

Ennéagramme et philosophie

une rencontre entre connaissance de soi et sagesse de vivre

L'Ennéagramme est souvent présenté comme un outil de connaissance de soi, de développement personnel ou d'accompagnement. Pourtant, il peut aussi être abordé sous un angle philosophique. Car derrière les neuf profils se cachent des questions fondamentales que les philosophes explorent depuis des siècles : Qui suis-je ? Pourquoi est-il si difficile d'être libre ? Comment vivre une vie bonne ? Qu'est-ce qui me pousse à agir ?

La philosophie et l'Ennéagramme poursuivent finalement une quête commune : comprendre la condition humaine afin de vivre avec davantage de conscience, de liberté et de sagesse.

L'Ennéagramme : une anthropologie plus qu'une typologie

La philosophie ne s'intéresse pas seulement aux comportements, mais à ce qui les fonde. De même, l'Ennéagramme ne décrit pas seulement ce que nous faisons ; il cherche à comprendre pourquoi nous le faisons.

Chaque type représente une manière particulière :

- de percevoir le monde ;

- d'interpréter la réalité ;

- de répondre à la question du bonheur ;

- de gérer l'angoisse fondamentale de l'existence.

On pourrait dire que chaque profil développe une « philosophie implicite » de la vie.

Par exemple :

- Le Type 1 semble croire que le monde sera meilleur s'il est corrigé.

- Le Type 2 que l'amour s'obtient en étant utile.

- Le Type 3 que la valeur dépend de la réussite.

- Le Type 4 que l'authenticité passe par l'intensité de l'expérience.

- Le Type 5 que comprendre protège de l'intrusion.

- Le Type 6 que la sécurité permet de vivre sereinement.

- Le Type 7 que le bonheur consiste à multiplier les possibilités.

- Le Type 8 que la force protège de la vulnérabilité.

- Le Type 9 que la paix vaut mieux que le conflit.

L'Ennéagramme met ainsi en lumière les croyances fondamentales qui organisent notre rapport au monde.

« Connais-toi toi-même » : Socrate et l'Ennéagramme

L'inscription du temple de Delphes, reprise par Socrate, pourrait être la devise de l'Ennéagramme : « Connais-toi toi-même. »

Pour Socrate, l'ignorance de soi est à l'origine de nombreux problèmes humains. Nous croyons être libres alors que nous sommes souvent gouvernés par des automatismes inconscients.

L'Ennéagramme rejoint cette intuition :

nous croyons choisir librement ;
mais nous sommes souvent guidés par notre fixation ;
nos peurs ;
nos habitudes émotionnelles ;
nos mécanismes de défense.

Le travail sur soi consiste alors à devenir observateur de ses propres conditionnements.

Platon : sortir de la caverne

La célèbre allégorie de la caverne de Platon décrit des hommes prenant les ombres pour la réalité.

L'Ennéagramme suggère quelque chose de similaire : Chaque type regarde le monde à travers un filtre particulier.

Le perfectionniste voit surtout ce qui devrait être amélioré.

Le loyaliste repère spontanément les risques.

L'épicurien détecte les opportunités agréables.

Le romantique remarque ce qui manque.

Ces filtres ne sont pas faux, mais partiels.

Le chemin de croissance consiste à sortir progressivement de sa propre « caverne psychologique » pour accéder à une vision plus large du réel.

Aristote : les vertus et l'équilibre

Aristote considère que le bonheur (eudaimonia) résulte du développement des vertus.

Les vertus représentent un juste milieu entre deux excès.

Cette idée résonne fortement avec l'Ennéagramme. Par exemple :

Type	Excès habituel	Vertu associée
1	Rigidité	Sérénité
2	Orgueil relationnel	Humilité
3	Vanité	Authenticité
4	Envie	Équanimité
5	Avarice énergétique	Détachement
6	Peur	Courage
7	Gourmandise	Sobriété
8	Excès de puissance	Innocence
9	Paresse intérieure	Action juste

L'Ennéagramme n'invite donc pas à changer de personnalité mais à cultiver les vertus qui équilibrent nos excès naturels.

Les stoïciens : distinguer ce qui dépend de nous

Les philosophes stoïciens, notamment Épictète et Marc Aurèle, enseignent que la souffrance naît souvent de notre lutte contre ce que nous ne pouvons pas contrôler.

Chaque type possède ses propres attachements :

- le 1 veut contrôler l'erreur ;
- le 2 les relations ;
- le 3 l'image ;
- le 4 les émotions ;
- le 5 les ressources ;
- le 6 la sécurité ;
- le 7 l'expérience ;
- le 8 le pouvoir ;
- le 9 l'harmonie.

Le travail de croissance consiste souvent à accepter que certaines réalités échappent à notre contrôle.

L'existentialisme : devenir soi-même

Pour Søren Kierkegaard, puis Jean-Paul Sartre, l'être humain n'est pas condamné à rester ce qu'il est. Il est appelé à devenir.

Cette idée rejoint profondément l'Ennéagramme :

- Le type n'est pas notre identité.
- Il est une stratégie de survie.
- Nous sommes plus vastes que notre profil.
- La croissance consiste à ne plus être enfermés dans notre personnage.

L'Ennéagramme pourrait reformuler l'existentialisme ainsi : Je ne suis pas mon type ; j'ai un type.

La phénoménologie : observer l'expérience vécue

La phénoménologie de Edmund Husserl et de Maurice Merleau-Ponty invite à revenir à l'expérience directe avant les interprétations.

Cette approche rejoint :

- le focusing de Eugene Gendlin ;
- l'observation intérieure ;
- les pratiques contemplatives associées à l'Ennéagramme.

Plutôt que de se définir comme « un type 6 » ou « un type 4 », la question devient : Que suis-je en train de vivre ici et maintenant ?

L'expérience est alors plus importante que l'étiquette.

Une lecture philosophique des neuf types

Chaque profil semble porter une interrogation existentielle particulière :

Type	Question philosophique
1	Qu'est-ce qu'une vie juste ?
2	Qu'est-ce qu'aimer ?
3	Qu'est-ce qui donne de la valeur à une vie ?
4	Qu'est-ce que l'authenticité ?
5	Que peut-on réellement connaître ?
6	Comment vivre avec l'incertitude ?
7	Où se trouve le bonheur ?
8	Qu'est-ce que la véritable force ?
9	Comment vivre la paix sans s'effacer ?

Ainsi, chaque type explore une facette particulière de la condition humaine.

Ennéagramme et sagesse

La philosophie n'a jamais eu pour unique objectif d'accumuler des connaissances. Chez les Grecs, elle était avant tout un art de vivre.

L'Ennéagramme peut être compris de la même manière. Son but n'est pas de cataloguer les personnes mais de favoriser :

- davantage de conscience ;
- davantage de liberté intérieure ;
- davantage de responsabilité ;
- davantage de présence ;
- davantage d'ouverture aux autres.

En ce sens, l'Ennéagramme est moins une théorie de la personnalité qu'un chemin de sagesse. Comme l'aurait sans doute formulé Socrate :

Le véritable enjeu n'est pas de connaître son type, mais de ne plus être gouverné par lui.