

Ennéagramme et petite voie thérésienne : quand nos limites deviennent un chemin de confiance



Et si le chemin spirituel ne consistait pas à devenir enfin la personne idéale que nous rêvons d'être, mais à consentir à être aimés tels que nous sommes, pour apprendre à aimer à notre tour ?

L'Ennéagramme nous aide à repérer les stratégies par lesquelles nous cherchons à être en sécurité, à avoir de la valeur ou à mériter l'amour. La petite voie de sainte Thérèse de l'Enfant-Jésus et de la Sainte-Face nous entraîne dans un autre mouvement : reconnaître notre pauvreté, faire confiance à l'amour de Dieu et répondre à cet amour dans le concret de la vie. Ces deux démarches peuvent dialoguer, à condition de ne pas les confondre. L'Ennéagramme est ici une grille de lecture de nos habitudes ; la petite voie est une expérience chrétienne de la grâce, centrée sur Jésus.

La découverte de Thérèse : ne pas se grandir soi-même

Thérèse désire la sainteté, mais constate qu'elle ne peut se hausser jusqu'à elle par ses seules forces. Elle imagine alors un « ascenseur » : les bras de Jésus. Sa petitesse n'est ni une vertu à exhiber ni un motif de désespoir. Elle devient le lieu où elle peut se laisser porter. La petite voie unit donc l'humilité, la confiance et l'amour. Elle n'abolit pas l'effort : elle lui retire la prétention de tout produire. On fait ce que l'on peut, avec fidélité, puis on remet à Dieu ce que l'on ne peut pas accomplir seul. [1, 2]

Voilà pourquoi cette voie peut éclairer les mécanismes décrits par l'Ennéagramme. Chaque profil possède une manière privilégiée de se construire une sécurité. La difficulté n'est pas d'avoir une personnalité, mais de lui demander de nous sauver. Même notre vie spirituelle peut devenir une extension de notre stratégie habituelle : être irréprochable, indispensable, admiré, singulier, savant, rassuré, libre, fort ou paisible. Thérèse nous invite à déposer ces conditions préalables : je n'ai pas à réussir ma personnalité pour oser recevoir l'amour de Dieu.

Neuf manières de rencontrer la petite voie

Profil 1 — Celui qui veut bien faire.

Le 1 risque de transformer la sainteté en perfection morale : corriger ses défauts, ne plus se tromper, tenir une ligne sans faille. La petite voie lui murmure qu'une faute reconnue avec simplicité peut ouvrir davantage le cœur qu'une apparence irréprochable. Il peut réparer ce qui doit l'être, puis cesser de se juger sans fin. Sa question n'est plus : « Ai-je tout fait parfaitement ? », mais : « Puis-je recevoir la miséricorde aujourd'hui et poser le prochain acte juste ? »

Profil 2 — Celui qui veut aimer en se rendant utile.

Le 2 donne volontiers, parfois jusqu'à oublier sa propre fatigue ou espérer secrètement devenir indispensable. Thérèse rappelle que l'amour commence aussi par l'accueil d'un don. Se laisser aider, exprimer un besoin ou offrir une présence sans chercher à être nécessaire peuvent devenir des actes spirituels. Le 2 découvre qu'il est aimé avant même d'avoir rendu service.

Profil 3 — Celui qui veut réussir.

Le 3 peut aborder la foi comme un nouveau projet : devenir un chrétien exemplaire, multiplier les œuvres, montrer des résultats. La petite voie le désarme doucement. Une attention discrète qui ne sera ni vue ni applaudie a toute sa place dans une vie d'amour. Il peut accomplir sa tâche avec soin sans faire dépendre sa valeur de sa réussite. Devant Dieu, il n'a rien à mettre en scène.

Profil 4 — Celui qui cherche une vie profonde et singulière.

Le 4 peut attendre une expérience intérieure intense pour croire que sa prière est vraie. Or la confiance thérésienne ne dépend pas de la beauté ressentie de l'instant. Thérèse a traversé l'aridité et une profonde épreuve de la foi. Le 4 peut offrir un geste ordinaire, une parole simple, une fidélité sans éclat, même lorsque le cœur ne ressent rien de remarquable. La profondeur de l'amour ne se mesure pas à l'intensité de l'émotion. [1]

Profil 5 — Celui qui cherche à comprendre et à préserver ses ressources.

Le 5 peut vouloir connaître Dieu avant d'oser se donner à Lui, ou attendre de disposer de suffisamment d'énergie pour entrer en relation. La petite voie lui propose un pas à sa mesure : dire une prière imparfaite, partager un peu de temps, rejoindre une personne réelle sans maîtriser la situation. La connaissance garde sa valeur ; elle peut devenir une porte vers la rencontre plutôt qu'une condition posée avant elle.

Profil 6 — Celui qui cherche des garanties.

Le 6 sait repérer les dangers et peut demander des certitudes sur sa fidélité, ses choix ou l'avenir. La confiance de Thérèse ne supprime ni la prudence ni les questions : elle permet d'avancer malgré l'incertitude, sans devoir résoudre aujourd'hui toutes les inquiétudes de demain. Le 6 peut discerner avec sérieux, consulter quand c'est utile, puis confier à Dieu la part qu'aucune vérification ne pourra sécuriser. [1]

Profil 7 — Celui qui cherche les possibles et la joie.

Le 7 aime ouvrir des chemins et peut redouter l'ennui, la limite ou la souffrance. La petite voie ne lui demande pas de renoncer à sa joie ; elle l'invite à une joie qui n'a plus besoin de fuir toute peine. Rester présent auprès de quelqu'un qui souffre, terminer un engagement modeste ou accueillir une journée sans nouveauté peuvent devenir des lieux d'amour. La fidélité donne de la profondeur à sa liberté.

Profil 8 — Celui qui veut demeurer fort et libre.

Le 8 peut vivre la dépendance comme une menace et préférer protéger plutôt que recevoir. L'image des bras de Jésus lui propose un courage différent : consentir à ne pas tout porter. Reconnaître une blessure, demander pardon ou accepter de l'aide ne réduit pas sa force ; cela peut la rendre plus hospitalière. Sa puissance devient un service lorsqu'elle laisse aussi une place à la tendresse.

Profil 9 — Celui qui cherche la paix.

Le 9 peut confondre abandon à Dieu et retrait devant les décisions, les tensions ou ses propres désirs. Pourtant la petite voie est active : elle appelle à poser de petits actes d'amour concrets. Pour le 9, ce peut être dire clairement ce qu'il pense, choisir, prendre une initiative ou traverser un désaccord sans disparaître. La paix du cœur n'exige pas l'effacement de soi.

Ces neuf propositions sont des ~~b~~non des descriptions exhaustives ni des paroles que Thérèse aurait adressées à chaque profil. Une personne peut se reconnaître dans plusieurs de ces mouvements, et son histoire compte toujours davantage qu'une étiquette.

Le piège d'une « petite voie » utilisée contre soi

On pourrait mal comprendre Thérèse en faisant de la petitesse une obligation de se taire, de subir ou de rester dans une situation qui nous détruit. L'humilité chrétienne ne consiste pas à nier sa dignité. Faire confiance à Dieu n'interdit ni de poser une limite, ni de demander de l'aide, ni de chercher une protection. Inversement, la confiance ne dispense pas de reconnaître ses torts, de réparer ou d'agir. La petite voie n'est pas une excuse pour éviter la réalité : elle nous aide à y entrer sans devoir être tout-puissants.

Il existe un autre piège, plus subtil : vouloir « réussir » la petite voie. Nous pourrions nous reprocher de manquer de confiance, comparer notre abandon à celui d'autrui ou faire de notre humilité une performance. Ce serait retrouver, sous des mots spirituels, l'ancien mécanisme de notre profil. Quand cela arrive, le chemin peut recommencer très simplement : constater ce qui se passe, le présenter au Seigneur, et accepter d'être encore un débutant.

Un exercice pour aujourd'hui

Je peux prendre quelques minutes pour nommer une situation qui me préoccupe. Quelle stratégie spontanée y apparaît : corriger, aider, réussir, intensifier, comprendre, vérifier, m'échapper, contrôler ou m'effacer ? Quel petit geste d'amour reste possible, ici et maintenant ? Après l'avoir posé, puis-je laisser à Dieu ce qui ne dépend pas de moi ?

La petite voie ne fait pas disparaître notre personnalité. Elle la libère progressivement de la nécessité de prouver qu'elle mérite d'être aimée. L'Ennéagramme peut aider à reconnaître l'endroit où nous nous crispons ; Thérèse nous indique Celui vers qui ouvrir les mains. Alors nos limites cessent d'être seulement des obstacles. Elles peuvent devenir l'espace humble où nous apprenons à recevoir et à transmettre l'amour.

Repères de lecture

1. François, *C'est la confiance*, exhortation apostolique, 15 octobre 2023, notamment §§ 14–27 et 42–45 : https://www.vatican.va/content/francesco/fr/apost_exhortations/documents/20231015-santateresa-delbambinogesu.html
2. Carmel en France, « La petite voie », présentation de la dynamique de confiance, d'effort et d'offrande : <https://www.carmel.asso.fr/-La-petite-voie-.html>
3. Carmel en France, « Manuscrit C », accès aux textes de Thérèse sur la petite voie, la charité et l'épreuve de la foi : <https://www.carmel.asso.fr/-Manuscrit-C-.html>

Tableau récapitulatif

Pro fil	Réflexe possible	Invitation de la petite voie	Petit pas concret
1	Vouloir être irréprochable	Accueillir la miséricorde malgré l'imperfection	Réparer une erreur, puis cesser de se juger
2	Se rendre indispensable	Se laisser aimer sans devoir être utile	Exprimer un besoin ou accepter de l'aide
3	Prouver sa valeur par ses réussites	Aimer sans chercher de résultat visible	Poser un geste généreux que personne ne verra
4	Chercher une expérience intérieure intense	Rester fidèle même dans l'aridité	Prier ou aimer simplement, sans attendre de ressentir
5	Attendre de tout comprendre avant d'agir	Oser la rencontre avec ce que l'on sait déjà	Offrir un peu de temps ou de présence
6	Chercher des garanties contre l'incertitude	Discerner, puis faire confiance	Prendre une décision sans vérifier une fois de plus
7	Fuir l'ennui, la peine ou la limite	Découvrir une joie qui sait aussi demeurer	Rester présent dans un engagement modeste
8	Tout porter et cacher sa vulnérabilité	Consentir à recevoir	Demander de l'aide ou reconnaître une blessure
9	S'effacer pour préserver la paix	Exister et agir dans l'amour	Dire clairement ce que l'on pense ou choisir

Ces rapprochements sont des pistes de discernement : Thérèse n'a pas décrit les neuf profils de l'Ennéagramme.

Pour résumer

LA PETITE VOIE, PAS À PAS



L'Ennéagramme éclaire nos réflexes ; la confiance ouvre un chemin.

La vie de sainte Thérèse de l'Enfant-Jésus : une petite vie, un immense amour



Sainte Thérèse de l'Enfant-Jésus et de la Sainte-Face n'a ni fondé une congrégation ni parcouru le monde. Elle a vécu vingt-quatre ans, dont neuf derrière les murs du Carmel de Lisieux. Pourtant, sa parole a rejoint des personnes de toutes conditions et de tous pays. Pour comprendre sa « petite voie », il faut d'abord rencontrer la jeune fille et la religieuse qui l'ont découverte au fil d'une vie traversée par la joie, le deuil, le désir d'aimer et l'épreuve.

Une enfance aimée et marquée par la séparation

Marie-Françoise-Thérèse Martin naît le 2 janvier 1873 à Alençon. Elle est la dernière des cinq filles de Louis Martin et de Zélie Guérin qui ont survécu à la petite enfance. Elle grandit dans une famille où la foi, le travail et l'affection occupent une grande place. Mais cette enfance heureuse est blessée très tôt : Zélie meurt le 28 août 1877. Thérèse n'a que quatre ans et demi. Louis et ses filles s'installent alors à Lisieux, dans la maison des Buissonnets, auprès de la famille Guérin.

Thérèse est une enfant vive, sensible, profondément attachée aux siens. Le départ de sa sœur Pauline pour le Carmel, en 1882, représente pour elle une nouvelle séparation. En 1883, elle traverse une grave maladie dont elle rapporte la guérison au « sourire de la Vierge ». Sa première communion, le 8 mai 1884, constitue ensuite une étape importante de sa vie intérieure. Ces événements ne dessinent pas le portrait d'une enfant insensible à la peine : ils montrent une foi qui prend forme au milieu de liens très forts et de blessures réelles.

Noël 1886 : une liberté nouvelle

Thérèse situe dans la nuit de Noël 1886 ce qu'elle appelle sa « complète conversion ». À treize ans, après une petite contrariété familiale, elle découvre qu'elle peut dépasser sa tendance à se replier sur ses larmes. Elle y reconnaît une grâce qui lui donne une force nouvelle. Ce tournant ne signifie pas que toute fragilité a disparu. Il ouvre plutôt une liberté : au lieu de concentrer toute son attention sur sa peine, elle désire aimer et agir pour les autres.

Peu après, elle prie pour Henri Pranzini, un condamné à mort dont elle a appris l'histoire par les journaux. Elle voit dans un geste rapporté au moment de son exécution une réponse à sa prière. Cette expérience nourrit son désir de prier pour ceux qui se croient loin de Dieu. Sa vocation contemplative est déjà inséparable d'un élan missionnaire.

Une adolescente déterminée aux portes du Carmel

Thérèse souhaite rejoindre au Carmel ses sœurs Pauline et Marie. Son jeune âge fait obstacle à son entrée. Elle en parle à son père, sollicite les responsables ecclésiastiques et, lors d'un pèlerinage à Rome, ose demander au pape Léon XIII, le 20 novembre 1887, de pouvoir entrer à quinze ans. Elle ne reçoit pas immédiatement la réponse qu'elle espère, mais persévère. Le 9 avril 1888, elle entre enfin au Carmel de Lisieux.

Elle y prend le nom de sœur Thérèse de l'Enfant-Jésus et de la Sainte-Face. Elle reçoit l'habit en janvier 1889 et prononce ses vœux le 8 septembre 1890. La vie carmélitaine est faite de prière, de silence, de travail et de relations quotidiennes. Thérèse y découvre que l'amour se joue aussi dans

des services modestes, la patience et la manière de vivre avec des sœurs que l'on n'a pas choisies. Elle est également éprouvée par la maladie de son père, Louis, qui meurt en 1894.

La découverte de la « petite voie »

Thérèse désire devenir sainte, mais elle mesure l'écart entre ce désir et ses propres forces. Peu à peu, elle comprend qu'elle n'a pas à se grandir elle-même pour être accueillie par Dieu. Dans l'image qu'elle emploiera, les bras de Jésus sont l'« ascenseur » qui élève la petite enfant. Sa voie repose sur la confiance en l'amour miséricordieux de Dieu, vécue à travers les actes ordinaires d'amour. Elle n'est ni une recherche de facilité ni un refus d'agir : Thérèse fait ce qu'elle peut et confie à Dieu ce qu'elle ne peut accomplir seule.

Elle accompagne des novices et correspond avec des missionnaires. Son désir de mission dépasse largement les murs du monastère. En 1896, méditant sur la place des différents membres dans l'Église, elle exprime sa découverte : au cœur de l'Église, sa vocation est l'amour. Sa vie cachée peut ainsi être entièrement tournée vers les autres.

Écrire, souffrir et croire dans la nuit

À partir de 1895, Thérèse rédige ses souvenirs à la demande de ses supérieures et de ses sœurs. Ses trois manuscrits autobiographiques, écrits entre 1895 et 1897, seront publiés après sa mort sous le titre *Histoire d'une âme*. On y suit son enfance, son expérience au Carmel, sa recherche spirituelle et sa compréhension de la charité.

La fin de sa vie interdit d'en faire une figure simplement souriante et facile à imiter. Atteinte de tuberculose, elle connaît des souffrances physiques croissantes. À partir de 1896, elle traverse aussi une profonde épreuve de la foi : la certitude sensible du ciel lui est retirée, et elle se sent proche de ceux qui ne croient pas. Sa confiance n'est donc pas l'absence de doute ou de nuit. Elle est une fidélité vécue jusque dans l'obscurité.

Thérèse meurt au Carmel de Lisieux le 30 septembre 1897. Elle a vingt-quatre ans. Ses derniers mots rapportés sont une déclaration d'amour à Dieu. Après sa mort, la diffusion de *Histoire d'une âme* fait connaître son itinéraire dans le monde entier. Elle est canonisée en 1925, déclarée patronne des missions en 1927, puis docteur de l'Église en 1997.

Ce que sa vie nous transmet

L'histoire de Thérèse ne dit pas qu'il faut être petit par résignation, nier ses blessures ou attendre passivement que Dieu agisse. Elle montre une jeune femme qui a osé demander, écrire, aimer, persévérer et traverser la nuit. Sa découverte tient en un renversement : nos limites n'ont pas le dernier mot sur notre capacité d'aimer, parce que l'amour de Dieu nous précède. La « petite voie » est ouverte à chacun, au milieu de sa vie réelle.

Repères documentaires

- Archives du Carmel de Lisieux, « Biographie de sainte Thérèse de Lisieux » : <https://archives.carmeldelisieux.fr/la-vie-de-sainte-therese-de-lisieux/sainte-therese-de-lisieux/>
- Jean-Paul II, *Divini Amoris Scientia*, 19 octobre 1997, notamment § 5–6 : https://www.vatican.va/content/john-paul-ii/fr/apost_letters/1997/documents/hf_jp-ii_apl_19101997_divini-amoris.html
- François, *C'est la confiance*, 15 octobre 2023 : https://www.vatican.va/content/francesco/fr/apost_exhortations/documents/20231015-santateresa-delbambinogesu.html

Tableau récapitulatif

Période	Événement	Ce qu'il révèle de son chemin
1873	Naissance à Alençon	Une enfance au sein de la famille Martin
1877	Mort de Zélie et installation à Lisieux	L'expérience précoce du deuil et de la séparation
1883–1884	Maladie, guérison et première communion	Une vie intérieure qui se développe
Noël 1886	« Complète conversion »	Une liberté nouvelle pour se tourner vers les autres
1887–1888	Démarches, rencontre avec Léon XIII, entrée au Carmel	Une vocation poursuivie avec détermination
1890–1895	Vœux, vie communautaire, découverte de la petite voie	La confiance vécue dans les gestes ordinaires
1895–1897	Manuscrits, tuberculose et épreuve de la foi	Une parole spirituelle mûrie jusque dans la souffrance
1897	Mort à vingt-quatre ans	Une vie brève dont les écrits connaîtront un grand rayonnement

Pour résumer



Paroles de Sainte Thérèse

Confiance en Dieu

➤ « C'est la confiance et rien que la confiance qui doit nous conduire à l'Amour. » — Lettre 197 à sa sœur Marie. Archives du Carmel de Lisieux

➤ « Je ne puis craindre un Dieu qui s'est fait pour moi si petit. » — Lettre 266 à l'abbé Bellière. Archives du Carmel de Lisieux

➤ « Au soir de cette vie, je paraîtrai devant vous les mains vides. » — *Acte d'offrande à l'Amour miséricordieux*. Carmel en France

Amour et vie quotidienne

➤ « Ma vocation, c'est l'Amour ! » — Manuscrit B. Carmel en France

➤ « Aimer c'est tout donner et se donner soi-même. » — Poème *Pourquoi je t'aime, ô Marie !* Archives du Carmel de Lisieux

➤ « La charité ne doit point rester enfermée dans le fond du cœur. » — Manuscrit C. Carmel en France

Espérance

➤ « Je ne meurs pas, j'entre dans la vie. » — Lettre 244 à l'abbé Bellière, écrite quelques mois avant sa mort. Archives du Carmel de Lisieux

➤ « Je veux passer mon ciel à faire du bien sur la terre. » — Parole rapportée dans les témoignages sur ses derniers entretiens. Archives du Carmel de Lisieux

Les sept premières proviennent de textes écrits par Thérèse ; la dernière est une parole recueillie par son entourage.