychique*

Le fait que le spirituel diffère profondément du psychique, malgré leurs points communs, n'implique aucunement qu'il en soit séparé. En raison de l'unité foncière de l'être humain, « *un, corps et âme* » (*corpore*

¹⁵ Au sujet du rôle des premières interactions avec la mère et du complexe d'Édipe dans la structuration psychique et dans la relation à Dieu, voir mon ouvrage *Le désir de Dieu pour l'homme. Une réponse au problème de l'indifférence*, Cogitatio Fidei 303, Éditions du Cerf, Paris 2017, 132-137.

¹⁶ Cf. *infra* p. 8.

et anima unus) »¹⁷, tout ce qui est spirituel concerne aussi le psychique et le somatique. En effet l'Esprit, par son action en nous, influe sur notre intelligence et notre volonté, et par là sur nos représentations, nos motivations, nos volitions, nos actions, et sur leurs composantes psychique et somatique. Et cette influence est conditionnée par la structuration intérieure de la personne en qui elle s'exerce : selon la formule bien connue de Thomas d'Aquin, « tout être est reçu dans un autre selon le mode de celui qui le reçoit¹⁸ ». Cette unité entre le spirituel et l'être humain dans sa totalité est soulignée par de nombreux théologiens contemporains, tel Walter Kasper :

L'homme est entièrement corps et il est entièrement âme, et l'âme et le corps sont chacun l'homme tout entier. Même notre vie spirituelle, c'est-à-dire notre pensée et notre libre arbitre, n'est pas seulement liée extrinsèquement à un substrat corporel, par exemple à certaines fonctions du cerveau, mais elle porte un caractère intrinsèque profondément corporel ; le corps entre même en jeu dans les réalisations les plus sublimes de l'esprit humain¹⁹.

C'est ainsi qu'Antoine Vergote a montré comment le sujet croyant se constitue selon une dynamique semblable à celle du complexe d'Œdipe, dans lequel elle s'enracine sans s'y réduire : de même que le sujet psychique advient à travers la division et le conflit intérieurs que provoque la confrontation à la loi de l'interdit de l'inceste, portée par le père, puis à travers la résolution de ce conflit par une réconciliation avec le père, de même, le sujet croyant advient à travers la division et le conflit intérieurs que provoque la confrontation à la loi d'amour donnée par Dieu, puis la résolution de ce conflit par la réconciliation avec Dieu reconnu et accueilli comme Père. Cette homologie structurale frappante tient au fait que Dieu se donne à la personne humaine en conformité à sa structuration en être de désir et de parole, en inscrivant en elle sa parole et son action. Dieu, en donnant sa loi, puis en instaurant sa paternité dans

¹⁷ *Gaudium et spes*, 14,1.

¹⁸ ST, I^a, 75,5 (*omne quod recipitur in aliquo, recipitur in eo per modum recipientis*).

¹⁹ W. KASPER, *Jésus le Christ*, Cogitatio Fidei 88, Éditions du Cerf, Paris 1976 (nouvelle édition 1996 ; original 1974), 301.

un acte d'adoption, attire à Lui le processus psychique du transfert, qui reporte sur Lui les dispositions inconscientes à l'égard des figures parentales²⁰. Ainsi, la transformation des désirs « proprement humains » en désirs « orientés religieusement, écrit Vergote, se fait à travers une réelle épreuve, épreuve homologue à celle que représente le complexe d'Œdipe et la castration symbolique pour les désirs imaginaires du narcissisme²¹ ». Cela implique, par exemple, que la relation à Dieu Père est conditionnée par la relation psychique à la figure paternelle, mais aussi à la figure maternelle, que l'amour spirituel (*agapè*) s'enracine dans le désir (*éros*) et l'appelle à se transformer, ou que la convoitise s'enracine dans le désir inconscient d'omnipotence²². Cela implique encore que la sanctification dépende du psychisme, comme le jésuite et psychanalyste Louis Beirnaert l'a exprimé dès 1950 :

[...] il y a certaines qualités proprement psychiques qui conditionnent l'épanouissement des fruits de l'Esprit, dans ce que l'on appelle les vertus chrétiennes, et finalement l'exercice concret de la charité. Ces qualités ne sont en elles-mêmes ni la vertu, ni la perfection chrétienne, mais elles en conditionnent l'instauration progressive dans un psychisme que la liberté sous la grâce tente de modeler à l'image de la perfection du Père céleste [...] Si ces qualités font défaut, la fidélité aux inspirations de l'Esprit ne se traduira, à la limite, que par un combat sans cesse livré et sans cesse perdu. Ce qui est manqué alors, ce n'est pas la sanctification essentielle, c'est son inscription dans la psyché, sa manifestation empirique en vertus, du moins en vertus épanouies, car cet effort persévérant – la seule chose dont certains soient capables – est bien déjà la vertu en son germe même. Il est bien rare aussi que, même

²⁰ Cf. le dernier chapitre de J.-B. LECUIT, *L'anthropologie théologique*, cit.

²¹ A. VERGOTE, « Psychanalyse et religion », in: J. FLORENCE, A. VERGOTE *et al.*, *Psychanalyse, l'homme et ses destins*, Peeters, Louvain – Paris 1993, 311-338, ici 320, voir 322.

²² Sur tout ceci, cf. J.-B. LECUIT, *Le désir de Dieu pour l'homme*, cit., 129-137, et Id., *L'anthropologie théologique*, cit., ch. XIV, « La dynamique de la relation de l'homme à Dieu à la lumière de la psychanalyse ».

chez le plus disgracié, l'inscription psychique soit totalement ratée, quand la sanctification spirituelle est sans cesse nourrie par l'humilité²³.

2. Points communs et différences entre l'expérience spirituelle chrétienne et l'expérience psychologique

2.1. Les points communs entre ces deux expériences

L'expérience spirituelle chrétienne et l'expérience psychologique, en particulier celle qui est vécue en psychothérapie et psychanalyse, ont en commun plusieurs caractéristiques. La première est l'importance de la subjectivité, de la vie la plus singulièrement personnelle. La seconde, qui lui est intimement liée, est l'importance de la parole : de même que la vie spirituelle chrétienne est inséparablement auto-donation de Dieu en sa Parole éternelle et réponse personnelle suscitée par leur Esprit commun, l'expérience psychologique dont il est ici question repose sur la parole adressée et entendue. Le thérapeute, en acceptant la demande de la personne qui s'adresse à lui, en l'écoutant et en lui parlant selon les règles de son art, contribue à ce qu'elle expérimente l'importance de sa propre parole. Il lui ouvre un espace pour la lui adresser, laissant entendre, au moins implicitement, que l'expression de ce qui n'a pu être dit est favorable au mieux être et à une certaine libération²⁴. La troisième caractéristique commune aux deux types d'expérience, et liée aux précédentes, est le rôle fondamental reconnu à ce qui est caché, inconnu de la personne, et pour une grande part inconnaissable. Alors que nous tendons à identifier le réel à ce que nous en expérimentons immédiatement, l'expérience spirituelle et l'expérience psychologique entraînent une prise de conscience toujours plus profonde de l'importance et de l'influence de ce qui jusque là nous était demeuré inconnu, et de ce qui se dérobera toujours à une parfaite compréhension.

Enfin, les deux expériences ont en commun d'impliquer le passage par une épreuve intérieure de profond désillusionnement, d'insécuri-

²³ L. BEIRNAERT, « La sanctification dépend-elle du psychisme », in: Id., *Expérience chrétienne et psychologie* 266, Éditions de l'Épi, Paris 1964, 133-142, ici 139.

²⁴ Cf. *supra* note 8.

sation, de perte des évidences, de renoncement à ce qui empêche de croître en vérité et en liberté²⁵. L'épreuve à laquelle soumet la psychanalyse ou, dans une moindre mesure, les psychothérapies qui s'en inspirent, peut d'ailleurs être une de celles au moyen desquelles la purification spirituelle est opérée par Dieu²⁶.

2.2. *En quoi l'expérience spirituelle diffère de l'expérience psychologique*

Une des différences les plus évidentes entre l'expérience spirituelle et l'expérience psychologique tient à leurs conditions de possibilité. La première suppose la foi en Dieu, alors que la seconde en est totalement indépendante : que l'on soit croyant chrétien, d'une autre religion, agnostique ou athée, on peut bénéficier d'une psychanalyste ou d'une psychothérapie. Il est vrai qu'il est nécessaire, pour cela, d'avoir confiance en la possibilité que de telles pratiques procurent un mieux-être par la seule vertu de la parole prononcée dans le cadre proposé. Mais cette confiance, même si elle est soutenue par les justifications rationnelles de la psychanalyse et des thérapies qui s'en inspirent, n'a pas la nature dialogale de la foi en Dieu. Celle-ci ne peut être vécue que comme donnée par un autre et non produite par soi-même, car elle serait alors détruite par l'évidence de son caractère auto-suggéré²⁷. Mais la confiance qui soutient la démarche psychologique implique la personne dans la solitude de son autonomie.

Alors que l'expérience spirituelle n'est pas présupposée chez le psychanalyste ou le psychologue – ce n'est pas même un gage de la qualité de son travail –, elle est évidemment présupposée chez l'accompagnateur spirituel.

Enfin, plus encore que l'expérience psychologique, l'expérience spirituelle conduit à fortement relativiser l'importance de ce qui est senti et pensé dans l'instant présent : l'union à Dieu n'est pas mesurée par

²⁵ Cf. à ce sujet J.-B. LECUIT, « L'épreuve initiatique dans les rites et le cheminement chrétien », *Adolescence* 28/3 (2010) 545-561 et ID., *L'anthropologie théologique*, cit., 369-376.

²⁶ Cf. à ce sujet W. STINISSEN, *La nuit comme le jour illumine. La nuit obscure chez Jean de la Croix*, Éditions du Carmel, Toulouse 2015, 35, 38-39, 66-73.

²⁷ Cf. mon article « Grâce et liberté : énigme résolue ou mystère insondable ? », *Recherches de Science Religieuse* 102/1 (2014) 107-127, ici 123-124.

les phénomènes d'ordre psychique, mais par la qualité des vertus théologiques, et tout particulièrement de la charité²⁸.

2.3. *En quoi l'expérience psychologique diffère de l'expérience spirituelle*

Prise au sens le plus large d'une connaissance expérientielle de la diversité des états, des processus ou des contenus mentaux, l'expérience psychologique, à la différence de l'expérience spirituelle, est universellement partagée : chacun peut expérimenter en soi le rêve, la culpabilité, la force et la multiplicité des désirs ou le besoin d'être écouté. Mais l'expérience de type psychanalytique est unique en son genre, et concerne une très petite minorité de personnes. Ce qu'elle a de plus unique est l'invitation à dire et la possibilité même de dire ce qui vient à l'esprit sans considération de bienséance, de cohérence, de pertinence, d'intérêt pour autrui, etc. Cette parole en « libre association », favorisée par des éléments du cadre psychanalytique tels que l'absence de jugement, la neutralité, la stricte confidentialité, et l'usage du divan, permet la manifestation partielle et la prise en considération de l'inconscient psychique²⁹.

Alors que l'expérience psychologique n'est pas requise pour être accompagnateur spirituel, elle l'est toujours pour être psychanalyste ou psychothérapeute. Toutefois, elle ne suffit pas à pouvoir exercer comme tel³⁰. Si elle n'est pas une expérience spirituelle au sens chrétien, elle peut influencer fortement et favorablement sur la vie spirituelle,

²⁸ Sur le primat de la charité, cf. Mt 36,40 et par. ; Jn 12,34 ; 1Co 13,2 ; Rm 13,10 ; 1Jn 4,20.

²⁹ L'association libre « structure la situation analytique : l'analysé est invité à dire ce qu'il pense et ressent sans rien choisir et sans rien omettre de ce qui lui vient à l'esprit, même si cela lui paraît désagréable à communiquer, ridicule, dénué d'intérêt ou hors de propos. [...] elle favorise [...] l'émergence d'un type de communication où le déterminisme inconscient est plus accessible par la mise à jour de nouvelles connexions ou de lacunes significatives dans le discours » (J. LAPLANCHE et J.-B. PONTALIS, *Vocabulaire de la psychanalyse*, PUF, Paris 1967, 398 et 399).

³⁰ Selon la loi française du 24 juin 2009, article 91 : « L'usage du titre de psychothérapeute est réservé aux professionnels inscrits au registre national des psychothérapeutes. [...] L'accès à cette formation est réservé aux titulaires d'un diplôme de niveau doctorat donnant le droit d'exercer la médecine en France ou d'un diplôme de niveau master dont la spécialité ou la mention est la psychologie ou la psychanalyse. »

surtout en contribuant à débusquer les idoles inconscientes construites à partir des figures parentales et en libérant des attentes infantiles de façon à pouvoir mieux aimer. Dans une mesure moindre que l'expérience spirituelle, elle conduit à relativiser ce qui est senti et pensé dans l'instant présent, par la prise de conscience que cela est l'expression indirecte et transformée d'une problématique sous-jacente, et que la santé psychique n'est pas le bien-être.

3. Points communs et différences entre la théologie et la théorie psychanalytique

3.1. Points communs entre ces deux disciplines

Les approches réflexives au sujet du spirituel et du psychique, tels qu'ici entendus, sont la théologie et la théorie psychanalytique. Elles ont en commun, outre leur caractère critiquement réflexif, leur visée universelle : c'est de toute réalité que traite la théologie – pas seulement de Dieu –, mais elle le fait à la lumière de l'auto-donation de Dieu en Jésus-Christ ; et c'est le rapport de l'être humain à toute réalité qu'ambitionne d'éclairer la psychanalyse, mais sous l'angle particulier de ses conditionnements inconscients. C'est pourquoi la théologie peut et doit tenir compte de la psychanalyse (dans la mesure où elle lui reconnaît une validité rationnelle suffisante³¹) ; et c'est pourquoi la psychanalyse, dès son invention par Freud, a tendu à la rivalité avec la religion : en des mesures variables selon les auteurs, le rapport de l'être humain au Dieu unique ou aux divinités des religions non monothéistes est en effet censé pouvoir être expliqué ou tout au moins éclairé par des processus inconscients tels que l'illusion, l'idéalisation, la sublimation ou le transfert³².

³¹ Cf. *infra* note 39.

³² Sur la critique psychanalytique de la religion et son évaluation, voir J.-B. LECUIT, *L'anthropologie théologique*, cit., ch. IX-XIII.

D'autre part, la mise en œuvre de la réflexion théologique et de la réflexion psychanalytique suppose une expérience personnelle de ce qui est en question : respectivement, le mystère chrétien et les secrets du psychisme inconscient. C'est en grande partie pour cette raison que l'une et l'autre sont volontiers soupçonnées d'être irrationnelles, contraires à l'esprit scientifique, et en fin de compte illusoires. Elles sont des géants aux pieds d'argile : géants, car il n'est aucune réalité dont la signification anthropologique ne dépende pour une part de leur vérité ; aux pieds d'argile, car la reconnaissance de leur vérité suppose une expérience personnelle qu'aucune argumentation rationnelle ne peut contraindre à vivre ou même à justifier.

Même si l'on est convaincu de leur pertinence, l'impossibilité de les justifier par des raisons contraignantes et de les mettre à l'épreuve par de potentielles réfutations expérimentales entraîne leur diffraction en approches plurielles et parfois incompatibles. De même qu'une pluralité de courants parcourent le champ théologique, différentes théories psychanalytiques se complètent, s'ignorent ou se contredisent.

Enfin, théologie et psychanalyse ont en commun d'exiger, pour être pratiquées convenablement, de présupposer une formation longue, institutionnellement reconnue et sanctionnée. Si l'isolement professionnel d'un théologien ou d'un psychanalyste ou psychologue ne suffit pas à établir une errance intellectuelle, voire éthique – le génie est parfois mal compris ou rejeté –, il n'en est pas moins à prendre au sérieux. L'histoire récente nous a montré comment certains maîtres à penser (je pense, dans le contexte français, à tel fondateur de communauté nouvelle, ou à tel prêtre psychanalyste) ont gravement abusé de l'estime qu'ils s'étaient attirée, alors que leur prétention à dire le vrai et leur autonomisation à l'égard de leur institution de référence aurait dû susciter la prudence, voire la méfiance.

3.2. La théologie dans sa différence avec la psychanalyse

S'il va de soi que la pratique de la théologie présuppose la foi – ce en quoi elle diffère le plus radicalement de la psychanalyse – il peut sembler moins évident qu'elle doive prendre en compte non seulement la réalité psychique, mais les approches non théologiques de celle-ci. Depuis Augustin, les profondeurs et les replis cachés de l'âme humaine

ont été sondés par les auteurs théologiques et spirituels avec une perspicacité impressionnante³³. Mais de même que la pensée chrétienne a été lente à s'ouvrir aux approches scientifiques du cosmos ou de l'origine des espèces, elle reste souvent indifférente à la psychologie moderne, voire réservée ou hostile à son égard. Pourtant, « la foi et la raison sont comme les deux ailes qui permettent à l'esprit humain de s'élever vers la contemplation de la vérité »³⁴. La foi n'a donc pas à craindre les lumières de la raison, en particulier celles qui éclairent notre constitution psychique. Bien plus, elle implique leur prise en compte, même si cela demande, comme ce fut le cas avec les avancées permises par Galilée et Darwin, de consentir à réviser certaines interprétations des Écritures et, plus généralement, des dogmes et de l'enseignement magistériel³⁵. En ce qui concerne les sciences psychologiques, et en particulier la psych-

³³ Cf. en particulier les chapitres de la *Nuit obscure* de Jean de la Croix consacrés aux imperfections des commençants et des progressants. Cf. aussi A. VERGOTE, « The mysticism of Theresa of Avila (1515-1582) », in: J. CORVELEYN, D. HUTSEBAUT (eds.), *Psychoanalysis, Phenomenological Anthropology and Religion*, Louvain Psychological Series : Studia psychologica, Leuven University Press, Leuven-Rodopi, Amsterdam-Atlanta 1998, 243-253, ici 243 : « Il est typique des mystiques d'interpréter surnaturellement tout ce qu'ils expérimentent comme l'œuvre de Dieu ou l'influence possible du diable. Thérèse d'Avila a certainement réalisé beaucoup de fines analyses psychologiques, dont la psychologie peut apprendre, mais son interprétation est généralement religieuse. La psychologie fait abstraction de cette interprétation mais ne la refuse pas pour autant. Bien plus, pour le croyant il n'y a aucune contradiction entre les explications religieuse et scientifique, tout au moins quand il admet que Dieu agit dans et à travers les réalités historiques et psychologiques. En reconnaissant les schèmes humains dans les expériences mystiques, on dépouille la mystique de ses particularités "miraculeuses", qui en fascinent certains, en repoussent d'autres, et, dans tous les cas, obscurcissent l'essence de la mystique ».

³⁴ JEAN-PAUL II, *Fides et ratio*, Lettre encyclique, Site officiel du Vatican (*vatican.va*), 14 septembre 1998, *Incipit*.

³⁵ Cf. ID., « Discours aux participants à la session plénière de l'Académie pontificale des sciences », Site officiel du Vatican (*vatican.va*), 31 octobre 1992 : « la [...] sagesse et le [...] respect de la Parole divine [...] inspiraient saint Augustin lorsqu'il écrivait : "S'il arrive que l'autorité des Saintes Écritures soit mise en opposition avec une raison manifeste et certaine, cela veut dire que celui qui [interprète l'Écriture] ne la comprend pas correctement. Ce n'est pas le sens de l'Écriture qui s'oppose à la vérité, mais le sens qu'il a voulu lui donner. Ce qui s'oppose à l'Écriture ce n'est pas ce qui est en elle, mais ce qu'il y a mis lui-même, croyant que cela constituait son sens" [Epistula 143, n. 7 ; PL 33, 588] ».

nalyse, la difficulté est double : la scientificité des théories ne jouit pas du degré de reconnaissance et d'évidence qui caractérise les sciences naturelles³⁶. En outre, les interprétations qu'elles mettent en cause ne portent pas tant sur les vérités centrales de la foi que sur les conditionnements de la croyance en elles, de la vie morale et de la vie spirituelle : illusion de liberté ; immaturité affective sous-tendant certains discours et comportements touchant à la chasteté ; caractère infantile de certains modes relationnels ; existence d'une bisexualité psychique ; caractère non choisi de l'orientation sexuelle ; pathologie de certains comportements religieux (masochisme spirituel, rigidité morale, ritualisme obsessionnel, mysticisme hystérique³⁷) ; origine psychique de certains phénomènes mystiques³⁸ ; égoïsme latent de conduites apparemment désintéressées ; caractère inconsciemment manipulateur ou abusif de certaines attitudes ; conditionnements inconscients de l'attachement

³⁶ Rares sont les réflexions approfondies et convaincantes sur la validité de la psychanalyse et ses conditions d'appréciation. Je signale en particulier : « Les assertions de la psychanalyse reposent sur un nombre incalculable d'observations et d'expériences, et seul celui qui répète ces observations sur lui-même et sur d'autres est engagé sur la voie menant à un jugement personnel » (S. FREUD, « Abrégé de psychanalyse », in: ID., *Œuvres complètes*, t. XX, PUF, Paris 2010, 226-305, ici 229) et A. VERGOTE, « Épistémologie de la psychanalyse comme science de l'homme », in: *A filosofia e as ciencias, IV Semana internacional de filosofia*, Brasil, Curitiba 1978, 28-36, ici 29 : « L'écoute de la parole en libre association dans la situation analytique, constitue une technique d'observation originale et ses résultats ne sauraient pas être vérifiés ou falsifiés par d'autres procédés. [...] ce n'est ni aux autres psychologues, ni aux analystes du langage ordinaire, ni aux phénoménologues qu'il appartient d'examiner la validité scientifique de la psychanalyse. Pareille tâche revient à l'épistémologue qui, en se plaçant à l'intérieur de la démarche psychanalytique, examine le rapport entre la préconception hypothétique, la mise en œuvre de la technique qui s'en inspire, la collecte des observations, la construction des concepts théoriques interprétatifs, les nouvelles observations que ces dernières rendent possibles. Cet immense travail ne peut évidemment pas se faire en une heure de temps ». Cf. aussi R. PERRON, « La psychanalyse est-elle réfutable ? », in: R. PERRON, S. MISSIONNIER, *Freud*, Cahier de L'Herne, Éditions de L'Herne, Paris 2015, 193-199, en particulier 197-198.

³⁷ Voir à ce sujet l'ensemble du maître ouvrage A. VERGOTE, *Dette et désir. Deux axes chrétiens et la dérive pathologique*, Éditions du Seuil, Paris 1978.

³⁸ Cf. J.-B. LECUIT, « La grâce et l'humain dans l'union à Dieu », cit., et A. VERGOTE, « Visions et apparitions. Approche psychologique », *Revue Théologique de Louvain* 22 (1991) 202-225.

à des images de Dieu ou des théories le concernant³⁹. Le pape François, qui avait eu brièvement recours à une psychanalyste, a sans doute puisé dans cette expérience et dans les réflexions qui l'ont accompagnée sa conviction d'un lien entre certains comportements religieux et une problématique psychique inconsciente :

Quand je tombe sur une personne rigide, et surtout un jeune, je me dis aussitôt qu'il est malade. Le danger est qu'ils cherchent la sécurité. [...] On sent que ces hommes pressentent inconsciemment qu'ils sont « malades psychologiquement ». Ils ne le savent pas, ils le sentent. Et ils vont donc chercher des structures fortes qui les défendent dans la vie. Ils deviennent policiers, ils s'engagent dans l'armée ou l'Église. Des institutions fortes, pour se défendre. Ils font bien leur travail, mais une fois qu'ils se sentent en sûreté, inconsciemment, la maladie se manifeste. Et là surviennent les problèmes⁴⁰.

3.3. *La psychanalyse dans sa différence avec la théologie*

Comme l'explique Freud, son inventeur, la psychanalyse n'est pas seulement un moyen d'exploration de processus psychiques « à peine accessibles autrement » et « une méthode de traitement des troubles névrotiques » fondée sur cette exploration, mais « une série de vues psychologiques, acquises par cette voie, qui croissent progressivement pour se rejoindre en une discipline scientifique nouvelle », c'est-à-dire une théorie non pas constituée une fois pour toutes, mais susceptible de révisions et d'améliorations progressives⁴¹.

³⁹ Sur le rôle potentiel, dans la conception de la perfection de Dieu, du transfert sur lui de l'omnipotence inconsciemment désirée pour les figures parentales ou pour soi-même, voir mon livre *Le désir de Dieu pour l'homme*, cit., 311, 344-345.

⁴⁰ PAPE FRANÇOIS, *Politique et société. Rencontres avec Dominique Wolton*, Éditions de l'observatoire, Paris 2017, 382-384.

⁴¹ S. FREUD, « "Psychanalyse" et "Théorie de la libido" », in: *Œuvres complètes*, t. XVI, PUF, Paris 1991, 185-208, ici 183.

Bien qu'athée convaincu et militant, Freud a conçu la théorie et la pratique psychanalytiques comme neutres à l'égard des croyances religieuses, et cette conception a prévalu. La théorie de la pratique psychanalytique n'implique aucun rejet de l'expression, par le patient, de sa propre foi et cela, en vertu même du principe de l'association *libre*. Si la théorie psychanalytique ignore la *réalité* spirituelle en tant que telle, elle peut et doit toutefois la prendre en compte en tant que réalité culturelle susceptible d'influer sur le psychisme. Elle ne prend pas davantage en compte l'*expérience* spirituelle en tant que telle, mais s'intéresse à ses composantes psychiques.

Ajoutons qu'une connaissance minimale de la religion de l'analysant est utile pour discerner ce qui relève des références communes aux croyants de cette religion ou d'une interprétation singulière de celle-ci, révélatrice d'un fonctionnement psychique propre, éventuellement pathologique.

4. Points communs et différences entre l'accompagnement spirituel et l'accompagnement de type psychanalytique

4.1. Les nombreuses ressemblances entre les deux types d'accompagnement

En ce qui touche à leur pratique, l'accompagnateur spirituel et le psychanalyste ont beaucoup en commun.

L'un et l'autre ont eux-mêmes été longtemps accompagnés, jusqu'à être suffisamment en paix avec leurs difficultés personnelles pour pouvoir accompagner à leur tour. Ils ont aussi bénéficié d'une formation à l'accompagnement. Leur aptitude minimale pour pouvoir commencer à accompagner a été reconnue par leur institution de référence. Surtout dans les premières années de leur pratique, il ont eu recours à la supervision par un accompagnateur plus expérimenté. Ils se réfèrent toujours à un tiers : pour l'un, la foi chrétienne vécue en Église, pour l'autre, les références théoriques du mouvement psychanalytique auquel il se rattache, en lien avec le groupe professionnel lui assurant une reconnaissance institutionnelle (école, société savante, association, etc.).

L'accompagnement requiert la régularité, au long d'une durée souvent longue, se comptant en années. Ce qui s'est construit en bien des années ne peut pas se modifier en un instant. Les évolutions ra-

pides peuvent n'être que superficielles. Lorsqu'elles sont profondes, elles résultent de modifications préalables souvent non conscientes, et appellent un long travail ultérieur de transformation.

Qu'elle soit spirituelle ou psychanalytique, la relation d'accompagnement est toujours dissymétrique et non réversible : c'est la parole de l'accompagné qui est centrale et qu'il s'agit d'écouter et d'entendre, non seulement dans sa forme verbale, mais dans ses formes non verbales (silences, modulations et altérations de la voix, expressions du visages, attitudes, etc.). Le psychanalyste ne parle pas de lui-même ; l'accompagnateur spirituel ne le fait que sobrement, rarement, et dans la seule mesure où il a des raisons de penser que cela sera bénéfique.

Les deux types d'accompagnement reposent sur la parole exprimée pendant les séances par la personne accompagnée, et non sur la connaissance objective de sa vie en dehors de celles-ci, qu'elle soit supposée déductible de ses dires ou acquise par d'autres voies. La vérification du rapport entre ce qui est dit et la vie extérieure est inutile et de toute façon impossible à effectuer de manière adéquate. Cela implique qu'il faut s'abstenir de parler des personnes mentionnées par l'accompagné comme si on les connaissait directement.

L'accompagnateur est censé s'abstenir de porter un jugement moral sur la personne accompagnée, et à fortiori d'exprimer un tel jugement. Plus elle est éprouvée, en particulier par la difficulté à faire confiance résultant de son histoire personnelle, mieux la qualité d'écoute et d'empathie de son accompagnateur sera médiatrice de l'expérience de fiabilité relationnelle lui permettant de prendre peu à peu le risque de la confiance⁴².

L'accompagnateur est soumis à la plus rigoureuse confidentialité. S'il évoque un cas particulier – par exemple dans une séance de su-

⁴² Une méta-analyse de 2018 publiée dans la revue *Psychotherapy* confirme que l'empathie, entendue comme la capacité à comprendre ce qu'un autre expérimente ou cherche à exprimer, est un prédicteur modérément fort de la réussite d'une thérapie R. ELLIOTT, A.C. BOHART, *et al.*, « Therapist empathy and client outcome: An updated meta-analysis », *Psychotherapy (Chic)* 55/4 (2018) 399-410. Pour une approche théologique de l'empathie, notamment dans l'accompagnement spirituel, voir M.-M. BARRIÉ, *L'empathie à l'école du Christ. Phénoménologie, neurosciences, accompagnement spirituel*, Recherches carmélitaines 20, Éditions du Carmel, Toulouse 2020.

pervision par un tiers, une conférence ou une publication – c’est toujours de telle façon que l’anonymat soit absolument garanti. Cette confidentialité est une condition de possibilité de la liberté de parole de la personne accompagnée. Celle-ci doit pouvoir dire ce qu’elle veut, sans que son discours soit dirigé. Le fait qu’elle n’aborde jamais certains sujets présumés importants a de fortes chances de résulter d’un défaut d’écoute de la part de l’accompagnateur (par exemple parce que ses angoisses ou sa curiosité au sujet de réalités potentiellement aussi perturbantes que la sexualité, la faute ou la mort, sont plus ou moins consciemment perçues par la personne accompagnée, et la renforcent dans ses défenses à leur sujet). L’accompagnateur n’a pas à lui demander de lui parler de son intimité, mais doit favoriser les conditions qui lui permettront de le faire. La personne accompagnée, quant à elle, n’est pas soumise à la confidentialité : elle peut dire à une tierce personne l’identité, les paroles et les actions de qui l’accompagne (à condition de ne pas commettre une infraction comme la calomnie ou l’atteinte à la vie privée). Cela est indispensable à sa liberté, en particulier en cas d’abus ou de suspicion d’abus. L’accompagnateur ne peut donc jamais imposer la confidentialité à la personne qu’il accompagne.

La plupart des personnes accompagnées attendent plus ou moins consciemment de l’accompagnateur qu’il les aide avec une efficacité sans faille. Cela lui confère un pouvoir d’autant plus grand que le sujet est fragile et forte son attente. Par le processus spontané et largement inconscient que les psychanalystes appellent « transfert », il reporte sur l’accompagnateur des désirs, des sentiments, des modes relationnels reproduisant ce qu’il a vécu à l’égard de ses premiers objets d’attachement : les figures parentales et les personnages de l’entourage ayant exercé sur lui une influence affective prépondérante. Un tel transfert est particulièrement favorisé par le cadre de la psychanalyse, laquelle repose en grande partie sur l’interprétation de ce processus qu’elle favorise et par lequel elle est dynamisée. Mais le transfert est à l’œuvre en dehors de ce cadre, notamment dans les relations d’autorité, dans les psychothérapies ou dans l’accompagnement spirituel. L’accompagnateur ne doit jamais en considérer les manifestations – désirs, attentes, hostilités, admiration, etc. – comme s’adressant d’abord à lui, mais plutôt à ce qu’il représente inconsciemment pour l’accompagné. Une de ses manifestations consiste en l’attribution à l’accompagnateur

d'un pouvoir de compréhension et d'assistance virtuellement illimité. Le psychanalyste en est averti par sa formation. Mais l'accompagnateur spirituel, qui ne l'est souvent que peu, est davantage vulnérable à la tentation de s'attribuer les qualités qu'on lui prête, et de profiter du pouvoir qui en résulte. Cela peut aller de la simple vaine gloire à l'abus sexuel caractérisé, en passant par un manque de liberté affective, un jeu de séduction, ou des formes plus ou moins graves d'abus spirituel, par lesquels il impose ses désirs et ses idées à l'accompagné. Et cela, de manière parfois totalement inconsciente, et en s'attribuant les meilleurs intentions du monde.

L'accompagnateur doit donc se garder d'utiliser ce pouvoir en cherchant à contrôler l'accompagné, en lui imposant ses vues, ses désirs, ses angoisses, ses particularités psychiques, ses attentes à son égard, et ainsi de suite. Cela implique bien entendu que toute relation de type sexuel entre accompagnateur et accompagné est proscrite, ainsi que toute implication affective entraînant une perte de liberté : l'accompagnement de parents proches est à exclure, ainsi que l'accompagnement de personnes proches entre elles (comme par exemple une femme et son mari). L'accompagnateur doit gérer son propre transfert à l'égard de l'accompagné, ou « contre-transfert », en identifiant et contrôlant ses mouvements d'amour et de haine, ses préférences, curiosités et antipathies, son dégoût et son admiration, etc. Il s'efforce de détecter la tentation de s'identifier à un sauveur tout-puissant et omniscient, et d'y résister. Il a recourt aux moyens appropriés en étant lui-même accompagné, en recourant à la supervision par un accompagnateur confirmé, à la participation à un groupe de supervision, voire à une psychothérapie personnelle. « Ôte d'abord la poutre de ton œil » (Mt 7, 5) : tâche en laquelle il ne risque pas de progresser s'il n'y persévère pas, et longuement. Les bonnes intentions ne suffisent pas. Le jésuite Remi de Maistre n'hésite pas à le reconnaître :

Personne n'échappe au désir de s'approprier un jour ou l'autre la conscience de quelqu'un. Les désirs d'évangéliser, de mettre sur le bon chemin, de donner une bonne doctrine, de faire prendre de bonnes résolutions, d'être fidèle à l'Église... en sont souvent les meilleurs véhicules. C'est pourquoi la pratique d'une supervision est indispensable. Cela suppose de relire ses accompagnements et les émotions qui y sont

éprouvées avec une personne compétente, ou avec d'autres accompagnateurs⁴³.

Et la religieuse et psychanalyste Isabelle Le Bourgeois avertit elle aussi, dans le même numéro de *Christus* intitulé *Pour un accompagnement sans emprise* :

on tombe facilement, et beaucoup plus facilement qu'on ne le croit, dans l'emprise et l'abus [...] Comme tout un chacun, je suis exposée dans l'ordinaire des jours à la tentation de prendre le pouvoir et de disqualifier l'autre⁴⁴.

En définitive, le rôle de l'accompagnateur est de favoriser une transformation dont il ne doit pas chercher à se faire l'auteur, ni même le co-auteur. Aux accompagnateurs spirituels imposant leurs vues en empêchant les âmes de s'abandonner à l'action transformante de Dieu, lorsque le moment en est venu, Jean de la Croix adresse ces paroles qui n'ont rien perdu de leur actualité :

De cette façon, bien des maîtres spirituels font beaucoup de dommage à maintes âmes. Car, comme ils n'entendent pas les voies et propriétés de l'esprit, ils font perdre ordinairement aux âmes l'onction de ces délicats onguents avec lesquels le Saint-Esprit les oint et les dispose pour Soi, les instruisant par des chemins bas et abjects qu'eux-mêmes ont pratiqués ou lus çà et là, qui ne sont bons que pour ceux qui commencent. Car, comme ils ne savent rien de plus que pour ceux-là – et plutôt à Dieu qu'ils le sussent ! – ils ne veulent laisser aller les âmes, (encore que Dieu les veuille élever), au delà de ces commencements et de ces manières de discourir et d'exercer l'imagination, afin que jamais ils ne se rehaussent

⁴³ R. DE MAINDREVILLE, « Chemins d'une emprise spirituelle », *Christus* 265 (2020) 34-49, ici 42.

⁴⁴ I. LE BOURGEOIS, « Là où naît le risque de l'emprise », *Christus* 265 (2020) 56-66, ici 57 et 64.

et ne sortent de la capacité de leur nature avec laquelle l'âme peut faire fort peu d'affaire⁴⁵.

4.2. *L'accompagnement spirituel dans sa différence avec l'accompagnement de type psychanalytique*

Non seulement la référence explicite à la foi chrétienne est propre à l'accompagnement spirituel, mais l'accompagnateur peut avoir à enseigner l'accompagné au sujet du mystère chrétien, des principes de la vie spirituelle, ou de l'enseignement des grands auteurs spirituels. Il est cependant préférable d'intervenir avec sobriété, en ne s'empresant pas de combler les apparentes lacunes dans les connaissances de la personne accompagnée. Il convient de s'interroger : qu'a-t-elle voulu dire ? Comment entend-elle le vocabulaire qu'elle utilise ? N'est-il pas préférable de l'aider, par une forme de maïeutique, à découvrir elle-même la réponse à ses interrogations, par exemple en l'invitant à se référer aux Écritures, à la liturgie, à son expérience et à son intuition ? Plutôt que de formuler à sa place le but ultime de la vie spirituelle, en reprenant le vocabulaire théologique ou spirituel (communion à Dieu, conformation au Christ, sainteté, union transformante, mariage spirituel), ne convient-il pas de lui laisser le faire, quitte à l'aider à approfondir son expression ? Je pense au cas d'une personne qui, après un temps de réflexion, m'avait répondu que le but à poursuivre était d'être « jésusfiée » : cette formule à la fois toute personnelle et profondément accordée au mystère chrétien était plus à même de l'orienter que celles qui auraient pu lui être enseignées à priori. Il convient surtout de se demander quelle interrogation existentielle sous-tend les demandes d'explication ou les apparentes erreurs théologiques de la personne accompagnée, sans s'empresser d'abrégier ses silences.

La seconde différence la plus flagrante entre l'accompagnement spirituel et l'accompagnement psychanalytique tient au fait que ce dernier doit toujours être rémunéré. Cela est une condition nécessaire de l'in-

⁴⁵ JEAN DE LA CROIX, *La Vive Flamme d'amour*, Éditions du Cerf, Paris 2002 (*Vive Flamme B*, Couplet 3, § 31).

dépendance de la personne accompagnée : une fois la séance terminée, elle n'est plus en dette à l'égard du psychanalyste ou du psychologue. Mais en raison même de sa nature spirituelle, l'accompagnement spirituel peut être gratuit et, s'il fait l'objet d'un paiement, celui-ci ne doit pas être exigé.

L'accompagnateur spirituel peut être psychologue ou psychanalyste, mais il doit *ne pas* intervenir en tant que tel : il ne délivre pas d'interprétation psychanalytique, n'est pas neutre par rapport à la foi, ne cherche pas à donner une fonction thérapeutique à sa relation avec l'accompagné. De toute façon une interprétation psychologique, même pertinente, ne fait que renforcer les résistances de la personne écoutée à la reconnaissance de l'origine psychique inconsciente de ce qu'elle exprime, si cette interprétation n'est pas donnée dans le cadre professionnel d'une analyse ou d'une psychothérapie, et au bon moment (c'est-à-dire quand la personne est sur le point de pouvoir la formuler par elle-même). L'accompagnateur spirituel peut conseiller à la personne qu'il accompagne de consulter un psychothérapeute, tout en sachant que si elle n'en ressent pas suffisamment le besoin, elle risque de se fermer à cette éventualité. Il peut éventuellement lui faire remarquer des liens entre certains éléments de son discours, mais il s'abstient de lui en donner une interprétation de type psychanalytique. Il peut toutefois l'aider à prendre conscience que certaines répétitions relèvent de processus psychiques, et n'engagent pas directement sa liberté (« premiers mouvements », aliénations diverses, etc.).

À la différence du psychanalyste, l'accompagnateur spirituel se réfère préférentiellement au sens conscient et manifeste des paroles de la personne qu'il accompagne, et avant tout à leur portée spirituelle. Il concentre son attention sur les réalités spirituelles (Dieu, la grâce, l'engagement de la liberté envers Dieu, la vie théologale) et l'expérience qui en est faite. Cela n'exclut pas qu'il prenne en compte le psychisme – l'expérience spirituelle ayant toujours une dimension psychique⁴⁶ –, ni même la psychologie ou la psychanalyse. Mais il le fait dans la mesure où cela l'aide sur des points tels que : discerner les contraintes

⁴⁶ Cf. *supra* p. 6.

intérieures de l'accompagné et ses marges de liberté ; l'écouter en profondeur ; se situer dans une juste relation à lui (« ôte d'abord la poutre de ton œil ») ; repérer et gérer ses propres déterminismes, angoisses, projections, fixations, tentations de maîtrise, fantasmes de toute-puissance.

Comme l'écrit Antoine Vergote :

L'accompagnement spirituel diffère de la psychothérapie en ce qu'il tient ensemble les deux points de vue du croyant lui-même : celui de la référence à Dieu et son élucidation théologique et celui de la conscience de soi psychologique progressive de la personne qui demande à être accompagnée. Ce dernier point requiert de l'accompagnateur spirituel qu'un peu à la façon d'un psychothérapeute il soit capable d'écouter et d'aider la personne à exprimer elle-même ce dont elle fait l'expérience, ce qu'elle pense et comment elle l'évalue⁴⁷.

Ce qu'il vise, avec et pour la personne accompagnée, n'est pas le mieux-être psychique de celle-ci, mais son progrès dans l'union à Dieu. Cela n'exclut pas que la qualité de l'accompagnement ait des effets psychiques favorables : l'écoute profonde et l'empathie peuvent avoir une telle influence chez les personnes qui ne sont pas trop fragiles psychiquement⁴⁸. La connaissance de soi, l'acceptation des limites et du caractère indépassable de certaines difficultés psychiques, qui sont indispensables au progrès spirituel, et que la confiance en Dieu favorisent, sont elles aussi favorables au mieux-être psychique.

⁴⁷ A. VERGOTE, « Psychotherapy after the recognition of the distinctive psychic and divine realities », *Psyche en Geloof* 13/2 (2002) 62-73, ici 72.

⁴⁸ A. VERGOTE, *Dette et désir. Deux axes chrétiens et la dérive pathologique*, cit., 54 : « l'expérience démontre qu'elle [la religion] est inopérante sur des perturbations qui accumulent une longue histoire. Et ce qui plus est, il est des cas où la religion reprend en elle ces distorsions, des cas même où elle les polarise et les confirme ; Encore faut-il en même temps ajouter que la maladie est toujours aussi une forme de guérison, malheureuse certes, celle dont le sujet était capable devant la débâcle qui le menaçait ». Cf. ID., « Religion, pathologie, guérison », *Revue Théologique de Louvain* 26/1 (1995) 3-30, en particulier 23.

4.3. *L'accompagnement de type psychanalytique dans sa différence avec l'accompagnement spirituel*

Même s'il est croyant, le psychanalyste ou psychothérapeute se fonde exclusivement, dans son interaction avec le patient, à la théorie de sa discipline de référence (psychanalyse ou théories psychologiques la prenant en compte). Faire référence à sa propre foi ou non foi, et à fortiori tenter d'influer sur celle de son patient, contredit directement la neutralité requise. Plus gravement encore, cela revient à exploiter la vulnérabilité et l'influencabilité du patient à des fins, mêmes louables, qui ne doivent jamais être poursuivies au moyen de la position de pouvoir que lui confère indirectement le dispositif analytique :

Le thérapeute, écrit Vergote, n'a pas le droit d'imposer ses convictions religieuses ou non religieuses, ou ses valeurs morales personnelles. Dans la situation clinique ce comportement serait une utilisation de la violence morale, étant données la fragilité et la dépendance affective de la personne qui souffre. [...] Des interventions thérapeutiques contraires à la neutralité ajouteraient nécessairement une force supplémentaire à l'une des puissances inconscientes en conflit, le désir pulsionnel ou l'instance intérieure de refoulement⁴⁹.

Le psychanalyste ou psychothérapeute peut être croyant, mais il doit *ne pas* intervenir en tant que tel (sinon, implicitement, en tant que sa foi lui impose de respecter l'autre, de se conformer à la déontologie de sa discipline, ou l'invite à prier pour lui) :

Le thérapeute et le conseiller qui, avec la complicité du patient *utiliserait* cette foi et cette prière avec la *visée* de guérir d'une *psychopathologie*, se comporterait en contradiction avec la foi dans le don gratuit de Dieu. En faisant ainsi le thérapeute n'aide pas le patient à être psychologiquement capable de faire place à la paix et à la joie de Dieu ; au contraire, il

⁴⁹ ID., « Psychotherapy after the recognition of the distinctive psychic and divine realities », cit., 68.

agit contre l'attitude chrétienne et il renforce chez le patient le déni de la réalité psychique⁵⁰.

Le motif de charité ne peut pas justifier la dispense du paiement des séances, mais seulement l'adaptation de la somme demandée aux possibilités économiques du patient. La gratuité ou l'insuffisance de la somme versée contredit en effet, comme il a été dit, l'indispensable indépendance du patient en le plaçant dans une situation de dette symbolique et morale.

Même si le patient évoque sa foi, le psychanalyste s'occupe uniquement de la dimension psychique de ce qui sous-tend les paroles prononcées. En psychanalyse (et pour une part dans les psychothérapies qui s'en inspirent) on ne s'arrête pas au sens conscient et manifeste des paroles prononcées, mais on favorise l'expression et la perlaboration⁵¹ des problématiques inconscientes. Les réalités religieuses telles que les symboles, rites ou discours ne sont considérées que dans la mesure où elles permettent de situer la parole du patient par rapport à des références culturellement partagées. Cela permet notamment de faire la différence entre le délire – théorie purement individuelle, non partageable – et la croyance collectivement vécue et réfléchie.

4.4. *L'articulation entre les deux types d'accompagnement*

De ce qui précède, il résulte que si l'on peut être accompagnateur spirituel et psychothérapeute ou psychanalyste, on ne doit en aucun cas exercer ces deux formes d'accompagnement à l'égard de la même personne, ne serait-ce qu'implicitement. L'accompagnateur spirituel peut orienter l'accompagné vers tel ou tel psychothérapeute ou psychanalyste de sa connaissance, de préférence en lui fournissant plusieurs noms. Il s'abstient d'interroger l'accompagné sur le déroulement de son accompagnement psychologique. Il favorise l'échange de parole

⁵⁰ *Ibid.*, 72.

⁵¹ La perlaboration (*Durcharbeitung*) est le « travail psychique qui permet au sujet d'accepter certains éléments refoulés et de se dégager de l'emprise de mécanismes répétitifs », grâce à l'interprétation psychanalytique et à la levée des résistances s'y opposant (J. LAPLANCHE, J.-B. PONTALIS, *Vocabulaire de la psychanalyse*, cit., 305).

concernant la vie spirituelle, en aidant l'accompagné à identifier ses marges de liberté (ce qui ne relève pas de la répétition subie), et plus particulièrement les points sur lesquels sa vie de foi favorise la sortie de la répétition stérile. Dans le cas où la personne accompagnée s'adresse à lui comme s'il était son psychothérapeute, en cherchant à interpréter psychologiquement ce qu'elle vit ou évoque, il lui recommande d'en parler plutôt à son psychothérapeute.

* * *

En cette époque où la révélation de tant d'abus commis par des personnes en situation d'autorité spirituelle nous conduit à une réflexion approfondie et une vigilance accrue, je ne peux conclure ces réflexions qu'en insistant sur le respect inconditionnel de la liberté de la personne accompagnée. Outre l'évitement des erreurs ou écarts déjà signalés, ce respect impose à l'accompagnateur de ne pas proposer ses services, et à fortiori de ne pas faire en sorte que la personne accompagnée se croie plus ou moins obligée de prolonger avec lui, particulièrement si sa vulnérabilité l'expose au risque de la dépendance⁵². Il lui faut aussi résister à la tentation de lui donner des ordres, et même des indications de conduite qu'elle pourrait recevoir comme des ordres, à la mesure de son attente d'être délivrée de la responsabilité de décider elle-même. Cela n'exclut pas d'indiquer des principes, repères ou lois, par exemple au sujet de l'importance de ne jamais abandonner l'oraison, de ne pas ajuster sa durée à l'agrément ou au désagrément qu'on y éprouve, ou de lutter contre les tendances désordonnées. Cela n'empêche pas non plus de proposer des exercices spirituels, de signaler des dangers (tel que celui de la tentation sous couleur de bien) ou des chemins de mort (comme l'enfermement dans la culpabilité centrée sur soi). Mais à condition de ne pas se servir de telles indications pour guider la personne selon son propre jugement, et a fortiori de ne pas se substituer à sa conscience, ou de lui donner l'impression qu'on le fait. Comme le

⁵² C'est ainsi qu'au début d'un nouvel accompagnement, j'indique que je ne prendrai jamais l'initiative de proposer une nouvelle rencontre, invitant la personne à en faire elle-même la demande. Au cas où elle ne le fait pas, je ne cherche pas à reprendre contact avec elle.

dit très bien Remi de Maindreville : « L'accompagnateur est du côté de la vigie et non à la place de celui qui tient la barre, jamais dans la place de la conscience et de la décision libre de l'autre »⁵³.

Céder à la tentation de mener l'autre selon ses propres vues est d'autant plus facile qu'on n'en perçoit ni la possibilité ni la gravité. Il est remarquable que Thérèse de Lisieux, pourtant très jeune et dépourvue de formation préalable, en ait si lucidement identifié le risque et le remède, dans la tâche de formation des postulantes et novices qui lui fut confiée :

De loin cela paraît tout rose de faire du bien aux âmes, de leur faire aimer Dieu davantage, enfin de les modeler d'après ses vues et ses pensées personnelles. *De près* c'est tout le contraire, le rose a disparu... on sent que faire du bien c'est chose aussi impossible sans le secours du bon Dieu que de faire briller le soleil dans la nuit... On sent qu'il faut absolument oublier ses goûts, ses conceptions personnelles et guider les âmes par le chemin que Jésus leur a tracé, sans essayer de les faire marcher par sa propre voie⁵⁴.

⁵³ R. DE MAINDREVILLE, « Chemins d'une emprise spirituelle », cit., 41.

⁵⁴ THÉRÈSE DE LISIEUX, *Œuvres complètes*, Éditions du Cerf – Desclée de Brouwer, Paris 1992, *Manuscrits autobiographiques*, Ms C, Folio 22 v^o, verso.

JEAN-BAPTISTE LECUIT, OCD

Le spirituel et le psychique,
sans confusion ni séparation.
Repères pour l'accompagnement spirituel

RESUMÉ : Afin d'éclairer les accompagnateurs spirituels et les personnes accompagnées sur l'importance de prendre en compte la psychanalyse et les thérapies qui s'en inspirent, et en raison des risques de confusion ou de séparation entre le spirituel et le psychique, cet article expose successivement les points communs et les différences entre les réalités à prendre en compte (le spirituel et le psychique), les expériences de ces réalités (l'expérience spirituelle et l'expérience psychologique), les théories au sujet des réalités et expériences (la théologie et la psychanalyse), et les pratiques correspondantes (l'accompagnement spirituel et la psychanalyse ou les thérapies s'en inspirant). Les principales conséquences pratiques de ces réflexions sont indiquées chemin faisant.

MOTS-CLEFS : Accompagnement spirituel ; vie spirituelle ; psychanalyse ; psychothérapie ; abus spirituel.

The Spiritual and Psychic:
Neither Confusion nor Separation.
Guideless for Spiritual Accompaniment

ABSTRACT: In order to enlighten the spiritual counsellors and the persons they counsel on the importance of taking psychoanalysis and the therapies based on it into account, and given the risks of confusion or separation between the spiritual and the psychic, this article successively exposes the common points and differences between the realities to be taken into account (the spiritual and the psychic), the experiences of these realities (spiritual experience and psychological experience), the theories about realities and experiences (theology and psychoanalysis), and the corresponding practices (spiritual guidance and psychoanalysis or therapies based on it). The main practical consequences of these reflections are indicated along the way.

KEYWORDS: spiritual guidance; spiritual life; psychoanalysis; psychotherapy; spiritual abuse.