

Ennéagramme et flou identitaire lié à la pratique de l'énergétique

Quand la quête de sens peut fragiliser le sentiment d'être soi

Les pratiques énergétiques — magnétisme, Reiki, soins vibratoires, travail sur les chakras, médiumnité, canalisations, etc. — attirent souvent des personnes en recherche de sens, d'unité intérieure, de guérison, ou d'une relation plus profonde au vivant.

Ces pratiques peuvent offrir : apaisement, écoute du corps, ouverture spirituelle, sentiment de connexion.

Mais chez certaines personnes, elles peuvent aussi favoriser un phénomène plus discret : un flou identitaire progressif.

La personne ne sait plus clairement ce qu'elle ressent réellement, ce qui vient d'elle ou des autres, qui elle est en dehors du rôle de thérapeute, de canal ou d'accompagnant.

L'enneagramme permet d'éclairer cette fragilité particulière, car chaque type possède une manière spécifique :
de chercher l'unité,
de gérer ses frontières psychiques,
de vivre la spiritualité,
et de risquer une forme de confusion intérieure.

Une autre question, qu'on peut se poser et qui n'est pas abordée dans cet article, concerne la compatibilité entre la pratique énergétique et une vie spirituelle authentique (foi chrétienne par exemple)

Le flou identitaire : de quoi parle-t-on ?

Le flou identitaire n'est pas forcément une pathologie. Il peut se manifester par :

- une difficulté à sentir ses limites,
- une impression d'absorption émotionnelle,
- un sentiment d'être « traversé »,
- une perte de repères personnels,
- une dépendance aux ressentis,
- ou une confusion entre intuition, émotion, projection et réalité.

Dans certaines pratiques énergétiques, le praticien apprend à s'ouvrir, ressentir, accueillir, se rendre disponible aux flux ou aux présences.

Mais sans ancrage suffisant, cette ouverture peut parfois fragiliser le sentiment stable d'exister comme sujet distinct.

L'enneagramme montre que ce risque ne se manifeste pas de la même manière selon les types.

Les types les plus exposés au flou identitaire énergétique

Type 9 : la dissolution dans l'autre ou dans l'énergie

Le type 9 recherche spontanément l'unité, la fusion paisible, l'harmonie, la disparition des tensions. Les pratiques énergétiques peuvent lui donner l'impression d'un retour à l'unité, d'une paix globale, d'une circulation fluide.

Mais le risque est important : oubli de soi, difficulté à sentir ses limites, confusion entre accueil et effacement, fusion avec les attentes ou les émotions des autres.

Le 9 peut devenir : extrêmement perméable,
« transparent » psychiquement,
incapable de distinguer clairement ses propres désirs.

Le travail essentiel du 9 est alors : l'incarnation,
la présence à soi,
l'affirmation tranquille de son existence personnelle.

Type 2 : le sauveur énergétique

Le type 2 peut être fasciné par les pratiques de soin parce qu'elles nourrissent le besoin d'aider, d'être indispensable, de se sentir aimé à travers le don.

L'énergétique peut alors devenir un moyen d'obtenir de la reconnaissance, une identité de guérisseur, ou une compensation affective inconsciente.

Le risque peut être bien présent : se perdre dans les besoins des autres, absorber émotionnellement les personnes aidées, construire sa valeur uniquement dans la capacité à « soigner ».

Le 2 peut finir par ne plus savoir qui il est sans son rôle d'aidant.

Type 4 : la fascination pour l'intensité et le mystère

Le type 4 est souvent attiré par l'invisible, le symbolique, les expériences profondes, les états de conscience particuliers.

Les pratiques énergétiques peuvent renforcer le sentiment d'être différent, spécial, intuitif, relié à une profondeur cachée.

Mais le risque est double : confusion émotionnelle, inflation identitaire spirituelle.

Le 4 peut : s'identifier à ses ressentis,
dramatiser certaines expériences,
ou rechercher inconsciemment des états intenses pour nourrir son identité.

Son chemin de croissance passe par la simplicité, le réel, l'enracinement concret, et une identité moins dépendante de l'intensité émotionnelle.

Type 5 : le cartographe de l'invisible

Le type 5 peut aborder l'énergétique comme un système à comprendre, une cartographie subtile, une exploration des dimensions cachées.

Il peut accumuler connaissances ésotériques, théories vibratoires, modèles complexes.

Mais le risque est de quitter progressivement le concret et de vivre davantage dans des constructions mentales que dans l'expérience incarnée.

Le 5 peut développer : un détachement du corps,
une hyper-interprétation des phénomènes,
une identité construite autour du savoir spirituel.

Les autres types et l'énergétique

Type 1

Peut vouloir devenir un « praticien pur », irréprochable spirituellement, avec un risque de rigidité morale ou de perfectionnisme énergétique.

Type 3

Peut transformer l'énergétique en réussite identitaire : image de thérapeute, reconnaissance, performance spirituelle.

Type 6

Oscille souvent entre : fascination, peur, besoin de sécurité, et recherche de protection spirituelle. Le risque est l'angoisse spirituelle ou la dépendance à un système de croyance.

Type 7

Peut multiplier : expériences, stages, initiations, pratiques nouvelles, sans réel enracinement.

Type 8

Peut être attiré par la puissance énergétique : protection, maîtrise, influence, sensation de force.

Le cœur du problème : la frontière psychique

Dans beaucoup de dérives énergétiques, la difficulté centrale est celle des frontières intérieures. La personne ressent beaucoup, absorbe, s'ouvre, capte, mais n'habite plus clairement son propre centre.

L'ennéagramme montre que chaque type possède une manière particulière :

de perdre son axe,

de fuir son identité profonde,

ou de chercher à exister à travers des rôles spirituels.

Spiritualité ou dissolution de soi ?

Une question essentielle apparaît alors : La spiritualité aide-t-elle à devenir plus présent à soi-même... ou à disparaître dans des expériences, des rôles ou des sensations ?

Une pratique spirituelle saine devrait normalement conduire :

à davantage de vérité intérieure,

de liberté,

d'incarnation,

de responsabilité,

et de capacité relationnelle.

Lorsque l'énergétique produit confusion, dépendance, fascination, sentiment de toute-puissance, perte de repères ou difficulté à vivre simplement, un discernement devient nécessaire.

Les signes d'un déséquilibre possible

Quelques indicateurs de vigilance :

difficulté à dire non,

sensation d'être « envahi »,

besoin constant de ressentis énergétiques,

perte d'intérêt pour la réalité concrète,

isolement relationnel,

dépendance aux séances ou aux pratiques,

croyance de plus en plus absolue dans les interprétations énergétiques,

sentiment d'être investi d'une mission spéciale.

Ce qui aide à rester centré

Pour tous les types de l'ennéagramme, certains éléments favorisent un rapport plus équilibré à la spiritualité et à l'énergétique :

- ancrage corporel,
- vie concrète structurée,
- relations simples et vraies,
- humour sur soi-même,
- discernement critique,
- capacité à accepter le doute,
- accompagnement psychologique ou spirituel sérieux,
- distinction entre ressenti subjectif et vérité absolue.

Pour conclure

L'énergétique peut parfois ouvrir des espaces réels d'écoute, de présence, de sens, d'apaisement.

Mais elle peut aussi devenir un lieu de projection identitaire et de confusion intérieure.

L'ennéagramme rappelle alors une vérité essentielle : chaque type possède une manière particulière de se perdre.

Et le véritable chemin spirituel n'est peut-être pas de devenir « énergétique », « spécial » ou « désincarné », mais d'habiter plus profondément son humanité réelle, avec davantage de conscience, de liberté et de vérité.