

Recension critique du livre de P. et P. Fenner :

« Le courage de se libérer. »¹

par Bruno Delorme - 2008 -²

Résumé : *Le livre de P. et P. Fenner est représentatif d'un courant thérapeutique contemporain: l'approche non-duelle. Celle-ci mêle indistinctement une reprise des idées de la psychologie transpersonnelle, un Bouddhisme revisité par des courants hétérodoxes, et une visée thérapeutique aux contours flous, mais ambitieuse.*

Cet article se propose de faire l'analyse critique de cette conception relativement répandue de la psychothérapie, et tente d'approfondir la question cruciale de la relation entre les émotions et les croyances.

Mots-clés: *approche non-duelle, Bouddhisme contemporain, psychologie transpersonnelle, émotions, humeurs, croyances.*

¹ Cf. P. et Penny Fenner, *Le courage de se libérer*, Paris, A. Michel, 2002.

² Bibliothécaire de métier, j'ai publié un ouvrage sur l'influence de la rhétorique grecque sur la constitution de la figure du Christ et la rédaction des Évangiles intitulé : « *Le Christ grec* » (Paris, Bayard, 2009). Pour mes autres réflexions, je renvoie à mon site personnel : <http://brunodelorme1.wixsite.com/religionsphilopsycho>

Introduction.

Le livre de P. et P. Fenner offre un exemple d'une réinterprétation contemporaine de courants provenant du Bouddhisme, mais au profit de l'approche thérapeutique dite « non-duelle »³.

Pour P. et P. Fenner, l'utilisation de cette méthode non-duelle, qu'ils estiment aussi ancienne et honorable que les écoles de sagesse classiques, leur semble légitime en ce qu'elle permettrait d'accéder à des expériences spirituelles de non-dualité censées à la fois représenter un sommet spirituel et guérir des pathologies d'origine psychologique. De plus, elle serait susceptible de nous faire parvenir à un état de liberté intérieure proche ou identique aux formes d'éveils des sagesse orientales.

Pour ce faire, les auteurs proposent une sorte de programme thérapeutique que leur ouvrage résume, accompagné d'un travail d'introspection dont le but avoué est d'opérer un déplacement psychique sur des contenus mentaux névrotiques et défectueux, au cœur desquels se situent les croyances, considérées comme la principale source de souffrances et de mal-être⁴.

Or, la plus néfaste de toutes les croyances, selon eux, est celle qui nous illusionne sur notre manque ontologique originel et nous pousse à chercher artificiellement ce qui pourrait le combler⁵.

Démarche totalement inutile, selon les auteurs, qui sont persuadés que c'est le sentiment, illusoire, de manque qui est à l'origine de ce malaise⁶, et qu'il suffirait de se débarrasser de celui-ci et des croyances erronées qui lui sont associées pour recouvrer à la

³ L'approche non-duelle vise à faire l'expérience spirituelle de la non-dualité, celle qui permettrait d'effacer les frontières entre le sujet et l'objet, l'homme et son environnement, l'humain et le divin, le masculin et le féminin... Elle a été développée notamment en Orient, par des mouvements comme le Vedanta, le Shivaïsme, le Bouddhisme zen, le tantrisme. En Occident, on la retrouve dans certaines mystiques anti-institutionnelles comme la mystique rhénane, la théologie négative, les formes de panthéisme, l'idéalisme hégélien... Cette approche est reprise par des thérapies qui tentent de faire valoir une expérience de non-conflictualité en psychologie.

⁴ Cette technique doit beaucoup à un courant appelé « évangelisme thérapeutique » mis en lumière par la sociologie contemporaine, et que je résume en « Annexe » à la fin de cet article.

⁵ « Ce qui nous empêche d'être intrinsèquement libre est la croyance primitive et persuasive que quelque chose est mauvais ou manque dans notre vie. Les croyances que quelque chose manque et que quelque chose d'autre peut être gagné ou accompli produisent la souffrance intérieure et sont la cause des conflits et la misère humaine. »

Propos de l'auteur sur le site: <http://www.buddhachannel.tv/portail/spip.php?article13619>.

Étrange affirmation quand on considère que les auteurs se prévalent du Bouddhisme qui tient au contraire à souligner la prégnance de la souffrance comme une réalité existentielle indéniable, et forme, avec la finitude humaine, une vérité première et incontournable. Voir, P. et P. Fenner, *Le courage de se libérer*, op. cit., pp.26-27.

⁶ Voir en fin d'article l'Annexe 2: « Le manque, entre réalité et illusion. »

fois une nouvelle santé psychique et un état d'être parfait et pur que nous aurions toujours connu, et ce, malgré notre ignorance même⁷.

Méthode non-duelle, utilisation de la notion du stress, reprise de certaines idées provenant du Bouddhisme mais à des fins thérapeutiques, critique systématique de la notion de croyance, idée de liberté infinie..., tels sont, en résumé, les grands thèmes abordés dans cet ouvrage qui reste exemplaire de toute une production spirituelle actuelle, et que je me propose d'analyser.

⁷ À l'évidence, ce courant se situe aux antipodes de la pensée chrétienne, à laquelle il s'oppose sans jamais la nommer. Car le Christianisme a souligné que le manque inhérent à l'être humain est non seulement la cause de sa déshérence, ou le signe de sa finitude, mais aussi le creuset où s'édifie sa personne et où elle se structure grâce à la révélation d'une Altérité divine. Le manque est ainsi conçu non comme une illusion mais comme une marque en creux appelant à s'extérioriser. On mesure ainsi mieux ce à quoi implicitement le courant non-duel s'oppose dans ses affirmations psycho-philosophiques.

I - Bouddhisme et approche non-duelle.

Au-delà même d'une nouvelle interprétation du Bouddhisme, ce livre entend effectuer une utilisation psychologisante de thèmes provenant de courants hétérodoxes du Bouddhisme, comme le *dzogchen*⁸ et la pensée du *Mâdhyamaka*⁹, en vue d'applications thérapeutiques, quoique sur un mode minimaliste et, selon moi, simplificateur.

On en trouve un exemple saisissant lorsque les auteurs se permettent de réécrire certains principes fondamentaux du Bouddhisme, comme les Quatre Nobles Vérités¹⁰, non seulement en remplaçant la notion de souffrance (*dukkha*) par celle, ambiguë, de « stress »¹¹, ou encore celle de désir par celle de « croyance », mais aussi en intégrant des données inexistantes dans le texte original¹².

Cependant, s'il semble évident que la souffrance ne se confond pas avec le stress, et que la croyance ne recouvre pas la notion de désir et ne peut s'y substituer, on peut se demander, au-delà de la question de la légitimité de ce type d'interprétations, ce qu'une telle extrapolation des idées bouddhiques peut avoir de pertinent, et sur quoi elle repose exactement.

Un constat s'impose d'ores et déjà : il semble évident, pour un connaisseur ou un pratiquant, que la pensée bouddhique ne peut s'identifier aux catégories floues de la pensée « non-duelle » à laquelle les auteurs voudraient la réduire¹³. Mais ce qui est en jeu, dans tout

⁸ Courant hétérodoxe du Bouddhisme tibétain dont on peut avoir une idée par ces quelques lignes d'un maître tibétain : « Dans la voie de la libération spontanée, il n'existe ni concept de renonciation - car si c'est toujours mon énergie qui se manifeste, elle peut le faire de nombreuses manières -, ni concept de transformation - car nous partons du principe que je me trouve déjà dans un état de pure présence, de contemplation. Si je me trouve un instant dans un état de contemplation, je vois que la colère et la compassion ne sont qu'une seule et même chose. Le bien et le mal ne font qu'un. Dans cet état, il n'y a rien à faire, nous nous libérons parce que nous nous trouvons dans notre propre dimension énergétique, sans rien fuir et sans renoncer à quoi que ce soit. Tel est le principe de la libération spontanée ». Cité sur le site internet de P. Fenner : <http://eveilimpersonnel.blogspot.com/2007/09/la-libration-naturelle-P-fenner.html>. On saisit immédiatement tout le relativisme moral de ce discours-type qui ne cherche aucunement à se justifier, encore moins à s'autoriser d'autre chose que de lui-même pour exister. Voir mon article : « Dzogchen », consultable sur le même site.

⁹ La voie du milieu dans le Bouddhisme Mahâyâna, qui insiste sur la vacuité.

¹⁰ Cf. P. et P. Fenner, *Le courage de se libérer*, op. cit., pp.254-255. Cette attitude irrespectueuse, propre à des courants postmodernes comme les théories du genre, n'hésitent pas devant de semblables abus qui s'apparenteraient à une sorte de révisionnisme historique ou religieux. Pourquoi, en ce cas, ne pas réécrire les Commandements bibliques ou l'Histoire elle-même selon les humeurs et les mœurs du moment, les modes de chaque culture et société ?

¹¹ *Ibid.*, p.256 : « Le stress et la tension sont les équivalents de *dukkha*, mot traditionnellement traduit par « souffrance » ou « caractère insatisfaisant ». Dans notre livre, les mots « souffrance » et « stress » sont interchangeables. » N'eût-il pas été plus exact et moins prétentieux de dire que le stress et la tension peuvent être inclus dans la notion de *dukkha* ?

¹² Ainsi de la méthode comme « ouverture naturelle » (pp.116-118, 255), avec l'harmonisation des croyances conflictuelles..., dont le texte bouddhiste ne fait nullement mention.

¹³ Le fait que les auteurs ont tenu à rendre hommage, en exergue à leur livre, à un guru aussi peu recommandable et aussi peu crédible que *Satya Sai Baba* et à ses méthodes controversées, est déjà en soi

le développement de la pensée de ces derniers et qui sous-tend leur argumentation, c'est la notion même de croyance et les attaques dont elle ne cesse d'être la cible tout au long de l'ouvrage.

II - Humeurs et croyances.

Je ne relèverai pas ici, faute de temps et de place, les nombreuses approximations conceptuelles de l'ouvrage ainsi que les présupposés souvent inexpliqués des auteurs¹⁴.

Qu'il me suffise d'en choisir un, à partir d'un paragraphe intitulé : « *Les humeurs et les émotions sont façonnées par les croyances* »¹⁵, et de le discuter. Ce terme de « croyance » est un mot-clé dans la pensée de P. et P. Fenner qu'ils définissent comme « *une représentation de ce qui est* »¹⁶.

Je passe sur tout ce que le terme de « représentation » draine avec lui depuis deux millénaires et demi de pensée occidentale¹⁷, et que les auteurs semblent malheureusement ignorer, et je souligne simplement que ce terme aurait tout de même mérité au minimum une note pour mieux cerner l'usage qu'en font les auteurs. De même en est-il de la différence entre représentation du réel - qui forme systématiquement pour P. et P. Fenner un obstacle ou un écran, source inévitable d'erreur et d'illusion -, et le réel en question,

problématique. Voir le site internet : <http://www.prevensectes.com/saibaba1.htm>, sur les problèmes de la secte avec l'Unesco. Il en est de même pour un lama comme Sogyal Rinpoché qui fut l'un des maîtres de P. Fenner. Je renvoie aux articles de Marion Dapsance consultables sur le site Academia.edu.

¹⁴ Les huit points catalogués aux pp.256-258, qui tournent autour d'idées comme la théorie de l'*apoha* (point 6) ou celle selon laquelle « le monde existe par la puissance d'une description linguistique » (point 4), empruntées à des pensées non-bouddhistes, en sont un bon exemple.

¹⁵ Cf. P. et P. Fenner, *Le courage de se libérer*, op. cit., p.63. Assurément, c'est l'ensemble du dispositif psychosomatique dans lequel s'articulent, non pas croyances et humeurs, mais émotions et cognitions qu'il faudrait analyser et interpréter selon une méthode fiable pour assurer une base solide à une pratique qui se veut thérapeutique. Mais à défaut d'un tel travail et de références sérieuses, le flou et l'approximation restent le domaine privilégié de l'imposture. Voir, A. Channouf et G. Rouan (éd.), *Emotions et cognitions*, Bruxelles, De Boeck, 2002.

¹⁶ *Ibid.*, p.59. Le véritable concept qui correspond exactement à cette définition serait l'intentionnalité. Celle-ci est une fonction fondamentale de la pensée humaine et de la conscience. Voir, P. Jacob, *L'intentionnalité. Problèmes de philosophie de l'esprit*, Paris, O. Jacob, 2004.

¹⁷ Sur cette question, voir, O. Boulnois, *Être et représentation*, Paris, P.U.F., 1999. Cela pose immédiatement le problème de savoir pourquoi nous devrions nous interroger ou nous détacher de nos croyances si la réalité semble si « ineffable » ou indéfinissable que cela? Inversement, si nos croyances s'avèrent profitables à nous comme aux autres, si elles peuvent être prouvées ou confirmées par des critères internes et externes, si elles nous sont d'une aide précieuse pour vivre, individuellement et collectivement, et se révèlent supérieures à une hypothétique réalité ineffable, pourquoi devrions-nous rechercher un mirage qui serait de facto inférieur à ces représentations? Et qu'apporterait-il de plus qui ne se trouverait déjà dans nos représentations ou dans nos croyances?...

lequel serait la vérité en soi, laquelle n'est malheureusement jamais questionnée en tant que telle dans ce livre, ni même qualifiée d'aucune manière¹⁸.

Et venons-en au fait.

Pour P. et P. Fenner, les sentiments et les humeurs seraient façonnés par les « croyances », lesquelles nous voileraient la vérité et la réalité¹⁹.

Belle affirmation, mais qui demande impérativement à être vérifiée avant d'être adoptée. Et sur deux versants distincts:

- d'une part, sur celui des effets des croyances;
- d'autre part, sur celui de leur contenu.

Ainsi, en admettant que les émotions et les sentiments sont causés ou suscités par les croyances, cela signifie-t-il qu'elles sont à la fois univoques et déterminés d'avance ? Ou, au contraire, peuvent-elles susciter plusieurs émotions différentes à partir d'une même cause ?

De plus, si les émotions peuvent apparaître sans un contenu mental particulier, ou sans être corrélé avec un jugement cognitif précis, n'est-ce pas le signe qu'elles peuvent se passer de croyances²⁰ ? Inversement, si les croyances - qu'elles soient d'ordre religieux, philosophique, éthique...- peuvent exister sans causer un sentiment ou une humeur, ne serait-ce pas la preuve qu'elles ne dépendent pas directement d'une émotion²¹ ?

Que devient, en ce cas, le postulat émis par les auteurs ?

Ainsi, si j'énonce que la Terre est ronde et que la gravitation est une loi physique universelle, je ne fais appel en moi à aucun sentiment ni à aucune humeur particulière. Et je peux éprouver une émotion, une passion ou un sentiment, sans avoir formé une croyance

¹⁸ C'est le problème posé par la critique adressée, en ce type d'ouvrage, à toutes les formes de représentations censées élargir le fossé entre le vécu et le réel, ou entre ce que nous sommes et vivons. Voir, pp.23 et 210 du livre pour une définition approximative de la réalité.

¹⁹ C'est toute la question de l'articulation entre les émotions, les actes et les jugements, et de leur caractère cognitif. Sur l'impossibilité de lier une croyance précise à une émotion, ou d'associer une émotion à l'égard d'une croyance ou d'une motivation, voir, J.-A. Deonna et F. Teroni, *Qu'est-ce qu'une émotion?*, Paris, Vrin, 2008, pp.37-57.

²⁰ Cf. J. Elster, *Proverbes, maximes et émotions*, op. cit., pp.15-16.

²¹ Cf. P. et P. Fenner, *Le courage de se libérer*, Paris, P.U.F., 2003, p.63 : « Les humeurs ne surgissent pas indépendamment de nos croyances sur ce que sont les choses. Elles sont créées par des croyances très spécifiques. » Et si c'était l'inverse qui était vrai ? Voir, J. Elster, *Proverbes, maximes et émotions*, op. cit., p.17 : « Plus haut, j'ai mis l'accent sur l'effet des croyances sur les émotions. Inversement, l'émotion a fréquemment un effet sur la croyance. (...) Les croyances qui déclenchent l'émotion peuvent, à leur tour, être modifiées par l'émotion. Le changement de croyance peut, à son tour, modifier l'émotion elle-même. »

particulière, ni établi un lien direct entre une représentation précise et une humeur²². De fait, pour reprendre l'exemple précédent, je peux croire que la Terre a une forme ronde sans avoir participé à un voyage spatial, ni l'avoir vérifié géométriquement ou même en observant une photographie, comme je peux accepter la loi de gravitation en tant que telle grâce aux démonstrations et aux expériences qui en ont été faites pour la prouver, et sans faire éprouver une quelconque humeur.

Inversement, je peux éprouver une peur face à un danger qui survient brusquement autour de moi (un orage soudain, un animal hostile, un accident...), sans avoir émis la moindre croyance à ce sujet. Et si j'adopte un certain type de comportement à l'égard de certaines situations, c'est d'abord parce que l'expérience ou l'éducation me l'auront appris. Le lien entre émotion et idée, humeur et représentation, événement et passage à l'acte, reste, en ces cas, entièrement à démontrer autrement que par des opinions ou des « *croyances* » sans fondement²³.

L'association entre croyance et humeur demande donc à être dûment interrogée²⁴. Ainsi, même une croyance religieuse ou métaphysique, par exemple celle de l'existence de Dieu, ne requiert pas nécessairement un mouvement d'humeur, et peut être affirmée ou prédiquée le plus sereinement possible, notamment à partir d'une spéculation métaphysique ou dialectique argumentée, et sans le recours à un quelconque sentiment²⁵.

De plus, les croyances, même portées ou suscitées par des sentiments, ne sont pas systématiquement trompeuses ou illusoires.

Ainsi, la lecture d'un roman, aussi irréel qu'il soit, peut ouvrir la conscience à une autre dimension en créant une sphère d'intériorité où les récits se déroulent dans une

²² Ainsi en est-il de la joie, de la sérénité ou de la haine qui peuvent naître sans raison ou n'être accompagnées d'aucune représentation ni croyance spécifique.

²³ Nous renvoyons à deux ouvrages particulièrement pointus sur ce sujet : M. Jouan (éd.), *Psychologie morale. Autonomie, responsabilité et rationalité pratique*, Paris, Vrin, 2008. Et J.-L. Petit (éd.), *Les neurosciences et la philosophie de l'action*, Paris, Vrin, 1997.

²⁴ Plus largement, c'est le débat en philosophie morale entre l'internalisme et l'externalisme. Le premier affirme qu'un « jugement moral implique nécessairement une motivation en accord avec ce jugement. » (S. Lemaire, *Les désirs et les raisons. De la délibération à l'action*, Paris, Vrin, 2008, p.96). Le second exprime l'idée inverse, à savoir que la croyance peut exister sans une motivation ni un désir spécifique (*Ibid.*, p.113). C'est la question du lien, et du lien nécessaire, entre les jugements moraux et les motivations qui doit être discutée. Voir, J. Dutant et P. Engel (dir.), *Philosophie de la connaissance. Croyance, connaissance, justification*, Paris, Vrin, 2005.

²⁵ Ainsi en est-il de l'argument dit « ontologique » sur l'existence de Dieu, mais qui ne demande qu'un exercice intellectuel, certes difficile en soi, pour être compris et sans faire appel à la foi. Un non-croyant peut très bien effectuer cet exercice sans éprouver une quelconque croyance en Dieu. Ce qui offre un beau sujet de réflexion... Pour une bibliographie, nous renvoyons à J.-L. Marion, *Questions cartésiennes*, Paris, P.U.F., 1991, ch. VII. H. Bouillard, *Connaissance de Dieu. Foi chrétienne et théologie naturelle*, Paris, Aubier-Montaigne, 1967, ch. 2. A. Baumgarten, *L'Argument infini*, Bucarest, Zeta books, 2011.

l'intimité du mental, viennent délivrer leur message, et apporter une certaine connaissance de l'être humain.

De même, le sentiment amoureux, pour trompeur qu'il soit, n'est pas nécessairement faux puisqu'il incline ma passion vers une autre personne avec qui j'ai quelque chance de vivre et de fonder un foyer. Ce que la raison ne saurait me faire faire à elle seule. Même désenchanté, quelques années plus tard, je ne renierais pas forcément ce sentiment qui m'a porté vers un(e) autre, m'a fait vivre une expérience extraordinaire et m'a poussé à aller au-delà de moi-même en créant de l'inattendu dans ma vie.

Je pourrais multiplier les exemples dans des domaines qui recouvrent tous les champs de l'activité humaine, de la médecine à la religion et à la pratique des arts, où les sentiments et les passions, les croyances aussi, sont nécessaires à l'appropriation des techniques exigées pour devenir compétent en ces matières et pour que la personne s'y engage pleinement²⁶.

Par ailleurs, les traditions religieuses, les courants philosophiques, les relations intersubjectives, les événements, l'histoire humaine..., engendrent et véhiculent nombre de croyances, fondées ou non, mais qui ne dépendent pas toutes d'humeurs ou de sentiments, lesquels peuvent très bien être isolés et écartés pour ne pas interférer avec elles. Ainsi en est-il, par exemple, d'une faculté comme la volonté, étonnamment absente du livre de P. et P. Fenner, qui peut, on le sait depuis longtemps, s'opposer au désir²⁷, aux sentiments et aux passions, et les contrecarrer pour faire advenir autre chose dans la psyché humaine, ou pour redresser ou corriger une conduite trop dépendante des émotions.

III - Scepticisme, croyances et connaissance.

Hormis le fait que ce que les auteurs entendent par « *croyances* »²⁸ se révélerait être plutôt ce que l'on appelle des préjugés²⁹, rien n'indique, dans ce livre, qu'il existerait une

²⁶ Autre exemple, plus religieux : si j'affirme croire en la divinité du Christ, et que se mêle à cette assertion et à cet acte de foi personnel un profond sentiment d'élévation de l'âme, et si, de plus, je suis transporté et ravi intérieurement au point d'être profondément ému à la pensée de cet homme qui s'est sacrifié pour l'humanité, ce sentiment m'égare-t-il vraiment? Me trompe-t-il sur la véritable nature religieuse de la Révélation chrétienne et sur le Christ lui-même? Ou au contraire, n'est-il que le vecteur émotionnel qui va me permettre de me rapprocher de cette figure vénérable entre toutes afin de lui ressembler, d'en être aimé et de donner ainsi un sens surnaturel à ma vie?

²⁷ Cf. J. Proust, *La nature de la volonté*, Paris, Gallimard, 2005.

²⁸ Sur la notion de croyances, mais qui ne sont pas équivalentes à des jugements, voir P. Engel « Le rôle de la croyance dans l'explication de l'action », J.-L. Petit (dir.), *Les neurosciences et la philosophie de l'action*, op. cit., pp.327-329.

distinction nette entre ces derniers et les croyances au sens large, mais aussi, par exemple, entre les convictions, la foi, la certitude³⁰ et la connaissance³¹.

Tout est regroupé artificiellement et abusivement sous le terme de « *représentations* » qui, selon P. et P. Fenner, nous « *coupent de la réalité* »³², mais qui, en fait, nous relie tout autant à celle-ci³³. Et comme l'acte de croire n'est aucunement spécifié au regard de l'opinion ou du préjugé³⁴, cette indistinction a pour conséquence de réduire considérablement le champ sémantique et philosophique de ce concept, et de paralyser une réflexion qui aurait pu prendre ces termes et leur signification pour point de départ.

Les croyances sont ensuite divisées en « *superficielles* » et « *profondes* »³⁵. Outre que cette répartition a le défaut de ne pas offrir un moyen assuré pour estimer le contenu des croyances en question, elle possède aussi celui d'entraîner de facto dans une régression infinie les différentes strates de croyances³⁶. En effet, pourquoi faudrait-il s'arrêter à une division aussi simple ou simpliste? Et qu'est-ce qui nous permet de penser que les croyances dites profondes ne sont pas sous-tendues elles aussi par une strate plus fondamentale encore? Or, de telles divisions ou subdivisions contredisent la pensée des auteurs d'après

²⁹ Cf. P. et P. Fenner, *Le courage de se libérer*, op. cit., pp.66, 70-71. Parfois, ils vont jusqu'à parler d'« interprétations » (p.56). Encore faudrait-il qu'ils explicitent leur propre herméneutique à cet égard, au lieu de laisser le lecteur dans une grande perplexité...

³⁰ N'aurait-il pas été plus pertinent de parler de l'imagination et de ses représentations? Ou encore d'évoquer une psychologie de l'émotion au regard d'une psychologie de la perception? Voir, J. A. Deonna et F. Teroni, *Qu'est-ce qu'une émotion?*, op. cit., pp.62-67.

³¹ Question cruciale, posée par Hume, sur laquelle je m'attarde par la suite, et qui est celle de la distinction entre la croyance et la connaissance. Celle-ci ne peut se confondre avec une simple croyance en ce qu'elle peut être vérifiée logiquement ou empiriquement et en ce qu'elle répond systématiquement à des critères de vérité universels. Voir, J.-M. Besnier, *Les théories de la connaissance*, Paris, P.U.F., 2005, pp.39-42.

³² Cf. P. et P. Fenner, *Le courage de se libérer*, op. cit., p.60.

³³ Cf. P. Jacob, *L'intentionnalité*, op. cit.

³⁴ L'étymologie du verbe anglais « *to beleive* » résumée par les auteurs (p.60), et qui va dans le sens de « *chérir une opinion* », ne recoupe pas la riche étymologie du verbe « croire » en français et ses racines latines et indo-européennes, qui indique, originellement, la confiance dans l'efficacité des rituels et dans l'action des dieux. Voir, E. Benveniste, *Le vocabulaire des institutions indo-européennes*, Paris, Ed. de Minuit, 1969, Tome I, ch. 15. Autre langue, autre psychologie, autres représentations de la « réalité »...

³⁵ Cf. P. et P. Fenner, *Le courage de se libérer*, op. cit., p.70.

³⁶ Cf. M. Jouan (éd.), *Psychologie morale*, op. cit., pp.24-25. Trois possibilités s'offrent en épistémologie pour fonder et valider un postulat ou une connaissance : celle de la régression infinie - mais qui ne peut s'arrêter, un argument renvoyant toujours à un autre plus fondateur - ; celle d'un choix décisif dans un principe - mais qui se révèle souvent arbitraire - ; celle enfin de la circularité, mais qui ne fait que renvoyer à ses propres présupposés. Voir, J. Dutant et P. Engel (dir.), *Philosophie de la connaissance*, op. cit., p.18.

laquelle l'expérience de la présence ne connaîtrait pas de degrés ou de niveaux³⁷. Mais alors pourquoi les croyances en auraient-elles, et au nom de quoi?

Au vrai, un travail d'histoire de la philosophie ne paraîtrait pas inutile pour connaître l'origine d'une telle conception au sujet de la croyance et des relations internes qu'elle entretient avec les humeurs et les émotions.

Selon moi, cette idée doit trouver son origine dans la philosophie de David Hume³⁸. Plus encore qu'à un Bouddhisme frelaté, c'est au scepticisme humien, selon nous, que s'alimente, plus ou moins consciemment³⁹, la pensée des auteurs. Car c'est Hume qui fut l'un des premiers à affirmer qu'il existe un rapport entre désir et croyance⁴⁰.

Inutile de dire que les auteurs, dans leur ignorance de la pensée philosophique, ne font nulle part mention de la dette qu'ils ont pu contracter envers ce grand penseur et ses théories. Ils se sont contentés d'écrire un ouvrage qu'ils présentent comme le fruit de leur réflexion, sans jamais faire mention d'autres penseurs, notamment occidentaux. Ce qui constitue une faute intellectuelle. Car, ce faisant, non seulement ils refusent de s'inscrire dans un mouvement de pensée qui leur permettrait de fonder au moins théoriquement leur projet thérapeutique sur des bases philosophiquement solides, mais ils privent leurs lecteurs d'un éventuel débat sur les idées qu'ils émettent sans les justifier. De nos jours, il existe des penseurs contemporains qui discutent encore les thèses humiennes en matière de psychologie et d'éthique, soit pour les réfuter, soit pour les reprendre et les approfondir en les réinterprétant⁴¹. Les auteurs de ce livre sont-ils seulement conscients de ce que leur propre scepticisme, très simpliste au demeurant, doit à celui du penseur écossais?

³⁷ Cf. P. et P. Fenner, *Le courage de se libérer*, op. cit., p.229. Ceci est aussi contredit par le témoignage et l'analyse des expériences méditatives dans le Bouddhisme ancien. La confusion porte ici entre degré d'intensité et saut de compréhension.

³⁸ Il faudrait aussi signaler le pragmatisme avec sa critique de la vérité comme adéquation au réel, ou sa théorie de la connaissance pratique. Ou encore la Rhétorique d'Aristote. Mais les auteurs ne sont pas suffisamment philosophes, ni même cultivés, pour se confronter sérieusement avec de telles pensées.

³⁹ Peut-être de par leur culture anglo-saxonne?

⁴⁰ La croyance consiste, pour Hume, en « une idée vive, offrant une relation ou une association avec une impression présente. » Voir, D. Hume, *Œuvres philosophiques choisies. Tome II*, Paris, Alcan, 1912, p.125. Mais c'est aussi avec lui que naît la confusion, reprise par P. et P. Fenner, entre croyance et connaissance. Voir, J.-M. Besnier, *Les théories de la connaissance*, op. cit., ch. III.

⁴¹ Cf. E. Le Jallé, *Hume et la philosophie contemporaine*, Paris, Vrin, 2014. L. Radoilska, *L'actualité d'Aristote en morale*, Paris, P.U.F., 2007, pp.12-13. S. Lemaire, *Les désirs et les raisons*, op. cit., pp.103-121. L'auteur, dans sa conclusion, insiste sur le fait que le sentimentalisme et l'intuitionnisme en moral, auxquelles se rattachent P. et P. Fenner, « tendent à sous-estimer les possibilités de la discussion morale. En effet, nos positions morales seraient parfaitement arbitraires si seules nos émotions ou des intuitions légitimaient nos croyances morales. » (p.243). C'est donc le problème moral qui est aussi en question dans le livre de P. et P. Fenner, et qu'ils n'abordent jamais.

Or, ce scepticisme, pour moderne ou post-moderne qu'il paraisse, contredit, en fait, l'un des fondements de la pensée bouddhique auxquels les auteurs veulent se référer.

Je ne prendrai qu'un seul élément pour le démontrer : celui de la nature de la réalité, au sens absolu, évoquée par les auteurs⁴².

Celle-ci, mouvante, insaisissable, voire inaccessible ou ineffable, selon P. et P. Fenner⁴³, se situe aux antipodes du *Dharma* bouddhique⁴⁴. Équivalent de la Loi ou du Droit, avec une connotation à la fois universelle et religieuse, le *Dharma* ne peut admettre la plasticité des opinions émises par les auteurs, encore moins le relativisme contemporain des différentes voies spirituelles ou thérapeutiques censées toutes menées à un même état transcendant. En effet, les auteurs expriment dans leur livre une pensée à géométrie variable, toujours sceptique quant aux questions métaphysiques ou éthiques⁴⁵, mais située à l'opposé du *Dharma* bouddhique.

En revanche, elle pourrait trouver, du point de vue de la morale et la pensée du droit, un précédent du côté du positivisme juridique ou du libéralisme philosophique selon lesquels les lois ne sont qu'une production des conventions sociales des différentes cultures ou des sociétés qui les expriment et les appliquent⁴⁶. Et qu'elles ne sont en rien l'expression d'une justice universelle, qu'elle soit immanente ou transcendante. À ce courant, de tendance constructiviste, s'opposent les tenants du jusnaturalisme ou du droit naturel pour lesquels il existe un droit universel qui s'exprime, avec des nuances certes, quoique jamais inconciliables, dans les différentes constitutions ou dans les lois morales de chaque société⁴⁷.

Or, le Bouddhisme, pour souple qu'il paraisse dans son éthique et sa vision du monde, ne saurait se placer du côté des positivistes en droit, pas plus que des minimalistes

⁴² Cf. P. et P. Fenner, *Le courage de se libérer*, op. cit., pp.209-210. Avec la mention de la phrase tirée d'un *sûtra*: « La réalité n'est pas ce qu'elle semble, elle n'est pas autre non plus. » Une telle pensée fait immédiatement avancer le débat...

⁴³ *Ibid.*, p.33 : « Le dernier chapitre décrit l'indescriptible... » Celui-ci n'équivaut pas non plus au *nirvâna* bouddhique en ce qu'il n'est ni indescriptible ni inaccessible comme le démontre l'Éveil même du Bouddha.

⁴⁴ Cf. N. Stchoupak, L. Nitti, L. Renou, *Dictionnaire sanskrit-français*, Paris, Maisonneuve, 1987, art. « dharma: établissement d'un ordre, droit, loi, règle religieuse ou morale, devoir, morale, justice, vertu, mérite, qualité fondamentale, Loi ou Justice personnifiée... » On est très loin de la « réalité » décrite par P. et P. Fenner qui ressemblerait infiniment plus au flux du *samsâra* qu'au *Dharma* ou au *nirvâna*.

⁴⁵ Cf. P. et P. Fenner, *Le courage de se libérer*, op. cit., pp.129-131.

⁴⁶ On serait plus proche de la critique de l'ethnocentrisme philosophique occidental d'un R. Rorty.

⁴⁷ Pour une histoire de la notion de droit naturel s'opposant au droit positif, voir, A. Neschke-Hentschke, *Platonisme politique et théorie du droit naturel. Contributions à une archéologie de la culture politique européenne*, Louvain, Peeters, 1955. V. Descombes, *Le raisonnement de l'ours*, Paris, Le Seuil, pp.361-393. Pour une démonstration de la différence entre les cultures et les mœurs des différentes sociétés ou civilisations, et l'affirmation d'une éthique capable de les transcender, voir V. Nurock, *Sommes-nous naturellement moraux?*, Paris, P.U.F., 2011, ch. 1.

en morale⁴⁸. Sa vision de l'acte - le *karma* - et de ses conséquences, comme de la Loi universelle - le *Dharma* - qui préside aux destinées humaines⁴⁹, contredit les conceptions relativistes contemporaines et, par conséquent, les principes thérapeutiques et leurs présupposés relativistes prônés par P. et P. Fenner. Conceptions dont les enjeux éthiques sont plus que douteux, ou jamais explicités, comme si une thérapie pouvait se passer de morale⁵⁰...

Il ne serait d'ailleurs pas venu à l'esprit de ces auteurs d'accorder à ces « croyances », si rédhitoires qu'elles leur semblent ou si négatives et conflictuelles qu'elles leur paraissent, la capacité de nous faire atteindre la réalité, non pas celle, énigmatique, qu'ils recherchent, mais celle, plus triviale, qui est la nôtre. Et par des moyens mis à notre disposition par notre psychè et par la culture humaine, tels des interfaces aussi souples que nécessaires entre la réalité et nous-mêmes. Ou encore, que ces croyances, selon certains critères, peuvent nous aider à conformer la réalité à une conception précise du monde qui soit viable, à la fois pour des raisons pratiques et profondes⁵¹. Et que, de ce fait, ces croyances, quand bien même devrions-nous les objectiver pour ne pas en être prisonniers, sont nécessaires à toute forme de vie commune ou sociétale. Qu'enfin, eux-mêmes, en tant que thérapeutes, ne sont pas exempts de croyances tout aussi critiquables ou discutables que les préjugés qu'ils veulent combattre.

À commencer par les idées ou par les croyances d' « *ouverture* »⁵², de « *non conflictualité* »⁵³, de « *non-dualité* »⁵⁴ qu'ils promeuvent. Mais qui ne sont que des concepts flous, rien moins qu'objectifs, et qui ne correspondent en fait qu'à des expériences subjectives, toujours tendues vers l'ineffable, et aux conséquences psychologiques difficilement vérifiables. Ou encore celle de « *présence* », dont ils parlent avec beaucoup

⁴⁸ Cf. R. Ogien, *L'éthique aujourd'hui*, Paris, Gallimard, 2007, pp.11-12.

⁴⁹ Quoique ne niant pas la liberté humaine et les choix afférents à chacun.

⁵⁰ C'est la caractéristique de ce type de livre que de confondre sans cesse psychologie, thérapeutique, morale, spiritualité...

⁵¹ Par exemple, pour des raisons éthiques, religieuses, sociales ou politiques. Voir, S. Ebbersmeyer: « Conduire ou séduire les émotions? Réflexions sur l'ambivalence des émotions à partir de la *Rhétorique* d'Aristote. », *Revue de Métaphysique et de morale*, Paris, 2010, N°: 2, pp.233-248.

⁵² Cf. P. et P. Fenner, *Le courage de se libérer*, op. cit., p.116, et ch. 8

⁵³ *Ibid.*, ch. 6.

⁵⁴ p. 230. Voir aussi le dernier livre de P. Fenner, *L'esprit lumineux. Voie sans effort et présence non-duelle*, Paris, Almor, 2010.

d'émotion à la fin du livre⁵⁵. Ou celle de développement psychologique de l'être humain, mais décrit avec un grand simplisme selon leur programme et le plan de leur ouvrage⁵⁶, et qui reste dûment à vérifier⁵⁷. Ou bien celle d'opposition, très artificielle et propre à tout anti-intellectualisme primaire, entre vivre et comprendre comme si, les deux attitudes s'opposaient et étaient nécessairement incompatibles⁵⁸. Ou la croyance dans l'idée que le « vécu »⁵⁹, notamment dans l'expérience de la liberté de la présence, « *ne possède pas de degrés* »⁶⁰, ce qui reste évidemment à démontrer, surtout si chaque « vécu » est subjectif. Ou l'idée, comme la croyance, selon laquelle la présence « *ne peut pas être créée ni détruite* »⁶¹. Ce qui est beaucoup accorder à une expérience qui, en soi, se révèle aussi fragile qu'éphémère, et conférerait magiquement à l'idée de « présence », ou plutôt à sa croyance, des qualités quasi divines et personnalisées⁶², alors qu'elle est qualifiée, un peu plus haut, d'impersonnelle⁶³. Ce qui n'empêche nullement les auteurs d'affirmer ensuite que cette même présence est de toute façon impossible à trouver⁶⁴...

Il n'est pas jusqu'à l'approche de cette présence - sensible au corps et au cœur, définie sur un mode très émotionnel ou affectif et impliquant une forme de croyance ou de foi en son existence -, qui ne pose problème et n'entre en contradiction avec les intentions psychologiquement objectivistes des auteurs.

Or, de deux choses l'une:

- ou bien cette présence se révèle dans une immédiateté sensible qui se confond avec la force des sentiments et des émotions qu'elle suscite. Auquel cas il lui est difficile de s'en différencier sur le fond comme sur la forme, ce qui est contraire à sa

⁵⁵ Ch. 14. Présence plus que mystérieuse, et qui ressemble à l'Un de la philosophie néoplatonicienne ou au Dieu du monothéisme, accompagnée de qualités propres à une divinité à laquelle on pourrait presque s'adresser par des prières ou des invocations.

⁵⁶ Et avec une vision très optimiste de cette évolution censée parcourir systématiquement et nécessairement un itinéraire positif et ascendant. Ainsi, p.32 : « *Les phases de croissance* ». Et troisième partie, p.153.

⁵⁷ Idée sans doute influencée par la psychologie transpersonnelle. Mais où est-il écrit que la psyché humaine suit ou doit suivre nécessairement les étapes ici décrites?

⁵⁸ Cf. P. et P. Fenner, *Le courage de se libérer*, op. cit., p.23.

⁵⁹ Celui-ci est devenu aujourd'hui le « *ressenti* », deux termes totalement ambigus et dont la connotation est toujours subjective, comme s'il ne pouvait rien exister d'autre.

⁶⁰ *Ibid.*, p.229 : « Ce vécu ne possède pas de degrés. » Mais si c'est un vécu, il peut au contraire posséder de multiples degrés comme tous les vécus immanents propres à la vie psychique. De plus, en tant que vécu, comment serait-il identique à la présence qui transcende tout, même et surtout toutes les formes de vécu? Et par quel miracle les auteurs peuvent-ils le décrire, en interdisant toute comparaison à son sujet ou toute forme de jugement?

⁶¹ Cf. P. et P. Fenner, *Le courage de se libérer*, op. cit., p.229.

⁶² Comme celle de l'amour, p.230.

⁶³ p.224.

⁶⁴ p.225.

définition comme à l'approche non-duelle censée se situer au-delà des humeurs et des croyances;

- ou bien, cette présence n'est éprouvée que dans des états transcendants, auquel cas le vocabulaire de la sensibilité, de l'affectif et du vécu personnel pour la décrire est systématiquement proscrit, comme est interdit son accès par des voies sensibles.

Il faut choisir...

IV - Présence, langage et réalité.

Cette expérience de la présence semble donc absolument fondamentale. Malheureusement, son importance est proportionnelle à son ambiguïté.

Qu'est-ce qui, dès lors, peut nous assurer que celle-ci, quand bien même elle se réaliserait selon les idées contradictoires énoncées par les auteurs,⁶⁵ serait plus véridique, plus authentique, ou totalement différente d'une autre pensée?

Ainsi en est-il de l'idée selon laquelle nous pourrions perdre la présence, ou plutôt, comme les auteurs nous l'indiquent si précieusement, qui nous inciterait à croire qu'elle peut être perdue ou trouvée⁶⁶?

Mais n'est-ce pas réaffirmer de la sorte un sentiment ? Celui aussi puissant que prégnant de la présence, sentiment dont P. et P. Fenner voulaient initialement se débarrasser... Et n'est-ce pas émettre encore une pensée, celle de la pure présence, même dans le cas hypothétique d'une pensée dépourvue de pensée, pour infirmer des sentiments considérés comme conflictuels ou écarter des pensées jugées plus ordinaires?

Allons plus loin : si l'expérience de la présence est à elle-même son propre critère, ainsi qu'on peut le déduire de ces pages écrites sur un ton quasi mystique, est-ce celui de cette expérience en tant que telle et que l'on éprouve subjectivement⁶⁷? Ou est-ce le critère de la présence elle-même qui se manifesterait surnaturellement à nous et comme par miracle⁶⁸? Comment dès lors faire la différence entre une expérience qui, par nature, est éphémère et ne peut durer indéfiniment, et cette présence censée nous apporter une « *liberté infinie* »⁶⁹, en étant, de surcroît, intemporelle? Et qu'est-ce qui peut nous aider à

⁶⁵ Et avec une manière zen d'employer des paradoxes qui n'en sont pas.

⁶⁶ pp.225, 229.

⁶⁷ Mais qu'il faudrait alors définir autrement que par des paradoxes inutilisables.

⁶⁸ Telle une grâce d'ordre divin, par exemple, ou une révélation du même type.

⁶⁹ p.29.

identifier correctement cette présence comme étant bien celle décrite en ce livre, et à ne pas la confondre avec un effet de l'imagination ou avec celui d'une pratique d'ordre thérapeutique⁷⁰? Enfin, de quoi serait-on délivré si, comme P. et P. Fenner l'écrivent avec une grande force de conviction, signe de leur indéniable croyance intime, nous n'avons jamais été prisonniers de quoi que ce soit, ni jamais séparés de l'absolu que l'on recherche obstinément, mais en vain⁷¹?

À cet égard, les expressions employées du type « *conscience non-duelle* » ou « *conscience inconditionnée* »⁷² sont des oxymores. Aucune conscience, laquelle, par principe, est toujours conscience *de quelque chose*, même dans des états subtils de vigilance, ne peut-être non-duelle, encore moins inconditionnée⁷³. Plus encore, en affirmant péremptoirement que les croyances nous aveuglent et qu'elles font obstacle à notre liberté, les auteurs se font les défenseurs du naturel contre la méthode⁷⁴. Ils reprennent ainsi à leur compte de vieilles idéologies naturalistes d'origine romantique qui se sont érigées contre les notions classiques d'éducation, de culture, d'idéal, de développement des vertus, d'ascèse, de travail sur soi... Or, l'état spirituel ou mystique, aussi libérateur soit-il, est un état rien moins que naturel⁷⁵.

En effet, celui-ci est toujours conduit non seulement par une discipline méditative et une méthode éprouvée, mais aussi par une investigation attentive, une quête diligente, une analyse précise, un travail de détachement progressif, une démarche spirituelle toujours orientée et une introspection vigilante⁷⁶. Toutes ces pratiques, même celles qui se contentent d'exercices d'attention et de vigilance rudimentaires, exigent une rupture avec

⁷⁰ pp.236-237. Surtout lorsque les auteurs ne veulent préconiser « aucune pratique spécifique ».

⁷¹ p.231. Tenter d'enlever les voiles d'illusion qui obstruent notre esprit, comme le répètent à l'envi et si poétiquement, par exemple, les lamas tibétains dans leurs enseignements lénifiants, ne nous assure en rien que la réalité qui se situe en-deçà ou au-delà soit cette plénitude annoncée, ni qu'il suffise de se livrer à ces travaux de nettoyage psychologique pour accéder à un état de libération parfaite et définitive. D'autant que ces voiles sont décrits comme des illusions sans consistance... Mais d'où ces illusions tireraient-elles leur force ou leur puissance sinon, par exemple, des « croyances », ce qui serait la preuve que celles-ci ne sont peut-être pas aussi inconsistantes ou irréelles que le prétendent ces mêmes lamas...

⁷² pp.34, 249. Expressions ambiguës que l'on retrouve dans le dernier ouvrage de P. Fenner, *L'esprit lumineux. Voie sans effort et présence non-duelle*, op. cit.

⁷³ C'est un principe même du Bouddhisme. Voir, W. Rahula, *L'enseignement du Bouddha*, Paris, Le Seuil, 1961, pp.78-88.

⁷⁴ Cf. P. et P. Fenner, *Le courage de se libérer*, op. cit., pp.21-23, 28.

⁷⁵ La description de l'esprit et de la conscience donnée par P. Fenner dans son ouvrage - *L'esprit lumineux*, op. cit. - à la p.15, révèle en fait que l'esprit lumineux et la conscience inconditionnée sont des états construits et élaborés, avec sentiments de présence éprouvés, et n'existent donc pas de toute éternité.

⁷⁶ Le détachement n'est pas un état naturel, il exige au début des efforts pour adapter le corps et l'esprit à une attention vigilante qui n'est pas évidente et n'est pas donnée d'avance, ou qui n'est pas inscrite dans le corps de manière innée.

les habitudes humaines, les rythmes et les modes de vie ordinaires, ainsi que tous les cycles naturels⁷⁷. Comment, dans ces conditions, le résultat le serait-il⁷⁸? Inversement, si cet état était vraiment « naturel », c'est qu'il n'aurait alors rien de spirituel.

Par ailleurs, si l'esprit ou la conscience était vraiment d'essence non-duelle, et si cette non-dualité révélait sa véritable « nature », comment serait-il seulement possible de s'en extraire pour la désigner comme telle ou seulement en parler? Et quelle conscience, autre que celle-ci, pourrait surgir à côté d'elle pour l'observer, l'analyser, la décrire ou encore pour désirer l'état de non-dualité? Ne serait-ce pas plutôt le signe ou la preuve qu'il existerait non pas deux esprits, mais deux fonctions dans l'esprit humain, l'une capable de s'identifier mentalement à tous les états, l'autre de les analyser⁷⁹?

Mais la fonction mentale qui analyse, en quoi serait-elle inférieure à l'autre puisqu'elle est capable de la décrire et de définir les états éprouvés par la première? Ces deux fonctions, intellectuelles, qui renvoient peut-être à deux intellects apparemment aussi nécessaires qu'inséparables, ne semblent guère compatibles avec la théorie non-duelle pour laquelle tout est un ou non-deux.

Ainsi, qu'un acte cognitif puisse exister parallèlement ou conjointement à l'expérience de la présence ne peut être expliqué par les auteurs qui considèrent ces états duels comme foncièrement faux ou relevant de croyances erronées⁸⁰.

Mais si ces états et ce mental étaient aussi faux ou illusoire qu'ils le prétendent, comment pourraient-ils percevoir un état non-duel et le décrire aussi parfaitement?

Inversement, si c'est l'esprit non-duel, celui de la pure présence, qui analyse et décrit en détail ses propres états indifférenciés, en quoi cet exercice manifeste-t-il sa nature

⁷⁷ Tous ceux qui ont expérimenté ne serait-ce qu'une fois dans leur vie la méditation le savent.

⁷⁸ Invoquer un désapprentissage de l'esprit par l'exercice des pratiques méditatives ne signifie nullement que celui-ci revienne à un soi-disant état naturel.

⁷⁹ Ou, en langage aristotélicien, deux intellects: l'intellect possible et l'intellect agent. Voir, K. Flasch, *D'Averroès à Maître Eckhart. Les sources arabes de la mystique allemande*, Paris, Vrin, 2008. Cette théorie des deux intellects, ou des deux âmes, semble avoir existé en Inde, dès l'époque des Upanisads, avec la notion de deux *âtman* symbolisés par deux oiseaux sis sur un même arbre, l'un, actif, goûtant des fruits de l'arbre, l'autre, immobile, le contemplant. Voir, *Katha Upanisad*, Paris, Maisonneuve, 1943, III, 1. *Mundaka Upanisad*, Paris, Maisonneuve, 1943, III, 1-2. Et aussi L. Silburn, *Instant et cause. Le discontinu dans la pensée philosophique de l'Inde*, Paris, De Boccard, 1989, p.143.

⁸⁰ Ce qui ne fut absolument pas le cas du Bouddha lors son expérience de l'Éveil. Un *sûtra* nous en donne une indication lorsque le Bouddha explique le processus de son Éveil en insistant sur la présence de la conscience au regard de la béatitude éprouvée lors des différents états méditatifs : « Mais, Agivessana, le sentiment agréable de bonheur demeura en moi sans anéantir la conscience. » Conscience et sentiment de bonheur sont ainsi dissociés et reconnus comme tels, sans aucune confusion. Voir, *Le Tch'an (Zen). Racines et floraisons*, Revue « Hermès » N°: 4 - Nouvelle série -, Paris, Les Deux Océans, 1985, pp.32-33.

foncièrement non-duelle? En quoi surtout ces états pourraient-ils l'affecter au point qu'il lui serait nécessaire de s'extirper de la non-dualité afin de concevoir ou de définir celle-ci dans un langage précis, celui de la dualité? Et comment pourrait-il passer ainsi d'un mode non-duel à un mode duel, c'est-à-dire à un état de dualité qui, pourtant, n'est pas censé être le sien? Enfin, si c'est l'état mental lui-même, dépendant de la conscience, qui perçoit et se perçoit lui-même, comment pourrait-il constater une quelconque dualité qui serait en totale contradiction avec lui-même ou avec sa nature⁸¹?

Autant d'exemples de cercles vicieux pétris de présupposés inexpliqués, posés et imposés comme acquis, mais en vérité difficilement justifiables, finissent par faire obstacle à la réception de cet ouvrage. Ces présupposés sont présentés tels des postulats que le lecteur doit admettre sans discussion, et que l'incantation de la « présence » peine à conforter ou à soutenir par son arbitraire, comme elle ne parvient pas à briser les états duels par son silence et son inaccessibilité...

Sur un autre plan, le problème qui surgit aussitôt, avec la notion de croyance, est celui du langage et du discours. Ne serait-il pas trop prétentieux de dire que ces croyances dépendent, certes, de préjugés souvent peu interrogés, mais d'abord des discours tenus dans et par le monde social⁸² ?

Auquel cas, ce n'est pas tant une psychologie, ni même une sociologie qui pourraient se charger d'en élucider le contenu et la forme, mais plutôt une rhétorique ou une dialectique. Chose évidente, admise au moins depuis l'Antiquité, mais que P. et P. Fenner, une fois de plus, ignorent totalement. En effet, le recours à une rhétorique ou à une dialectique permettrait de mieux saisir les différentes sortes de discours pour les classer et leur accorder un degré de légitimité selon leur nature, leur forme et leur finalité. Cela permettrait aussi de mieux comprendre ce qui sépare et relie tout à la fois le réel en question et notre esprit ou nos sensations⁸³.

⁸¹ À commencer par la dualité inhérente à l'expérience.

⁸² C'est ce qui serait maladroitement suggéré par le point 4 de la p.256 qui stipule que « le monde existe par la puissance d'une description linguistique. » Mais laquelle exactement et sous quelle forme? Est-ce la puissance mystique propre au Shivaïsme du Cachemire de la parole sacrée prononcée par une divinité primordiale? De la parole sacrée au sens brahmanique? Ou d'une « description » plus sociale et plus immanente? Une fois de plus le mystère reste entier...

⁸³ Cf. P. et P. Fenner, *Le courage de se libérer*, op. cit., pp.129, 230.

Reste à interroger ce qu'est cette « réalité » dont les auteurs parlent, et qui demeure commodément bien mystérieuse⁸⁴. Car celle-ci peine à se différencier des principes premiers des grandes traditions religieuses ou métaphysiques. Elle apparaît ainsi tout à la fois sous la forme du Tout, d'une divinité impersonnelle quoique dotée de sentiments, d'un Cosmos divinisé, du Vide bouddhique, d'une forme de panthéisme irrégulier, ou encore de l'Être platonicien, voire de l'Un du néoplatonisme... Un idéalisme sous-tend donc l'ensemble des représentations propres aux auteurs, eux-mêmes insuffisamment au fait de l'histoire des religions et de la pratique de la philosophie pour les objectiver et en rendre compte.

V - Interdépendance et non-dualité.

On le constate donc, faute d'une clarification des notions très floues de « *présence* » et de « *réel* »⁸⁵, il ne nous reste plus qu'à tenter de les comprendre par d'autres moyens, ou de les déduire à partir de l'emploi de certains termes. Ainsi, celui de « *connexion* », auquel les auteurs consacrent plusieurs chapitres⁸⁶.

Ce dernier évoque en fait la notion d'interdépendance, qui est un des présupposés spirituels très en vogue depuis quelques années, et sur lequel repose toute l'argumentation du livre. Cette interdépendance serait la trame, semble-t-il, de toute la réalité. Trame qu'il faudrait saisir pour se libérer des croyances et de leurs effets néfastes⁸⁷, mais dont l'oubli⁸⁸, en revanche, mènerait irrémédiablement à l'auto-illusion sur le monde ou sur la réalité comme sur le moi, lesquels ne seraient, en vérité, jamais séparés⁸⁹.

⁸⁴ *Ibid.*, pp.129-135. Six pages seulement consacrées à la dimension du réel, n'est-ce pas un peu court? Plus loin, p.230, la réalité se confond, en un réflexe quasi chrétien, avec l'amour, puis avec la liberté, pour finir par un appel à une « fusion totale » avec celle-ci, qui implique la « dissolution » de toute forme de séparation... Il serait difficile d'être plus mystique et plus syncrétiste! Les § autour de « *la folle sagesse* » doivent beaucoup aux écrits de Chögyam Trungpa.

⁸⁵ Il semble qu'il y aurait une sorte d'ontologie implicite chez les auteurs dans leur tentative d'approche du réel, notamment en ce qu'il serait de l'ordre de l'être (pp.57, 129, 140, 230, 243). Mais celle-ci n'est pas abordée en tant que telle et, ce qui entretient d'autant plus cette ambiguïté est le fait que le Bouddhisme s'est élevé contre toute forme d'ontologie radicale. Les auteurs vont même jusqu'à évoquer poétiquement une « rivière d'être » (p.216)...

⁸⁶ Voir, ch. 9 à 12. Les auteurs préfèrent parler de « codépendance » (p.185) ou de « coexistence » (p.193), mais comme ils parlent aussi de « déconnexion » (p.155), j'en conclus que le terme de « connexion » peut se déduire à partir de celui-ci.

⁸⁷ pp.157-165.

⁸⁸ Synonyme de « *déconnexion* » (p.82, ch. 9). Terme essentiellement usité en informatique, ce qui en dit long sur les modèles implicites. On peut songer aussi, plus philosophiquement, à « l'oubli de l'être » heideggérien...

⁸⁹ p.231 : « Nous réalisons qu'il n'y a jamais eu la moindre séparation entre notre soi ultime et tout ce qui existe. » Étranges propos pour des personnes qui se disent adeptes du Bouddhisme lequel n'a jamais cru en un « soi » quelconque, qu'il soit ultime ou relatif! Comme il n'a jamais évoqué une quelconque fusion ou réunification avec la réalité, de quel qu'ordre quelle puisse être...

Faut-il souligner que cette thématique de la « trame » provient du tantrisme hindou-tibétain qui a eu une grande influence sur les auteurs?

Ceux-ci proposent ensuite une sorte de programme de « reliance »⁹⁰ ou de raccordement pour se sentir en contact et relié à notre environnement et à autrui⁹¹. Mais encore faudrait-il qu'ils puissent nous expliquer en quoi cette interdépendance serait bien la nature ultime de la réalité dont ils parlent, et qu'ils puissent présenter leur pensée avec des arguments plus convaincants que ces amalgames de bien-entendus lancés sans préavis, et qui ressemblent plus à des convictions personnelles arbitraires qu'à une pensée fondée et cohérente appelée à être partagée.

En fait, la dualité dénigrée par les auteurs semble surtout poser problème pour ceux qui n'en ont pas saisi l'essence. Celle-ci, d'ailleurs, ne réside pas dans la non-dualité, notion trop ambiguë, mais dans l'expérience même de la réalité duelle⁹². En ce sens, la recherche de la non-dualité pourrait se révéler n'être qu'une tentation illusoire, ou être le symptôme d'une incapacité à comprendre la réalité telle qu'elle est, à savoir divisée, douloureuse, impermanente, fragmentée, incoercible et surtout irréductible. Philosophiquement parlant, la propriété « non-duelle » fait référence à l'incapacité d'accepter le « duel » sous toutes ses formes et dans toutes ses acceptions : depuis ses formes relationnelle et psychologique - avec le refus de tous les « duels » propres à l'existence, c'est-à-dire des états conflictuels - jusqu'à la syntaxe de certaines langues, où ce mode grammatical concrétise les possibilités d'échanges intersubjectifs⁹³. On comprend dès lors pourquoi certains lui préfèrent un fantasme de non-dualité, artificiellement tranquille et qui anesthésie la conscience pour lui éviter le traumatisme du réel.

De ce fait, la non-dualité reflèterait une sorte de vision fusionnelle, c'est-à-dire symboliquement « incestueuse » de la spiritualité qui chercherait à unir le sujet humain à tout ce qui le dépasse mais qu'il ne peut saisir, pour en désamorcer la violence éventuelle, ou englober son altérité irréductible⁹⁴. Au mieux, la non-dualité ne serait que l'appellation

⁹⁰ pp.129, 168. Le mot est à la mode depuis quelques années.

⁹¹ p.170. Étrange tout de même, qu'ils ne songent absolument pas à dire un mot sur ce que toute éthique digne de ce nom se propose et propose à l'être humain depuis des siècles, à savoir de le faire accéder à une réelle autonomie qui se situe aux antipodes d'un tel réencordage généralisé...

⁹² Ou tierce..., tant elle peut prendre de formes différentes sans se limiter à n'être que l'expression d'un dualisme généralisé (pp.75-77).

⁹³ On le trouve notamment dans des langues comme le grec ancien ou le sanscrit.

⁹⁴ C'est l'une des définitions du messianisme. En effet celui-ci est « une eschatologie. Sa visée fondamentale, le fantasme qui la soutient, et saint Paul l'énonce avec beaucoup de clarté, c'est de parvenir à briser le joug de la Loi humaine

sécularisée et voilée du divin, mais que les courants non-duels n'oseraient pas nommer. Elle révélerait ainsi la religiosité refoulée et implicite de ceux qui la promeuvent. Comme elle signifierait la pente psychologiquement régressive que ses adeptes emprunteraient sans même le savoir⁹⁵.

Quelle est donc exactement cette présence non-duelle tant recherchée et tant vantée par les auteurs de ce livre? C'est toute la question posée par cette approche dans sa prétention à ne vouloir entrer dans aucun cadre, à n'appartenir à aucune école, à être libre de toute influence, et à se tenir au-delà de toutes les philosophies et de toutes les religions⁹⁶. Vaste ambition...

VI - Bouddhisme et contre-culture contemporaine.

Comme on peut le constater par ces quelques exemples, ce livre est parfaitement représentatif de tout un courant qui se réapproprie les éléments de diverses spiritualités orientales pour en faire un syncrétisme inconsistant et peu fiable, à finalité thérapeutique. Cette sous-pensée a même amputé le Bouddhisme, auquel elle prétend se référer, de ses principes de base.

Or, ce qui est omis, oublié ou négligé en ces pages, d'un point de vue bouddhique, comme nous l'avons vu, c'est tout simplement le *Dharma*⁹⁷. Puisque ces auteurs veulent absolument se prévaloir du Bouddhisme, sous quelque forme que ce soit, comment parviennent-ils à ne jamais mentionner ce socle spirituel lequel, avec le *karma* qu'ils ont évacué⁹⁸, forme la base même de la pensée dont ils se prétendent les propagateurs ou les dispensateurs?

dont nous savons depuis Freud qu'elle repose fondamentalement sur l'interdit de l'inceste. » Voir, G. Haddad: « *Le messianisme comme pathologie* », in Collectif, « *Figures du Messie* », Paris, In Press, 1997, p.64. Cette attitude transgressive et violente n'est pas éloignée des pratiques que l'on retrouve dans le tantrisme hindou et tibétain, qui partage avec les monothéismes certaines formes explicites de messianisme, ou dans les courants hybrides et sectaires comme le dzogchen auxquels les auteurs adhèrent sans réserve.

⁹⁵ Pour une réflexion sur les tendances incestueuses en psychologie, on se référera à l'ouvrage d'A. Dufourmantelle, *Se trouver. La psychanalyse nous aide-t-elle à moins souffrir?*, Paris, Marabout, 2015.

⁹⁶ Mais dont on peut faire l'historique et la généalogie à partir du Vedanta, du Shivaïsme du Cachemire, du taoïsme...

⁹⁷ Et ce au nom de l'Octuple sentier qui mentionne, pour accéder à la vision juste des choses et parvenir à l'état de libération, les « moyens d'existence justes », qui ne semblent guère justifier la pratique sauvage ou anarchique de cette sorte de thérapie.

⁹⁸ Sauf à la p.16, mais pour critiquer l'idée ou la croyance que nous pourrions décider de nos actes! En bonne philosophie bouddhique, cela revient à nier les fondements mêmes de l'Éveil et de la Voie qui y mène.

Comment leur est-il possible de contourner cet axe fondamental de la pensée bouddhique au nom de leur molle et inconsistante thérapeutique, comme de leur morale à géométrie variable, voire de leur immoralisme? Comment surtout peuvent-ils tenter de présenter la psyché humaine et ses relations complexes à soi et au monde tout en rejetant systématiquement toute pensée philosophique et psychologique dans un réflexe anti-intellectualiste primaire ? Et avec le *Dharma*, c'est la psychologie humaine qui se trouve réduite à sa plus simple expression et à une dénaturation inconsistante.

De fait, la représentation de la psyché humaine dans ce livre est consternante de simplisme. Elle ne rend compte ni de la complexité de celle-ci, ni des éléments et des facultés psychiques qui ne dépendent pas uniquement des sentiments, des humeurs, ou des « croyances », et qui font pourtant de l'être humain tout ce qu'il est⁹⁹. De plus, hormis les notions floues et inconsistantes de croyances et de stress¹⁰⁰, aucune nosologie, aucune tentative de classification des pathologies mentales ne vient soutenir et étayer la thèse des auteurs qui préfèrent nager en eaux troubles, et se contenter d'une « approche » qui ne va guère plus loin que les rives de leur montage psychologique, influencée par un Bouddhisme dévoyé censé être la pointe ultime de la spiritualité orientale¹⁰¹.

Qui plus est, le parti-pris thérapeutique de l'ouvrage, qui dénie le passé au profit d'un présent reconstruit et abstrait, risque d'avoir des effets désastreux sur la psyché des personnes qui subissent cette cure. En effet, tout semble se dérouler dans un cadre abscons, celui d'une instantanéité artificielle dépourvue de toute consistance propre, comme s'il n'y avait de vie humaine que dans un présent sans épaisseur ni gravité, composé uniquement de moments de stress et de détente, et ce au détriment de l'histoire individuelle et de ses implications sociales et psychiques, toujours très complexes et qui s'inscrivent indéniablement dans une durée¹⁰².

⁹⁹ Comme la mémoire, la volonté, le désir, l'intellect, du côté des facultés, mais aussi la culture, la religion, le social, l'éthique, l'Histoire...

¹⁰⁰ Rien n'est dit au sujet d'une quelconque « vérité », qui serait immédiatement jugée trop « dogmatique » pour le propos des auteurs et leur relativisme.

¹⁰¹ Voir, le ch. « Sources », p.253.

¹⁰² Et dont la psychanalyse a certainement mieux saisi l'importance. Le fait que le vécu soit ressenti dans le présent ne signifie pas qu'il ne s'est produit qu'au moment présent et qu'il ne se vive que dans l'instant. Cela ne signifie pas non plus qu'il ne véhicule pas avec lui tout un passé dont on ne voit pas comment l'approche non-duelle permettrait de l'identifier correctement en respectant sa spécificité historique. On a plutôt le sentiment que cette approche refuse ou dénie à l'être humain sa dimension historique en faisant fi de ses souvenirs et de sa mémoire.

Enfin, demeure la question, cruciale entre toutes, d'une éthique thérapeutique sur laquelle ce type d'approche reste muet. Rien n'est dit à ce sujet, ni de l'éthique interne propre à la thérapie, qui concerne les patients et leur relation au thérapeute, ni d'une conception éthique générale des approches non-duelles, et que la référence à un courant comme le dzogchen, moralement relativiste et sceptique, ne fait que rendre encore plus problématique. Ce vide éthique ajoute à la critique déjà longue de ce livre...

Au reste, ce qui est difficile à juger dans ce genre de parutions, ce n'est pas tant la pensée qui s'y délite, aussi épaisse qu'un bouillon de légumes pour hépatique, mais bien son absence. C'est ce qui ne manque pas de choquer à la lecture de ces pages insipides et qui ne font que redire partiellement et mollement ce qui a déjà été dit mille fois, mais ailleurs et bien mieux¹⁰³.

Pourquoi donc de telles redites, et quel est l'intérêt à publier ce type de livre surfant sur la psychologie et la spiritualité, mais qui ne possède ni la rigueur de la première ni la profondeur de la seconde? C'est sans doute que P. et P. Fenner ne sont pas des écrivains. Encore moins des lettrés ou des érudits. Ce qui peut les faire passer pour des spirituels chevronnés dans les courants contre-culturels, mais assurément pas dans des milieux plus avertis.

¹⁰³ On peut songer naturellement à tout ce que la littérature autour du yoga, du Bouddhisme, du taoïsme..., a produit en Occident depuis le XIXe siècle, et que les auteurs ne mentionnent pas. Aucune note en bas de page ne vient apporter des éléments de références, et la bibliographie (2 titres, en anglais, p.257!) est réduite à la portion congrue.

En conclusion.

Généralisations abusives, absence de fondements épistémologiques fiables, de méthode sérieuse et éprouvée, de problématique pertinente, de tentative de classification des pathologies, de conception psychologique respectueuse de l'histoire individuelle, de références solides... Telles sont les caractéristiques du noyau mou de cette approche non-duelle présentée par ce livre¹⁰⁴.

Certains détails heurtent la pensée du lecteur un tant soit peu cultivé.

Ainsi, en est-il de la fausse modestie du propos, entouré de ces formules policées et intentionnellement bienveillantes répandues dans toute production littéraire du même genre¹⁰⁵, mais immédiatement contredite par la prétention spirituelle exorbitante du livre. Se pose aussitôt la question de savoir si la méthode exposée, censée bien entendu être au-delà de toute méthode comme il se doit dans ce genre d'ouvrages¹⁰⁶, est vraiment universelle et donc universalisable? Et à quel type de public elle s'adresse en particulier? Malheureusement, jamais ces questions ne sont soulevées par les auteurs qui doutent trop rarement de leur pratique et de leur sagesse, soutenus autant par les résultats peu probants de leur thérapie que par leurs « croyances » personnelles, contre lesquelles leur pratique aurait dû pourtant les mettre en garde.

Qui plus est, ce ne sont pas les demi-vérités éthiques formulées comme des solutions miracles¹⁰⁷ qui sont irritantes à la lecture de ce livre, mais c'est cette impression qu'un savoir du « *non-savoir* »¹⁰⁸ est distillé au fil de ces pages d'une superficialité affligeante, accompagné d'exercices visiblement faits pour simples d'esprit¹⁰⁹. Encore une fois, ici, ce n'est pas la clarté de l'exposé qui est en cause, vertu des vrais vulgarisateurs malheureusement absente de ce livre, mais le simplisme qui en émane, c'est-à-dire cette façon de réduire encore ce qui a déjà été maintes fois résumé et synthétisé dans les

¹⁰⁴ On sera sans doute surpris à la lecture de cette critique par sa virulence, surtout à l'égard d'un livre qui attire et suscite normalement l'empathie. Mais en matière de connaissance et de recherche de la vérité, le sentimentalisme n'a pas cours, et les « croyances » peuvent et doivent s'exprimer indépendamment de tout appel compatissant qui risque de dévoyer le jugement.

¹⁰⁵ Et que les gurus hindous, puis les lamas tibétains, ont imposé depuis quelques années, de type : « *Puissent ces propos ou les paroles de ce livre être utiles à tous les êtres et à tous ceux et celles qui les liront...* ». Voir, P. Fenner, *Le courage de se libérer*, op. cit., p.35.

¹⁰⁶ *Ibid.*, pp.21-24, 249.

¹⁰⁷ Par exemple, pp.191-194.

¹⁰⁸ Ainsi, p.231 : « Nous savons qu'il n'y a rien à savoir... ». Formule pseudo-socratique qui fait toujours très « spirituel » ou mystique, mais est totalement stérile. Voir un autre livre de P. Fenner, *Le fil de la certitude. Dilemmes de la voie bouddhiste*, Gordes, Le Relié, 2002, pp.132-138.

¹⁰⁹ pp.51-52,60-61...

exercices spirituels présentés depuis des siècles par les grandes sagesse, pour le transformer en un *digest* insignifiant.

On pourra rétorquer que c'est justement l'intention des auteurs que de proposer une autre voie que celle des religions traditionnelles ou des anciennes sagesse, jugées caduques, ou trop marquées culturellement¹¹⁰. Mais encore faudrait-il montrer en quoi exactement ces anciennes méthodes seraient dépassées, puisqu'elles ne cessent d'inspirer même les plus médiocres de leurs disciples venus apprendre à leur école pour en travestir les enseignements après les avoir pillés? Dit autrement, en quoi ces méthodes nouvelles proposées par les auteurs seraient-elles plus adaptées que celles des grandes sagesse, alors que celles-ci ont largement fait leurs preuves en ayant traversé les siècles et les cultures jusqu'à nos jours?... Se prévaloir d'enseignements partiels du dzogchen, du zen et du taoïsme est insuffisant pour légitimer une telle approche qui se méfie a priori de toutes les formes religieuses¹¹¹.

À la vérité, sous couvert d'un Bouddhisme exsangue et compassé, cette thérapeutique n'est peut-être, au fond et par-delà ses appels pathétiques à la liberté et à la compassion, qu'une simple technique de renforcement de l'ego et de ses défenses. Ainsi, se situerait-elle, presque à son insu, aux antipodes mêmes de ses ambitions spirituelles et des bienfaits psychologiques qu'elle a la prétention d'apporter. Très critique à l'égard des techniques de développement personnel, accusées de renforcer les croyances¹¹², cette approche n'aura pas offert la preuve qu'elle parvienne à s'en distinguer, ni dans son contenu ni dans sa forme¹¹³.

D'un point de vue bouddhique, la non-dualité invoquée par les auteurs est soit un leurre, soit un état spirituel caractéristique de certains états méditatifs. Mais en tant que tel, l'état non-duel est conditionné et temporaire. Il ne dit rien ni de l'Éveil, ni du *nirvâna*.

¹¹⁰ Et toujours suspectées au nom du « conditionnement » qu'elles infligeraient à l'esprit humain. Voir, p.23 : « Nous risquons en outre de ne pas voir à quel point les méthodes formelles nous *conditionnent*, amoindissant notre spontanéité et notre liberté. » Elles sont, de plus, accusées de renforcer le « schisme entre ce que nous sommes et ce que nous vivons. » (p.23). Formule alambiquée. Nous aimerions savoir quelle différence ontologique existe entre notre être (*ce que nous sommes*) et notre vie (*ce que nous vivons*).

¹¹¹ Affirmer, p.28, que : « les approches enseignées dans des philosophies telles que le taoïsme et le Dzogchen sont naturelles et simples. », relève d'un abus de langage et d'une vision controuvée. Il existe bien d'autres méthodes que le taoïsme et le dzogchen (qui sont tout sauf des philosophies), qui peuvent se prévaloir des mêmes qualités de simplicité et de clarté, avec encore plus de sérieux philosophique.

¹¹² p.16.

¹¹³ Je renvoie à l'ouvrage de C. Leguil qui analyse, à partir d'une série télévisée connue « *In Treatment* » (en français « *En analyse* ») le type de thérapies contemporaines en les comparant à la psychanalyse et en montrant tous les dangers inhérents à ces psychothérapies.

Philosophiquement, ce courant non-duel est typique des monismes psychologisant à tendance idéaliste.

Enfin, au-delà des critiques théoriques adressées à cet ouvrage dans cette recension, la question qui reste posée est celle de savoir à quoi une telle pratique thérapeutique peut exactement aboutir, et quels résultats prétend-elle obtenir? Et ce, au-delà même de toute forme d'approche, qu'elle soit duelle ou non.

Annexe - 1 - Les courants religieux protestants à l'origine des thérapies contemporaines.

Depuis les travaux de M. Weber et des sociologues de ces dernières décennies, il est possible de mettre à jour les racines religieuses des principaux courants thérapeutiques, de la naissance des psychothérapies jusqu'au New Age et au développement personnel.

L'ouvrage de P. Prades offre une véritable étude exhaustive de ces courants, depuis la naissance du puritanisme anglo-américain¹¹⁴. En ce qui concerne les sources implicites de P. et P. Fenner, il semble qu'un auteur comme Albert Ellis - créateur du courant de la « *thérapie rationnelle-émotive* »¹¹⁵ - puisse parfaitement rendre compte des soubassements de leur pensée, et l'éclairer à partir de leur propre culture anglo-saxonne.

A. Ellis explique ainsi - selon la triade psychologique provenant des condensés de la théologie protestante, et qui englobe les émotions, les cognitions et la volonté - que les deux premières doivent subir un traitement thérapeutique afin de se transformer et d'aider la personne à en modifier l'impact intérieur¹¹⁶:

¹¹⁴ Cf. P. Prades, *De la sainteté à la santé. Puritanisme, psychothérapies, développement personnel*, Lormont, Le Bord de l'eau, 2014.

¹¹⁵ Et l'un des pères des thérapies comportementales et cognitives (TCC). P. Prades, *De la sainteté à la santé*, *op. cit.*, p.449.

¹¹⁶ Cf. P. Prades, *De la sainteté à la santé*, *op. cit.*, pp.450-451.

« Il résume ainsi sa méthode: rectifier les cognitions pour mieux gérer les émotions et améliorer les comportements, ceci non « pour se sentir mieux », mais pour « être mieux ». »¹¹⁷

Pour ce faire:

« Il utilise indifféremment les mots thoughts et beliefs, pensées et croyances, qui apparaissent presque synonymes. Comme Beck, il postule que, en remédiant à des « distorsions cognitives de la réalité », autrement dit des « fausses croyances », le sujet modifiera ses comportements. Beck et Ellis postulent que le changement décisif est le changement cognitif (une métanoia au sens littéral, en quelque sorte) qui entraînera un changement de comportement.»¹¹⁸

Ce qui représente un point commun avec la pensée de P. Fenner.

Un autre point est l'absence de la notion de volonté qui ne joue quasiment aucun rôle dans les deux types de thérapie, au moins explicitement¹¹⁹. Avec, de surcroît tout un vocabulaire psychologique emprunté à la même source, celle des thérapies comportementales et cognitives (TCC). Le rôle de la notion de « croyances » dans l'aliénation du sujet humain décrite par les deux auteurs se retrouve de façon identique, mais, chez A. Ellis, avec l'affirmation qu'il existe une croyance juste que le thérapeute doit faire valoir auprès de son patient. C'est la différence qui existe entre le fait de « croire que » et celui de « croire à »:

« Il nous semble que c'est précisément dans l'écart entre penser et croire que se joue l'« efficace » de la guérison thérapeutique, de même que cet écart constituait le ressort de la conversion religieuse. Pour admettre cela, il faut englober dans le « croire » non seulement la simple « croyance » - le « croire que », soit un jugement de vérité, une cognition - mais un « croire en » - soit l'affirmation d'une confiance par une adhésion, une volition - c'est-à-dire une foi. »¹²⁰

La mention de la conversion religieuse est importante, car c'est exactement ce qui est exigé par la technique de P. Fenner qui vise à une transformation radicale du regard de la personne sur elle-même et sur le monde, en se dégageant des fausses croyances. Mais ce qui manque à la méthode de P. Fenner, c'est un retour à une croyance justifiée après le rejet

¹¹⁷ Ibid., p.450.

¹¹⁸ p.451.

¹¹⁹ pp.451-452.

¹²⁰ p.452.

des croyances illusoires, autrement dit une sortie du scepticisme ou de la phase sceptique qui sert de préparation. Cependant, le ressort intime reste le même: celui de la foi. Or, celle-ci n'est pas explicitement décrite ni mentionnée par P. Fenner, alors que toute sa démarche est basée implicitement sur la confiance demandée au lecteur en la méthode qu'il propose comme à son auteur, et sur le fait de mettre sa foi soit dans la réalité éprouvée au-delà des croyances, soit dans la non-dualité qui doit en résulter.

Ainsi, même si elle reste critique à l'égard des religions, la méthode de P. Fenner doit beaucoup à ce que P. Prades appelle « *l'évangélisme thérapeutique* »:

« L'évangélisme thérapeutique est un discours contestataire. (...) Face à ses forces adverses, le discours thérapeutique est porteur d'une promesse articulée dans un pacte, une alliance qui requiert de la part du sujet un acte de foi: non seulement l'assentiment d'un « patient » qui se soumet de bonne grâce à un traitement, mais un engagement, une adhésion qui conjugue deux éléments: une croyance dans la vérité de la doctrine du thérapeute et dans la réalité de ses pouvoirs, et une assurance-espoir concernant les promesses d'une sainteté-santé, un mieux-être qui peut être défini comme la guérison (résolution d'un trouble psychique, libération d'une addiction) ou comme l'actualisation d'un potentiel. »¹²¹

C'est ce qui explique que la méthode de P. Fenner, qui vise à évincer toute autre méthode que la sienne et à défaire le sujet de ses fausses croyances, ne peut s'établir et se pratiquer que sur la base de nouvelles croyances, à savoir, par exemple, celles qu'il répand dans ses écrits sur la non-dualité et l'esprit lumineux. Lui-même ne saurait d'ailleurs faire autrement pour se faire comprendre et tenter de persuader autrui du bien-fondé de sa méthode.

Ce qui est requis est donc la foi, et en l'occurrence une foi très religieuse, mais qui s'est sécularisée avec l'évolution des courants du protestantisme, comme le montre P. Prades. Il ne restait plus qu'à des auteurs comme P. Fenner à en reprendre l'idée et de la conjoindre avec des éléments hybrides venus des spiritualités orientales pour créer sa méthode personnelle, et la faire valoir ensuite comme « sagesse éternelle » ou universelle.

¹²¹ pp.458-460.

P. Prades conclut sa profonde étude en posant les jalons qui permettent de passer de l'éthique puritaine de la *Covenant of grace*¹²² aux courants contemporains du développement personnel:

*« Si le moteur psychologique hérité du Covenant of grace a bien eu le rôle que nous lui attribuons dans la formation du modèle culturel qui est le nôtre aujourd'hui, et si **l'éthique de la vocation** a perdu sa raison d'être, il se peut que **l'éthique de la transformation de soi**, son noyau, en soit le legs ultime, et qu'un autre esprit ascétique habite la « cage d'acier »¹²³. Ce serait celui de **l'homme psychologique**, un paradoxal ascétisme narcissique, dont **l'éthique thérapeutique** ne viserait d'autre « prime », d'autre « confirmation », que celle d'un perpétuel dépassement des limites du **moi**. »¹²⁴*

En ce sens, cela expliquerait à la fois le narcissisme hédoniste actuel - avec son obsession de la santé, de la beauté, de la longévité et du culte du corps -, et le nihilisme qui le traverse, et dont nous pouvons constater tous les effets de nos jours.

Nihilisme qui serait corroboré par certaines méthodes thérapeutiques, comme celle de P. Fenner, ou plus précisément dont la méthode de P. Fenner serait l'une des expressions, notamment avec sa conception d'un éternel présent - ou d'une présence éternelle dépourvue de toute mémoire qui ne serait autre que le moi humain étendu au cosmos¹²⁵ -, et son obsession pathologique de la non-dualité. Auquel cas, la méthode proposée par P. Fenner et les courants non-duels ressortiraient effectivement à une tendance pathologique et régressive sur fond d'hérésie chrétienne.

Enfin, il ne serait pas inutile de brosser un tableau comparatif entre les mouvements du développement personnel, les thérapies à tendance non-duelle comme celle de P. Fenner et l'idéologie néolibérale avec son discours managérial, auquel la sous-pensée de P. Fenner emprunte de nombreux traits. À commencer par cette posture de la positivité incritiquable

¹²² « L'Alliance de grâce » établie entre Dieu et les hommes. Voir, P. Prades, *De la sainteté à la santé*, op. cit., pp.143-155.

¹²³ C'est-à-dire notre monde actuel, selon l'expression de M. Weber dans son livre sur l'éthique du protestantisme et l'esprit du capitalisme, dont P. Prades discute les idées majeures.

¹²⁴ p.492 (c'est nous qui surlignons).

¹²⁵ Version spiritualisée du « moi idéal » psychanalytique, avec le narcissisme, la mégalomanie, le désir d'état fusionnel et létal. Voir, J. Laplanche et J.-B. Pontalis, *Vocabulaire de la psychanalyse*, Paris, P.U.F., 1990, art. « Moi idéal ». E. Roudinesco et M. Plon, *Dictionnaire de la psychanalyse*, Paris, Fayard, 1997, art. « Idéal du moi ».

que l'on retrouve dans le phénomène pathologique des chartes d'entreprises, où l'éthique, et non la morale, le dispute à un utilitarisme sans foi ni loi¹²⁶.

Annexe - 2 - Le manque, entre réalité et illusion.

L'ouvrage de P. et P. Fenner s'ouvre et se clôt sur la question du manque, ou plus exactement sur l'illusion du manque, qui serait à la base de presque tous nos problèmes et de toutes nos souffrances¹²⁷.

Reprenant une thématique de l'*advaita-Vedanta*, tout en la transformant en état psychologique universellement accessible, les auteurs font du sentiment du manque une erreur de jugement et une illusion tenace qui nous aliène malgré nous dans une spirale sans fin de recherches toujours plus insatisfaisantes. Appliquant une idée provenant des TCC, ils estiment que là où le manque advient, il suffit de se persuader que ce sentiment est faux ou dépourvu de fondement pour s'en libérer et accéder à une liberté infinie¹²⁸. Ainsi, il suffirait de gommer ce sentiment de manque, ou d'en supprimer les symptômes les plus manifestes pour se débarrasser à la fois et de ses effets pénibles et des causes erronées qui le font exister. Dit autrement, en supprimant les symptômes d'un mal, ou d'une pathologie, il semblerait donc que l'on en vienne à guérir de ces derniers, surtout si ces maux sont imaginaires.

Mais est-ce vraiment le cas? Même dans le cas d'une maladie qui mobilise l'imaginaire et ne repose pas sur des fondements réalistes - comme la schizophrénie ou la paranoïa¹²⁹ -, supprimer les symptômes de cette pathologie, revient-il à en guérir? Ou au contraire, est-ce une manière de l'aggraver par une dénégation du mal lui-même?

¹²⁶ Cf. V. de Gaulejac et F. Hanique, *Le capitalisme paradoxant. Un système qui rend fou*, Paris, Le Seuil, 2015. ch.9.

¹²⁷ Cf. P. et P. Fenner, *Le courage de se libérer, op. cit.*, pp.26-27, 236-237. À l'évidence, les auteurs se situent aux antipodes de la pensée chrétienne, à laquelle ils s'opposent sans jamais la nommer. Car le Christianisme a souligné que le manque inhérent à l'être humain est non seulement la cause de sa déshérence, ou le signe de sa finitude, mais aussi le creuset où s'édifie sa personne et où elle se structure grâce à la révélation d'une Altérité divine. Le manque est ainsi conçu non comme une illusion mais comme une marque en creux appelant à s'extérioriser. On mesure ainsi mieux ce à quoi implicitement le courant non-duel s'oppose dans ses affirmations psycho-philosophiques.

¹²⁸ *Ibid.*, p.249.

¹²⁹ Il paraît évident qu'une pathologie aussi grave que la paranoïa ne repose pas sur les visions délirantes du malade qui en est atteint. Mais il n'en reste pas moins que la souffrance du malade est bien réelle, qu'elle possède des causes mentales et/ou somatiques, et que le malade se sent effectivement persécuté. Ne pas prendre au sérieux les raisons que celui-ci invoque pour dire sa souffrance et sa peur ne revient pas à nier qu'il est atteint d'une grave pathologie. Et effacer l'un des symptômes apparents n'est pas synonyme de guérison.

Prenons un exemple de maladie mentale très répandue dans l'Europe et même dans tout l'Occident: les états dépressifs.

Ceux-ci se manifestent non pas par un sentiment de culpabilité - comme c'est le cas pour les névroses classiques à base d'angoisse et de sentiment de la faute -, mais par un intense sentiment de perte et de vide¹³⁰. Ce sentiment de vide, selon la psychanalyse, est lié à l'une des phases psychologiques de la petite enfance et, au fil des ans, peut se détériorer encore par des événements traumatiques qui ne feront que l'aggraver. Les sentiments de manque et d'insignifiance éprouvés par le dépressif, pour psychologiques qu'ils soient, ne sont pas pour autant irréels ou dépourvus de cause et de fondement. Tout au contraire. Comment dès lors les considérer au mieux pour parvenir à aider celui-ci?

Mettons-nous un instant dans la peau d'une de ces personnes atteintes de dépression pour en comprendre les évolutions au fil des différentes thérapies proposées, et dont celles de P. Fenner ou les TCC, d'un côté, et la psychanalyse, de l'autre, sont les plus représentatives dans notre société.

Si donc, étant moi-même sujet à la dépression et aux états dépressifs, je décide de suivre une thérapie avec P. Fenner ou d'adopter sa méthode, que se passera-t-il?

Je découvrirais que le manque et le sentiment de vide qui me taraudent ne sont que des idées fausses, de simples mirages spirituels ou psychologiques que j'entretiens par mes croyances qui sont tout aussi erronées, notamment celle qui m'illusionne sur mon imperfection ou mes défauts d'être. Et je tenterais, par des exercices de prise de conscience liés à une forme de méditation quiétiste - c'est-à-dire libre de toute contrainte et de tout effort – qu'apparemment, il ne me manque rien. Et je pourrais ainsi me croire guéri, ou sur la voie de la guérison, notamment dans ces moments intemporels où je peux me sentir comme libéré de tout, à commencer de mes idées ou de mes croyances erronées¹³¹...

Au moins jusqu'à ce qu'une prochaine crise dépressive ne l'emporte et me ramène à la réalité ou à mon vécu, fait de vide, de souffrances et d'insignifiance, et lui-même aggravé par ce recours à ces exercices thérapeutiques qui, au fil du temps, ne se révèlent guère efficaces¹³². C'est d'ailleurs le constat auquel je parviendrais après quelques séances, à savoir

¹³⁰ Cf. A. Ehrenberg, *La Fatigue d'être soi. Dépression et société*, Paris, O. Jacob, 2000, pp.161-166.

¹³¹ Cf. P. et P. Fenner, *Le courage de se libérer*, op. cit., pp.230-231.

¹³² C'est ce que j'ai pu moi-même constater dans bien des cas d'états dépressifs, où ce type de thérapie fait plus de mal que de bien aux personnes souffrantes.

que ces méthodes ne peuvent comprendre ni soigner ces états dépressifs pour au moins trois raisons:

- d'abord, parce qu'elles ne parviennent pas à les identifier correctement, du fait qu'elles ne recourent à aucune étiologie sérieuse ni à un système de classification des pathologies, du fait aussi qu'elles nient le mal en tant que tel ;
- ensuite, parce qu'elles ne peuvent les prévenir, puisqu'elles ignorent volontairement le sens de la temporalité, notamment celui du passé et du futur jugés illusoires ;
- enfin, parce qu'elles n'arrivent pas à soigner le patient, du fait que ces thérapies ne sont jamais des prises en charge responsables de la personne malade, mais de simples « suivis » dépourvus d'éthique, ou encore des rencontres aléatoires formatées sur le modèle du coaching, sportif et managérial¹³³.

Ainsi, le fait de croire que ces symptômes dépressifs n'ont pas de réalité risque effectivement de me faire plonger de nouveau dans de semblables états, mais aggravés par la croyance en leur nature illusoire, pourtant parfaitement démentie par leurs manifestations douloureuses, et qui peuvent même me conduire à des états extrêmes.

De son côté, une cure psychanalytique me montrera, au contraire, que le manque ressenti a des causes bien réelles, et qu'il s'origine dans mon histoire personnelle depuis la petite enfance¹³⁴.

Le dépressif que je suis depuis des années comprend enfin, grâce à l'analyse, que la dépression est le signe d'un manque profond qui se situe dans mon incapacité à avoir pu faire correctement et définitivement le deuil d'un « objet », au sens analytique, qui n'est autre que la présence maternelle idéalisée. Présence avec qui le nourrisson que je fus jadis a établi un lien fusionnel et narcissique qu'il croyait durable et insécable¹³⁵. Cet état infantile et fusionnel n'est d'ailleurs pas éloigné de celui recherché par les techniques non-duelles. À moins qu'il n'en soit qu'une imitation, mais élaborée par une psyché adulte, et non plus par le moi de l'enfant. En effet, cet état est dépourvu de raisonnement et de langage, de dualité donc, et alimente un narcissisme chronique, clos sur lui-même, où l'Autre n'existe pas et où

¹³³ Voir, pour un exemple, le site de coaching d'un thérapeute rogérien et disciple de P. Fenner : www.bruno.violot.com/

¹³⁴ Cf. A. Ehrenberg, *La Fatigue d'être soi*, op. cit., pp.161-163.

¹³⁵ Cf. O. Bouvet de La Maisonneuve, *Narcisse et Œdipe vont à Hollywood. Psychanalyse et dépression*, Paris, O. Jacob, 2016, ch. VI, VII, VIII.

je me peux librement me croire l'auteur de mes jours¹³⁶ comme de l'existence du monde qui m'entoure auquel je suis identifié, et qui sert à me conforter dans mon illusion égocentrée.

Ce qui signifie que le courant de la non-dualité, tout en voulant me persuader que je ne suis séparé de rien ni de personne, et surtout pas de cette « présence » maternelle - présence maternante, archaïque et ineffable qui ressemble étrangement et dangereusement à la « *présence* » décrite par P. et P. Fenner¹³⁷ -, me fait régresser à un niveau infantile prélangagier où règne le silence, où je vais pouvoir de nouveau retrouver ce bain de jouvence archaïque et délétère, ce paradis artificiel et malsain de la fusion maternelle. Alors qu'il devrait m'aider, au contraire, à en faire le deuil et m'apprendre à mûrir et à grandir en acceptant les frustrations inévitables de l'existence ainsi que ma finitude. Ces états de frustration acceptés serviront à me déprendre de moi-même, et à me considérer autrement que comme le centre d'un monde disparu ou comme la victime innocente d'une histoire personnelle dont je suis et dois devenir, en ultime instance, pleinement responsable pour m'en dégager en l'objectivant. Tout ce que le parcours de la méthode non-duelle refuse de considérer et qu'elle tente de contourner ou de dénier de toutes les façons possibles en niant la réalité du manque...

Il est d'ailleurs plus que paradoxal, psychologiquement et spirituellement parlant, de considérer le manque comme une simple illusion ou un sentiment négatif, puisqu'il est aussi constitutif de l'être humain et de sa finitude. Sans impression de manque, aucune quête spirituelle ne serait envisageable, surtout pas celle dans laquelle un P. Fenner s'est engagé et à laquelle il convie son lecteur. Affirmer que le manque est illusoire ou qu'il ne nous manque rien n'est peut-être qu'un effet de langage sophistique et le signe d'une pensée défectueuse. En ne sachant pas identifier le manque, et en reportant l'ensemble des symptômes des

¹³⁶ Il s'agit du fantasme d'auto-engendrement : « Séduction, castration, scène primitive et retour dans le sein maternel sont les quatre fantasmes originaires, schémas organisateurs du fonctionnement intrapsychique et culturel humain qui, après avoir été élaborés par Freud, ont été repris par ses successeurs. Il est à la fois audacieux et, original d'avancer un cinquième fantasme originaire (...) le « fantasme d'auto-engendrement totipotentiel » qui induit le fantasme de retour dans le sein maternel et élargit la théorie des fantasmes originaires. Partant de la notion de totipotentialité, bien connue en biologie végétale qui désigne la faculté qu'a une cellule de reproduire à elle seule tout l'organisme, l'auteur établit un parallèle avec les êtres humains : certains sujets vivent dans une omnipotence fusionnelle avec l'objet, au point de ne pas arriver à s'en différencier, et qui, ne parvenant pas à accéder à leur narcissisme, pouvoir créateur du soi, ont recours au fantasme d'auto-engendrement. Ce dernier peut donner lieu à une impulsion créatrice - créer pour exister – mais sans souci d'achèvement ». J. MC Dougall, « Préface » à E. Bizouard, *Le Cinquième fantasme. Auto-engendrement et impulsion créatrice*, Paris, Payot, 2015.

¹³⁷ Cf. P. et P. Fenner, *Le courage de se libérer*, op. cit., ch. 14. Cet état est appelé par Freud « moi idéal » et se déploie dans ce qu'il thématise sous le nom de « principe de nirvâna » ou « de plaisir », opposé au « principe de réalité ». Voir, J. Laplanche et J.-B. Pontalis, *Vocabulaire de la psychanalyse*, Paris, P.U.F., 1990, art. « Moi idéal ». E. Roudinesco et M. Plon, *Dictionnaire de la psychanalyse*, Paris, Fayard, 1997, art. « Idéal du moi ».

pathologies à un stress évanescent et protéiforme, concept superficiel, fourre-tout et dépourvu de pertinence, P. Fenner montre qu'il est incapable de nommer le mal et la maladie, et donc incapable de proposer un diagnostic sérieux. De quoi sa méthode pourrait-elle donc guérir? En ce sens, P. Fenner se montre piètre thérapeute et médiocre psychologue. N'est-ce pas la marque indéniable de ce que l'on peut appeler en spiritualité une imposture ou du charlatanisme?

Enfin, critiquer les possibles transformations intérieures de la personne au nom d'une réalité spirituelle invisible, mais déjà présente de toute éternité¹³⁸, et par une dissolution de toute dualité jugée irréaliste¹³⁹, va à l'encontre de tout itinéraire spirituel un tant soit peu sérieux qui insiste, au contraire, sur un changement¹⁴⁰, non seulement intérieur, mais aussi extérieur de la personne en quête de bonheur, de salut ou de guérison.

Ce que le manque fait apparaître en creux dans la psyché humaine, ce qu'il creuse en dévoilant le vide inhérent à l'homme, la béance psychique et ontologique propre à tout être humain né en ce monde, n'est-ce pas le moteur même de ce que l'on nomme quête mystique ou itinéraire spirituel, et qui nous incite à aller là où, justement, nous ne sommes pas, ou pas encore, c'est-à-dire de l'autre côté de la rive de ce monde et de cette existence? Dénier cette réalité est une faute spirituelle grave.

Afin de donner consistance à ma critique, je propose d'établir un tableau de principes non-duels, développés par P. et P. Fenner, et qui prendra le contre-pied de celui que ces auteurs ont dressé au début de leur livre¹⁴¹.

L'énoncé des principes de non-dualité fennerienne, que j'ai résumés ci-dessous, doit être lu comme un tableau de croyances ou de préjugés propres à cette idéologie thérapeutique, et qu'on sera libre de critiquer et de réfuter:

¹³⁸ Cf. P. et P. Fenner, *Le courage de se libérer*, op. cit., pp.18-23.

¹³⁹ *Ibid.*, pp.116-123.

¹⁴⁰ En grec *metanoia* et *epistrophè*: changement de mode de vie, et transformation du regard intérieur sur les choses et les êtres. Ces termes sont employés depuis l'époque de Platon.

¹⁴¹ Cf. P. et P. Fenner, *Le courage de se libérer*, op. cit., p.16.

1/ *Les méthodes religieuses traditionnelles sont inefficaces du fait de leur contexte culturel d'origine aujourd'hui suranné ou dépassé.*

2/ *Le manque est une illusion responsable des problèmes inhérents à l'être humain.*

3/ *Le stress est le cœur de toute souffrance.*

4/ *Les actes ont peu d'importance.*

5/ *Croyance et connaissance ne diffèrent pas.*

6/ *Les croyances sont des obstacles au réel sur la voie de la libération.*

7/ *Le ressenti est souvent coupé du moi ou du soi.*

8/ *Le passé n'a pas de poids.*

9/ *La culture est un fardeau inutile.*

10/ *L'intellect représente un obstacle.*

11/ *Toute dualité est fausse et illusoire.*

12/ *La vraie conscience est inconditionnée.*

13/ *Toute vraie libération est naturelle et n'exige aucun recours externe.*

14/ *La présence est la seule réalité du présent et de l'existence.*

15/ *Sur la voie de la libération, l'effort est inutile et la volonté est une entrave.*

16/ *La méthode non-duelle est unique, ne ressemble à aucune autre et n'a pas d'équivalent ni d'antécédent en Occident. Elle se situe au-dessus des autres voies.*

Il serait aussi possible de réécrire ces présupposés en leur opposant des principes psychologiques et spirituels qui tiennent compte de la réalité humaine, à commencer par ceux du manque et des actes.

Pour terminer, nous nous proposons de reprendre les principales thèses de P. et P. Fenner et de les commenter :

1/ - Le stress est provoqué par un conflit entre nos croyances¹⁴².

Ce qui signifie qu'il est d'origine intellectuelle ou cognitive et passe obligatoirement par le crible des croyances et des jugements. Or, le stress, par définition, n'est pas d'abord

¹⁴² pp.56, 67.

de nature intellectuelle ou cognitive, mais émotionnelle et physiologique¹⁴³. Que l'un, l'intellect, puisse agir sur l'autre, l'affectif et le corporel, est ce qu'affirme P. et P. Fenner, mais sans jamais le démontrer. Serait-ce une « *croyance* » de leur part?

C'est tout le problème posé par l'action de l'esprit sur le corps. Autrement dit, comment un élément immatériel, comme la pensée, peut-il avoir quelque influence sur un élément organique et matériel¹⁴⁴? De plus, le circuit proposé par P. Fenner, qui, va selon lui, de la croyance au stress et non l'inverse, est marqué par une « préférence » de type intellectuelle, qui reste très discutable.

2/ - Les croyances sont exprimées par nos préférences¹⁴⁵.

Mais elles peuvent tout aussi bien exprimer la préférence sociale du contexte dans lequel le sujet se trouve, et sans que celui-ci ait à exprimer ses préférences personnelles, ni à s'interroger sur celles-ci pour mieux les objectiver et s'en dégager¹⁴⁶.

3/ - Notre expérience dépend de nos croyances¹⁴⁷.

Vraiment ?

Mais alors, comment cette même expérience pourrait-elle seulement faire évoluer ou transformer ces mêmes croyances, comme P. et P. Fenner le recommandent dans leur méthode, puisque celle-ci, l'expérience, dépend selon eux de celles-là, les croyances? En effet, pour que notre expérience, même non-duelle, puisse influencer nos croyances, il faudrait qu'elle soit totalement indépendante de ces mêmes croyances. Ce que P. et P. Fenner ne semblent pas admettre. Quant aux croyances, elles ne dépendent pas uniquement de nos expériences, mais d'abord d'autres croyances ou de présupposés admis plus ou moins implicitement.

4/ - La croyance est un mécanisme déterminant¹⁴⁸.

Ce mécanisme, qui n'est nullement décrit, est apparemment d'ordre cognitif. D'après P. et P. Fenner, la lecture est un phénomène qui suppose tout un arsenal de croyances, qui, ensuite, nous permettent de lire¹⁴⁹. Mais puisque ces croyances restent totalement

¹⁴³ Cf. R. Doron et F. Parot, *Dictionnaire de psychologie*, Paris, P.U.F., 2009, art. « Stress ». Le stress désigne d'abord une contrainte, interne ou externe, exercée sur une personne, puis sa réaction physiologique et psychologique à cette même contrainte.

¹⁴⁴ Cf. P. Gillot, *L'esprit, figures classiques et contemporaines*, Paris, CNRS, 2007, pp. 228-239, 246-249.

¹⁴⁵ Cf. P. et P. Fenner, *Le courage de se libérer*, op. cit., p. 53.

¹⁴⁶ C'est la question du mimétisme psychologique et social analysée par R. Girard.

¹⁴⁷ Cf. P. et P. Fenner, *Le courage de se libérer*, op. cit., p.53.

¹⁴⁸ *Ibid.*, p.54.

¹⁴⁹ p.54.

implicites, comment peuvent-elles avoir une influence aussi déterminante sur nos actions ou nos comportements? Seraient-elles inconscientes? Ou innées? Le mystère demeure entier...

5/ - Les croyances sont des idées, des concepts, des préjugés..., et forment des filtres par lesquels nous percevons la réalité¹⁵⁰.

Autrement dit, les croyances ne sont pas des faits et les faits ne sont exprimés que par le filtre de nos croyances. Reste à savoir si l'on peut accéder aux faits sans le biais de croyances.

6/ - La réalité est neutre et est parasitée par nos croyances qui seules peuvent entrer en conflit.¹⁵¹

Dans le cas où la réalité est indépendante de notre vision des choses, elle ne peut être neutre puisque cette qualité dépend encore de notre représentation ou de notre vision de la réalité. Quant à nos croyances, dans le cas où elles nous permettent d'aborder de manière appropriée la réalité, c'est-à-dire objectivement, elles nous sont indispensables pour entrer en contact avec le réel. Le conflit qui résulte de croyances opposées peut très bien être résolu grâce à des formes rationnelles d'argumentation, de démonstration ou encore de délibération avec autrui. Ou faire l'objet de constructions systématiques qui respectent la réalité en tant que telle qui est toujours connaissable. Et puisque ce sont nos croyances qui nous permettent d'aborder la réalité, comment serait-il possible de la connaître autrement?

7/ - Il est impossible d'entrer en conflit avec la réalité¹⁵².

De quelle réalité exactement s'agit-il?

De celle, ordinaire et sociale, de la vie en tant que telle? De la réalité, physique et éthique, des autres ou de celle d'autrui? De ma propre réalité, psychologique, personnelle? De la réalité, spirituelle, perçue en méditation ou dans des états de conscience modifiés?...

Par ailleurs, entrer en conflit avec la réalité ne me permet-il pas de la nommer et de l'identifier comme telle ? Sinon, comment saurais-je seulement qu'il en existe une ? N'est-ce pas d'ailleurs l'expérience fondatrice du petit enfant dès sa venue au monde ?

Si je refuse la réalité, P. et P. Fenner prétendront que c'est au moyen d'une représentation de celle-ci. Mais si je n'entre pas ou plus en conflit avec la réalité, c'est sans

¹⁵⁰ p.55.

¹⁵¹ pp.57, 65-73.

¹⁵² p.57.

doute parce que, en tant que personne, je n'y suis plus ou ne « suis » plus. S'il ne reste que la réalité, il n'y a effectivement rien d'autre. Comment pourrait-on entrer en conflit avec elle, ou seulement en parler et à qui?...

Autant de flou artistique dessert le propos fennerien.

8/ - Les croyances sont des représentations de la réalité¹⁵³.

De façon contradictoire, elles nous permettent à la fois d'entrer en contact avec « ce qui est »¹⁵⁴, c'est-à-dire la réalité, mais tout en nous en empêchant d'y accéder vraiment. Jouant sur des paradoxes qui n'en sont pas, P. et P. Fenner peinent, c'est peu de le dire, à définir les statuts respectifs de la représentation, de la réalité et des croyances, ainsi que leur possible articulation.

9/- Puisque quasiment tout est croyance ou objet de croyance, d'après la classification de P. et P. Fenner¹⁵⁵, la question se pose de savoir ce qui ne l'est pas.

Impossible, apparemment, de distinguer entre croyance et connaissance, opinion et savoir, *doxa* et *mathesis*. Toutes les approches du réel se confondent et aucune ne peut se prétendre supérieure aux autres. En quoi celle de P. Fenner serait-elle donc plus pertinente? Ou encore supérieure et meilleure que les autres?

Celle-ci semble surtout relever d'une forme de relativisme cognitif, qui est catastrophique d'un point de vue épistémologique¹⁵⁶.

10/ - D'après P. et P. Fenner, les croyances possèdent une forme¹⁵⁷.

Cette forme ou cette structure formelle n'est apparemment pas différente de nos humeurs et de nos émotions. Lesquelles, comme dans la classification des états d'âme antiques ou de la Renaissance, seraient même dotées de couleurs.

Où commence le réel, où finit l'illusion?

11/ - Les humeurs et les émotions sont façonnées par les croyances¹⁵⁸.

Elles sont donc liées les unes aux autres par un système d'influence qu'on se retiendra évidemment d'appeler « causalité ».

Pas d'humeur ou d'émotion, donc, sans croyance. Et pas de croyance, sans doute, non plus sans émotion. Mais est-ce vraiment le cas ? Une humeur peut exister sans croyance

¹⁵³ p.59.

¹⁵⁴ p.59.

¹⁵⁵ p.61.

¹⁵⁶ Cf. A. Sokal et J. Bricmont, *Impostures intellectuelles*, Paris, O. Jacob, 1997, pp.51-99.

¹⁵⁷ Cf. P. et P. Fenner, *Le courage de se libérer*, op. cit., p.62.

¹⁵⁸ *Ibid.*, p.63.

spécifique, c'est-à-dire sans représentation spécifique. Et une croyance peut advenir sans émotion particulière¹⁵⁹. De plus, est-il certain que ce sont nos croyances qui façonnent nos humeurs, et non l'inverse ? Et du fait que les humeurs et les émotions sont les structures ou les formes des croyances¹⁶⁰, quelle différence existe-t-il entre les deux ? Y en a-t-il seulement une ?

Du fait que les croyances semblent plutôt des phénomènes intellectuels et que les émotions sont d'ordre affectif, se repose à nouveau la question des liens et des influences possibles entre les deux. Enfin, le modèle fennerien de la croyance pêche par un défaut notable, celui d'être totalement dépendant de la représentation. Il n'est pas certain que les croyances soient nécessairement des **représentations** de la réalité ou de tout autre chose. Les croyances peuvent même se passer de toute représentation du réel et n'être que les expressions de sentiments sans représentation mentale.

*12/ - Les croyances fonctionnent toujours sur un mode duel, d'opposition binaire*¹⁶¹.

Là aussi, une si grande certitude semble ne laisser de place à aucune autre alternative. Or, le propre de la pensée humaine est justement de former des concepts, des idées, des croyances..., qui sont très subtils et échappent au mode de fonctionnement binaire. Cette vision en noir et blanc interdit toutes les autres façons de penser, efface les nuances et ne saurait résumer à elle seule la complexité des processus d'intellection, de cognition ou d'imagination.

*13/ - Cette polarité binaire serait le mode de fonctionnement des croyances*¹⁶².

Si ce mode existe bien en tant que tel, il n'offre pas pour autant l'explication de sa création ou de sa compréhension.

Selon P. et P. Fenner, toujours dans leur vision binaire, il suffirait d'une affirmation ou d'une négation pour créer une croyance¹⁶³. Or, auparavant, ils ont refusé l'idée selon

¹⁵⁹ C'est le cas de certains travaux intellectuels.

¹⁶⁰ pp.62-63.

¹⁶¹ p.76.

¹⁶² pp.76-78.

¹⁶³ pp.78-79, et p.78 : « Les sages d'Orient avaient perçu, entre autres vérités importantes, que les croyances coexistent en tant que paires d'opposés. C'est également ainsi qu'elles commencent à se former. (...) Deux croyances contradictoires se font jour conjointement. »

laquelle la croyance serait constituée de propositions, ou serait façonnée comme une proposition¹⁶⁴. Comment concilier les deux ?....

De fait, s'il faut formuler une appréciation, positive ou négative, c'est-à-dire énoncer une phrase ou former une pensée pour ensuite produire une croyance, c'est donc que celle-ci, la croyance, dépend directement de celle-là, la phrase ou la pensée. Comment ensuite prétendre que la croyance dépend essentiellement d'une humeur¹⁶⁵?

Surtout, cela signifie que la croyance dépend encore d'un mode de représentation cognitif. Mais, ce faisant, nous ne voyons toujours pas comment la croyance se forme concrètement, puisque P. et P. Fenner font remonter sa formation à l'étape de la formulation d'un énoncé, sans aller au-delà. La croyance est-elle donc un énoncé ou une émotion? Et comment une phrase peut-elle à elle seule créer une croyance? Ne faut-il pas plutôt admettre qu'il est nécessaire de posséder d'abord une croyance - et un système linguistique et syntaxique au moins mental - pour formuler ensuite une phrase cohérente?

De fait, P. et P. Fenner échouent à décrire précisément le mode de formation des croyances. Eux-mêmes n'ont pas les moyens de le décrire, encore moins de le faire comprendre. Ils restent tout au long de leur livre au niveau des bien-entendus et du flou artistique, et sont incapable d'analyser le mode de formation d'une croyance qui leur échappe dès son origine mystérieuse.

14/ - L'existence serait, selon P. et P. Fenner, une croyance¹⁶⁶.

Voilà une formule qui frôle le ridicule¹⁶⁷ !

Ne serait-il pas moins présomptueux et moins ridicule de dire que l'existence est d'abord de l'ordre d'un sentiment d'exister, ou encore d'un acte d'être qui ne relève justement pas d'une idée préconçue, encore moins d'une croyance préformée? Et qui précède toute croyance, en étant la condition de possibilité même des croyances et des jugements?

Cet idéalisme psychologique montre toutes les limites de la pensée psychologisante de P. et P. Fenner, qu'eux-mêmes ne parviennent pas à interroger en tant que

¹⁶⁴ p.61 : « Certains philosophes ont affirmé que les croyances sont structurées comme des propositions – mais ce n'est là qu'une vision partielle. »

¹⁶⁵ p.63.

¹⁶⁶ p.79.

¹⁶⁷ Faut-il souligner qu'un penseur comme Descartes s'est génialement confronté à cette question existentielle et qu'il a su en tirer des conséquences qui font encre aujourd'hui l'admiration de tous ses lecteurs et qui restent des modèles de pensée ?

représentation ou en tant que « croyance » à laquelle ils adhèrent sans réserves ni distance. De plus, pour P. et P. Fenner, la séparation de soi-même d'avec autrui, ou d'avec le monde, est une croyance erronée qui est la cause de nos souffrances ou de notre malheur existentiel¹⁶⁸. Il ne leur serait pas venu à l'idée que la violence et la souffrance peuvent aussi provenir d'états physiques et/ou mentaux qui ne respectent pas notre identité humaine, notre personne et la distance nécessaire avec autrui et le monde¹⁶⁹. Et que la non-dualité qu'ils préconisent - non-dualité avec soi-même, autrui, le monde... -, est encore plus problématique et plus génératrice de stress et de malheur que la condition humaine ordinaire qu'ils critiquent. Visiblement, l'autre, en tant que tel, n'existe pas vraiment pour P. et P. Fenner qui se croient seuls au monde.

Enfin, selon P. et P. Fenner, nous serions les maîtres-d'œuvre dans la fabrication de nos croyances. Cette conception - ou cette croyance? -, établie sur un mode totalement constructiviste, est plus que problématique, voire carrément douteuse.

Il semble en effet que nous recevons nos croyances plus encore que nous ne les fabriquons nous-mêmes de manière délibérée ou selon un mécanisme déterminant¹⁷⁰. Les croyances nous sont donc données. Ce mode de donation exclut celui de la fabrication personnelle. Aussi, si nous ne sommes pas les créateurs de nos croyances, et par là même si nous n'en sommes pas totalement responsables, comment pourrions-nous agir sur elles, ou encore les transformer comme si nous les avions créées ou fabriquées de toutes pièces? Si nous sommes bel et bien responsables de nos actes, nous ne le sommes peut-être pas autant de nos croyances. P. et P. Fenner ne semblent pas s'être posés une telle question pourtant cruciale et déterminante.

Ce que l'on a surtout du mal à saisir, c'est la façon dont la méthode de P. et P. Fenner qu'ils préconisent leur aurait fait changer de croyances. S'il s'agit juste de se distancier de celles-ci, nombre d'autres méthodes sont tout aussi efficaces, à commencer par la foi chrétienne qui fut la première croyance religieuse dans l'Histoire à s'interroger sur elle-même. Mais on a le sentiment en lisant ce livre que P. et P. Fenner, loin de s'être eux-mêmes dégagés de toute croyance, n'ont fait que remplacer leurs anciennes croyances par d'autres, apparemment plus modernes ou plus « mystiques ».

¹⁶⁸ pp.79-81, 90.

¹⁶⁹ Je renvoie aux travaux de R. Girard sur les problèmes d'indifférenciation.

¹⁷⁰ Cf. L. Jaffro, *Croit-on comme on veut? Histoire d'une controverse*, Paris, Vrin, 2013, pp.9-11.

Annexe - 3 - Conscience inconditionnée et non-dualité.

Le dernier ouvrage de P. Fenner¹⁷¹, « *L'esprit lumineux* », revient amplement sur les notions développées auparavant dans ses autres livres.

Notamment celles de « *non-dualité* » et de « *conscience inconditionnée* » sur lesquelles il s'appuie tout au long de son livre pour en faire la démonstration. Les deux d'ailleurs étant presque interchangeables.

Contrairement à ce que prétend P. Fenner dans son ouvrage¹⁷², cet état inconditionné ou non-duel est bien descriptible et correspond à une compréhension partagée quasi universellement, et ce quelles que soient les cultures, les époques et les mentalités des personnes qui l'ont éprouvé. Il est aisé de le vérifier.

D'ailleurs, puisque P. Fenner, auparavant, énumère au moins trois qualités de l'expérience non-duelle¹⁷³, c'est donc que celle-ci est bien qualifiable, et que ces qualités ne sont pas non-duelles, sans quoi il serait impossible de les caractériser. Si on peut les caractériser, c'est qu'elles sont donc de l'ordre d'une réalité descriptible en termes d'états de conscience, de perception, de sensations, de consistance, de temporalité...

Pour décrire cette expérience, ou la qualifier, P. Fenner emploie l'expression de « *conscience inconditionnée* »¹⁷⁴. Ce qui signifie que c'est encore un état de « *conscience* », comme l'expression le dit clairement. Cet état mental est spécifié par le fait que l'on y perçoit une luminosité, caractéristique de la *claire lumière* propre au tantrisme tibétain¹⁷⁵, ou encore de l'Esprit-saint dans la mystique chrétienne... Mais qu'une luminosité, qui est une qualité appartenant à un milieu donné ou une caractéristique inhérente à un phénomène précis, puisse coexister avec un état non-duel qui, par définition, n'admet rien de tel, reste un mystère encore entier... D'ailleurs, les expressions utilisées comme « *conscience non-duelle* », ou « *conscience inconditionnée* », sont en fait des oxymores, c'est-à-dire des contradictions dans les termes.

¹⁷¹ Cf. P. Fenner, *L'Esprit lumineux. Voie sans effort et présence non-duelle*, Paris, Almora, 2010.

¹⁷² Cf. P. Fenner, *L'Esprit lumineux, op. cit.*, p.36.

¹⁷³ *Ibid.*, p.16, ou « paramètres: pureté, profondeur, durée. »

¹⁷⁴ Ch.1, 2 et 3.

¹⁷⁵ p.15.

En effet, une conscience, quelle qu'elle soit, et parce qu'elle est de fait **conscience de quelque chose**¹⁷⁶, est toujours conditionnée, et implique donc une dualité ou une différence.

Par exemple, celle existant entre soi et autrui, entre soi et le monde, ou entre soi et soi-même (dans le cas de la conscience de soi, de la réflexion, de l'introspection)... Au mieux, une conscience non-duelle peut-elle signifier une conscience apaisée, ou une conscience vigilante, qui peut donner l'impression subjective d'un état non-duel, alors qu'en vérité cet état comme cette conscience sont toujours éphémères et conditionnés. Ce qui apparaîtrait plus pertinent, en revanche, réflexion que P. Fenner semble incapable de mener à bien, ce serait d'établir une différence entre degrés d'intensité, éprouvés lors des différentes formes d'états contemplatifs ou non-duels, et sauts de compréhension, auxquels on peut parvenir pendant ou après ces états pour mieux les comprendre.

Je relève un autre paradoxe, celui qui pousse P. Fenner à écrire que: « *l'éveil consiste à faire l'expérience permanente et ininterrompue de la conscience inconditionnée au niveau le plus profond.* »¹⁷⁷

Mais si l'éveil consiste bien en cet état, qu'est-ce qui, alors, en fait précisément l'expérience, si ce n'est la conscience elle-même, celle qui est par définition conditionnée et éphémère? Y aurait-il donc deux consciences en nous, l'une conditionnée et l'autre inconditionnée? Cette schize ne relève-t-elle pas d'une vision dualiste? Et quelle serait la véritable conscience? L'inconditionnée, qui ne peut se concevoir, ou la conditionnée, qui perçoit l'inconditionnée? Car s'il doit bien exister une caractéristique - cognitive, épistémique ou encore noétique - de la conscience inconditionnée, ne serait-ce pas d'abord celle d'avoir pleinement conscience de soi?

L'expression employée un peu plus loin par P. Fenner est encore plus équivoque. Selon lui : « *La non-dualité consiste à faire l'expérience que nous - en tant qu'entités finies - sommes unis, au niveau de notre essence la plus profonde, à une étendue infinie de conscience inconditionnée et de béatitude.* »¹⁷⁸

Là, il faut avouer que l'abîme se creuse.

¹⁷⁶ C'est la définition par excellence de la conscience et de l'intentionnalité.

¹⁷⁷ p.18.

¹⁷⁸ p.19.

Nous aurions donc une « *essence* » en nous (première nouvelle !), et qui serait située à un niveau le plus profond, ou qui serait « *la plus profonde* ». Ce qui implique qu'il y en aurait donc une autre, ou d'autres, plus superficielles. Mais lesquelles? De plus, cette essence serait une « *étendue infinie* » - on croirait lire du mauvais Descartes mué pour l'occasion en mystique! - dotée de surcroît d'une « *béatitude* ». À nouveau se pose la question de savoir qui précisément peut éprouver une telle béatitude dans un état non-duel ?... Tout le vocabulaire employé ici est d'une ambiguïté totale et peu fiable.

Je reprends: selon la philosophie cartésienne, l'étendue est bien le propre de notre corps et non de notre esprit. Le propre de l'esprit étant la durée. Je relève à cet égard que les expériences non-duelles décrites par P. Fenner durent effectivement ¹⁷⁹. C'est-à-dire qu'elles ont une durée effective, et ne sont donc pas éternelles. Une chose est de donner l'impression de l'éternité, une autre de l'être. La différence entre les deux est immense, et les confondre est une faute spirituelle et psychologique qui peut conduire à des catastrophes.

Mais, il y a plus.

Car, toujours d'après P. Fenner, nous serions unis à cette essence ou à cette conscience. Fort bien. Mais quelle est la nature de ce lien et comment le décrire exactement? Là encore, le mystère s'épaissit, car nous n'avons pas droit à la réponse. D'autant que, plus haut, il écrit que dans ce « *niveau de conscience, rien ne manque* »¹⁸⁰ et qu'il est « *un état d'être qui ne **dépend** ni des conditions de notre mental, ni de notre corps, ni de la situation que nous vivons.* »¹⁸¹

Soit!

Mais alors, comment P. Fenner peut-il le nommer ou le décrire, si celui-ci ne nous concerne en rien notre être psychosomatique et notre condition, et affirmer, plus loin, qu'il opère miraculeusement des guérisons¹⁸²? Ou encore que nous serions unis à lui? Comment un tel état au-dessus de tout état aurait-il conscience des êtres que nous sommes ? Et Pourquoi devrait-il nous aider, nous soigner, nous guider et nous guérir ? Ou alors, serait-il tout simplement un Esprit, sur le mode de l'Esprit-Saint chrétien, ou un Dieu personnel de type monothéiste ? Quid en ce cas de sa non-dualité ?...

¹⁷⁹ p.19.

¹⁸⁰ p.14.

¹⁸¹ p.14 (c'est moi qui surligne).

¹⁸² pp.20-21.

Plus encore, puisque celui-ci est censé être un état, et qui plus est « *un état d'être* », c'est donc qu'il est pas aussi inconditionné que cela et qu'il dépend encore d'un « *être* » ou de l'Être, comme auparavant la non-dualité dépendait d'une « *essence* »... Autrement dit, une ontologie semble être encore à l'œuvre en cet état, au moins dans sa description phénoménologique. Or, une telle ontologie est pourtant prohibée par la pensée même de P. Fenner qui prétend se situer au-dessus de l'être et du non-être.

Enfin, P. Fenner affirme que dans la conscience inconditionnée, non seulement nous sommes unis au monde, mais « *nous sommes le monde* »¹⁸³.

Rien que ça! Pareille affirmation semble relever au mieux d'un panthéisme archaïsant, au pire d'une forme de mégalomanie. Tout l'effort millénaire de la culture n'a-t-il pas consisté au contraire à se distancier de la nature et du monde pour s'élever au-dessus d'eux et révéler le propre de l'homme? Élévation qui est aussi le projet de toute spiritualité digne de ce nom.

Il est toujours édifiant de voir ce type d'ouvrages criblé de paradoxes et de s'en enorgueillir en les utilisant pour faire feu de tout bois¹⁸⁴. Mais l'auteur est-il seulement conscient du tort qu'il se fait à lui-même en se livrant à de semblables acrobaties qui ne disent rien de la non-dualité ou la discréditent?

En revanche, ce que je trouve infiniment critiquable, c'est le flou artistique dans lequel P. Fenner s'enferme et enferme son lecteur, accumulant résumés d'expériences peu fiables, amalgames systématiques, approximations spirituelles et, dans son anti-intellectualisme primaire (y en aurait-il un autre?), incapacité à formuler clairement ce qu'il prétend promouvoir et transmettre. Se réfugier derrière des équivoques et des paradoxes est une facilité qui peut cacher aussi bien une entreprise spirituelle dévoyée qu'une imposture généralisée.

¹⁸³ p.114. On croirait entendre le refrain d'une mauvaise chanson...

¹⁸⁴ p.14.

SOMMAIRE.

<i>Introduction.</i>	p.2
<i>I - Bouddhisme et approche non-duelle.</i>	p.4
<i>II - Humeurs et croyances.</i>	p.5
<i>III - Scepticisme, croyances et connaissance.</i>	p.8
<i>IV - Présence, langage et réalité.</i>	p.14
<i>V - Interdépendance et non-dualité.</i>	p.18
<i>VI - Bouddhisme et contre-culture contemporaine.</i>	p.20
<i>En conclusion.</i>	p.23
<i>Annexe - 1 - Les courants religieux protestants à l'origine des thérapies contemporaines.</i>	p.25
<i>Annexe - 2 - Le manque, entre réalité et illusion.</i>	p.29
<i>Annexe - 3 - Conscience inconditionnelle et non-dualité.</i>	p.41