

Spiritualité et psychologie

L'expérience de l'accompagnement spirituel conduit à prendre très sérieusement en considération certaines réalités bien connues des psychologues professionnels. En effet la pratique de cet accompagnement fait apparaître que, dans leur désir de progrès spirituel, les personnes accompagnées se heurtent à divers obstacles liés à la structure psychologique qui leur est propre. Laissant de côté les problèmes lourds et facilement repérables qui relèvent de la médecine psychiatrique, cet article se limitera à l'examen des difficultés qui gênent la vie quotidienne de chacun d'entre nous sans pour autant nous empêcher de mener une vie à peu près normale. Que pouvons-nous attendre de la vie spirituelle pour faire face à ces difficultés ? Quel apport espérer des disciplines psychologiques contemporaines ?

I Les principaux obstacles psychologiques rencontrés dans la vie spirituelle

a) *Obstacles ordinaires*

Parmi ces réalités de la vie psychique auxquelles se heurte le dynamisme spirituel, il en est un certain nombre dont le sujet est pleinement conscient. Il s'agit de ces mouvements intérieurs qui classiquement sont présentés comme des défauts contre lesquels il convient de lutter. Colère, timidité, susceptibilité peuvent se manifester comme des attitudes récurrentes qui gênent celui qui veut devenir disciple de Celui qui s'est présenté comme doux et humble de cœur. De façon analogue ce chrétien peut être victime d'obsessions, d'inhibitions et de compulsions. Dans la mesure où il est conscient de ces difficultés, il peut en parler à son accompagnateur et comprendre avec l'aide de ce dernier que ces troubles se situent à un plan psychologique, que c'est à ce niveau qu'ils doivent être interprétés, expliqués et soignés. L'accompagnateur lui montre qu'il est possible de mener une vie chrétienne malgré ces difficultés et l'invite au combat spirituel.

b) *Le jugement faux comme structure psychologique*

À côté de ces obstacles simples caractérisés par la claire conscience que peut en acquérir le sujet, il en existe un autre que la tradition spirituelle désigne comme jugement faux. Il convient de bien distinguer celui-ci du jugement erroné au sens ordinaire qui se produit quand nous nous trompons par manque d'information mais que nous demeurons capables d'entendre des arguments de ceux qui ne sont pas d'accord avec nous. Le jugement faux au sens psychologique désigne autre chose : une sorte d'incapacité de percevoir certains aspects de la réalité. Par exemple l'accompagnateur fait remarquer à celui qu'il accompagne que son comportement a choqué ou fait souffrir telle ou telle personne de son entourage. Celui qui est accompagné répond alors que c'est la faute de cette personne qui est comme ceci ou comme cela, ou bien qui lui en veut, ou bien qui dramatise etc. Dans un premier temps, l'accompagnateur envisage que l'explication fournie est peut-être correcte. Si le phénomène se reproduit, l'accompagnateur montre que la justice et la charité exigent une plus grande courtoisie dans les relations humaines, invite à une conversion et à l'effort et obtient parfois certains résultats. Mais, comme dit le proverbe : « Chassez le naturel, il revient au galop. » Dès que la tension se relâche on constate des faits de structure analogue dans des circonstances diverses avec toujours cette incapacité de comprendre comment un certain type de comportement est perçu par autrui. Comme, par ailleurs, la bonne volonté, la vie de prière, le zèle apostolique sont incontestables, l'accompagnateur en vient à se demander si celui qui est accompagné a une perception juste de la réalité. Sur ce point, la psychologie moderne lui apporte un éclairage particulièrement intéressant avec la notion de mécanisme de défense que les spécialistes définissent comme un « processus psychique inconscient visant à réduire ou à annuler les effets désagréables des dangers réels ou imaginaires en remaniant les réalités internes et/ou externes et dont les manifestations - comportements, idées ou affects - peuvent être inconscients ou conscients »¹. Or le jugement faux que nous avons décrit se présente bien comme un

¹ Serban Ionescu, Marie-Madeleine Jacquet, Claude Lhote, *Les mécanismes de défense*, Nathan, Paris, 1997, p. 27.

remaniement de la perception du réel. Et la résistance à l'argumentation semble bien indiquer que renoncer à ce remaniement serait profondément déstabilisant pour le sujet. Voulant se protéger contre cette déstabilisation, il résiste à tout ce qu'on peut lui dire.

On a pu élaborer une liste de vingt six mécanismes de défense comme le clivage, la dénégation, l'identification, la projection etc. qui ont précisément cet effet qui a été décrit plus haut comme une mauvaise perception de la réalité². Et les psychologues nous font comprendre pourquoi il est si difficile de corriger cette perception : de façon inconsciente cette erreur permet de fuir une peur ou une angoisse très profondément enfouies.

c) Approche en psychologie cognitive

A la réflexion nous nous apercevons que cet obstacle est un phénomène universel, mais qu'il prend des formes plus ou moins graves et plus ou moins susceptibles d'évolution. Les troubles psychiatriques ne sont peut-être que des formes lourdes et difficilement modifiables de ce phénomène. Un ouvrage récent³ utilise la classification officielle de ces maladies⁴ pour aider chacun d'entre nous à découvrir que, même s'il n'est pas un client des hôpitaux psychiatriques, certaines caractéristiques de sa personnalité peuvent être analysées comme une orientation en direction de ces pathologies. Par exemple certaines personnes font preuve d'une méfiance exacerbée, révélatrice d'une personnalité paranoïaque. Cela ne les empêche pas d'avoir une vie familiale et professionnelle ordinaire, cela rend seulement leur contact un peu difficile. Les auteurs, avec humour et bon sens, nous indiquent les traits caractéristiques de ce type de personne et expliquent comment on peut s'y prendre avec elles pour éviter les conflits inutiles et établir de bonnes relations. Ils ne cherchent pas une explication de type psychanalytique. Leur approche est plutôt cognitiviste. Selon eux une personnalité difficile se caractérise par une certaine croyance. Par exemple, une personnalité paranoïaque est marquée par une conviction comme « Je suis vulnérable », « Les autres peuvent être contre moi et me cacher des choses ». On comprend comment ces convictions, loin de pouvoir être relativisées par l'expérience, peuvent au contraire colorer le réel et y trouver sans cesse des confirmations. Dans la vie courante, pour établir de bonnes relations avec cette personne, il ne faut pas espérer lui démontrer la fausseté de sa croyance mais tenir compte du fait que c'est à travers cette croyance qu'elle voit le monde. En revanche, l'accompagnateur spirituel se rend compte que cette croyance peut faire obstacle à une juste intelligence du mystère dans la mesure où elle gauchit l'écoute de la Parole de Dieu. Il y a là un problème particulièrement épineux qu'il faut gérer avec soin. En particulier une des questions les plus délicates est celle de savoir si la vie religieuse ou sacerdotale est un lieu approprié pour certaines personnalités qui, sans être vraiment victimes de troubles pathologiques, sont cependant affectées d'une perception déformée du réel.

Vie spirituelle et vie psychologique apparaissent donc comme deux domaines en étroite connexion. Surgit alors une question incontournable. Comment penser convenablement l'articulation de ces deux réalités ? C'est en effet le même être humain qui est doté de l'une et de l'autre. De façon intuitive, on pressent qu'il ne faut ni séparer ni confondre spiritualité et psychologie. D'ailleurs, avec de l'expérience et du bon sens, beaucoup d'accompagnateurs parviennent à faire la part des choses. En particulier, ils savent renvoyer vers des spécialistes lorsqu'ils rencontrent certains troubles psychologiques qui ne sont pas de leur ressort.

d) Comment gérer ces obstacles ?

Ce bon sens et cette expérience des accompagnateurs spirituels n'empêchent pas l'émergence d'un débat à la fois théorique et pratique. Le débat théorique porte sur l'anthropologie : comment penser l'unité de l'être humain dans la diversité de ces aspects ? Et à ce débat théorique correspond un débat entre pratiques pastorales. Schématiquement nous pouvons distinguer, d'une part, ceux qui ont tendance à distinguer fortement les domaines, d'autre part, ceux qui ont tendance à les confondre. Parmi les premiers, les uns ont tendance à surévaluer le pouvoir de la vie spirituelle. Ils pensent que la grâce peut résoudre les problèmes signalés et qu'avec du temps, de la patience et de la prière tout s'arrangera. D'autres ont tendance à surévaluer les recherches contemporaines sur l'inconscient et la vie psychique. A leurs yeux, la psychanalyse ou telle psychothérapie à la mode est le plus sûr moyen pour venir à bout de certaines rugosités de caractère ou de certaines déviations. Face à ces approches qui ont tendance à séparer le psychique et le spirituel, certains envisagent de les rapprocher dans une démarche

² *Ibidem*

³ François Lelord, Christophe André, *Comment gérer les personnalités difficiles*, Odile Jacob, Paris, 1996.

⁴ American Psychiatric Association, *Mini DSM-IV*. Critères diagnostiques, Washington DC, 1994. Traduction française par J.-D. Guelfi et al. *Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux*, Masson, Paris, 1996.

qu'ils nomment psychospirituelle. En général il s'agit de faire en sorte que les richesses de la tradition chrétienne oraison, confession, sacrement des malades, louange liturgique ou spontanée, vie fraternelle apportent un réconfort à l'être humain en sa globalité et notamment la guérison de certaines blessures archaïques. En rédigeant cet article, je n'espère pas, bien sûr mettre en terme à ces débats qui risquent de s'amplifier dans les années qui viennent. Je souhaite seulement attirer l'attention sur quelques lumières dont nous disposons dans la théologie classique. Il me semble en effet que même si cette théologie n'a pas développé dans l'approche des phénomènes psychiques toute la technicité des recherches contemporaines, elle est capable, lorsqu'elle est bien comprise, d'accueillir cette technicité et de façon à la fois bienveillante et critique. Je veux dire par là qu'il est possible de repenser l'apport des sciences psychologiques dans le cadre de l'anthropologie chrétienne classique afin de pouvoir tirer profit de l'une et de l'autre. Concrètement, il me semble que l'articulation de la spiritualité et de la psychologie peut être pensée à partir de l'enseignement relatif au contrôle vertueux des passions tel qu'il se présente dans l'anthropologie de saint Thomas d'Aquin comprise non pas dans une perspective philosophique (un aristotélisme plus ou moins corrigé) mais dans une perspective théologique c'est-à-dire une interprétation de l'augustinisme renouvelée au contact d'Aristote et du renouveau évangelique du treizième siècle⁵.

II Passions et vertus dans l'enseignement de saint Thomas

a) *Les passions*

Les réalités de la vie psychique sont prises en considération par Thomas d'Aquin dans son étude des passions de l'âme. Pour préciser le sens de ce mot, il faut rappeler que notre auteur distingue en l'homme la partie sensitive, qui lui est commune avec les animaux, et la partie intellectuelle, qui lui est propre. Dans l'une et l'autre parties il y a des puissances c'est-à-dire des capacités soit d'appréhender un objet extérieur, soit de se mouvoir vers un objet extérieur. Au niveau spirituel, l'intelligence, faculté de connaître les réalités immatérielles, se distingue de la volonté, faculté de désirer. Sur ce point, il faut noter que le mot volonté, dans notre langue, n'a plus exactement le même sens. Nous attribuons à la volonté le rôle de décider. Mais pour Thomas l'acte de la décision est un acte complexe qui met en œuvre l'intelligence et la volonté. Il perçoit la volonté simplement comme désir, tendance vers une chose qui semble bonne. Il faut aussi énumérer les puissances de la partie de l'âme qui nous est commune avec les animaux. D'un côté, il y a les cinq sens corporels, de l'autre il y a un désir. Mais ce désir sensible doit être subdivisé. La convoitise est la capacité d'être attiré par tel ou tel objet immédiatement disponible, l'agressivité est cette énergie que nous trouvons en nous-mêmes et qui nous pousse à renverser les obstacles qui se dressent devant notre convoitise.

Or quand un objet quelconque réel ou imaginaire se présente à nous, cette convoitise et cette agressivité peuvent être affectées nous ressentons alors une émotion qui ne résulte pas d'une décision volontaire mais qui est plutôt quelque chose que nous subissons. Le mot grec *pathos* traduit en latin par *passio* désigne ce mouvement intérieur qui surgit en nous.

Chaque langue a un vocabulaire très riche pour nommer les diverses passions de l'âme. Les écrivains se plaisent à les décrire. Dans la culture contemporaine nous avons aussi appris à les analyser et à utiliser le langage très élaboré de la psychologie et de la psychanalyse. En comparaison avec ces diverses approches, celle de saint Thomas peut déconcerter par son abstraction et son formalisme. Elle est cependant assez utile car, très systématique, elle permet de rendre compte de l'ensemble des passions humaines.

Commençons par les passions qui ont leur siège dans la convoitise de l'homme. Si l'objet est présent mais non encore possédé, il suscite l'amour. Le mouvement qu'il suscite s'appelle le désir et quand il est possédé il fait naître le plaisir. En sens inverse, si les aspects négatifs de l'objet prédominent, il suscitera une répugnance que Thomas nomme *odium* (la traduction de ce mot par haine me semble inexacte car le mot haine évoque une certaine agressivité). Le mouvement qui suit se nomme fuite. Quant au sentiment provoqué par la possession de cet objet il se nomme douleur.

Les passions peuvent aussi avoir leur siège dans l'agressivité. Un objet désirable difficile à atteindre suscite ce que Thomas nomme *spes* (à traduire plutôt par *ambition* que par *espoir*). S'il est perçu comme inaccessible, il suscitera ce que Thomas nomme la *desperatio* (à traduire plutôt par *découragement* que par *désespoir*). Un obstacle éloigné que l'on espère vaincre suscite l'audace, si au contraire il semble impossible à vaincre il suscite la crainte ou la peur. Si l'obstacle est présent et qu'il semble possible de le renverser, la passion suscitée dans l'agressivité est la colère.

⁵ Sur cette interprétation, je renvoie à mon ouvrage *Ethique et alliance* à paraître aux Editions universitaires de Fribourg.

Les passions se développent dans la sensibilité et donc dans l'animalité de l'homme. Mais cela n'implique pas qu'elles aient nécessairement pour objet des réalités sensibles. Elles peuvent être suscitées par des réalités symboliques, culturelles, ou même spirituelles. La perspective d'atteindre tel ou tel poste honorifique ou un certain niveau de vie morale peut faire surgir cette passion très particulière qu'est l'ambition. Pour saint Thomas, une telle ambition tout comme les autres passions n'est comme telle ni moralement bonne ni moralement mauvaise. Les passions sont des freins ou des moteurs pour l'action. La moralité réside dans la manière dont nous gérons cette vie passionnelle.

Saint Thomas a envisagé la possibilité pour une passion d'influencer la pensée. Certes son analyse sur ce point reste sommaire : il donne toujours l'exemple de la colère qui fausse la rectitude du jugement. Saint Thomas n'a envisagé que des processus relativement simples. Comme nous l'avons signalé, l'anthropologie classique doit accepter les recherches de la psychologie moderne pour rendre compte de la complexité des phénomènes psychiques. Mais l'objet propre de cette anthropologie n'est pas l'étude de la genèse des passions mais seulement celui de leur contrôle par les vertus.

b) Les vertus affermissantes et modératrices

La gestion des passions est assumée par les vertus affermissantes et modératrices. Il ne s'agit là que d'une partie de l'ensemble des vertus étudiées par notre auteur. Les vertus affermissantes sont regroupées autour de la vertu cardinale de force. Elles ont pour rôle d'affermir l'homme face à des passions qui, comme la crainte et le découragement pourraient avoir un rôle inhibiteur. Les vertus modératrices sont regroupées autour de la vertu cardinale de tempérance. Elles ont pour rôle de régler les passions selon une mesure fixée par la vertu de prudence en fonction de l'œuvre à accomplir.

Pour accomplir leur tâche les vertus affermissantes et modératrices sont enracinées dans ces réalités sensibles et corporelles que sont la convoitise et l'agressivité. Plus elles sont enracinées, plus il devient facile de régir les passions. Ce point est évidemment essentiel mais ne doit pas nous conduire à une interprétation inexacte malheureusement trop répandue. Selon cette interprétation la vertu serait une bonne habitude. Acquérir la vertu reviendrait alors à acquérir une personnalité équilibrée. Or ce n'est pas exactement cela qu'enseigne Thomas d'Aquin. Certes les vertus sont appelées à s'enraciner dans la convoitise et la sensibilité et donc dans la vie psychique et corporelle mais dans la mesure où elles proviennent de principes spirituels comme la lumière naturelle de la raison ou la lumière de grâce, elles sont des réalités essentiellement spirituelles. La facilité qu'elles donnent à l'homme qui les a enracinées en lui n'est pas une sorte d'automatisme, une habitude, ou une modification de sa personnalité. La vertu même profondément enracinée n'agit sur la passion que si l'homme en fait usage c'est à dire s'il prête attention à la réalité spirituelle dont les vertus sont comme des expressions. Et c'est d'ailleurs pourquoi le fait d'être vertueux ne supprime pas le risque du péché. Simplement, en rendant plus facile le combat, le fait d'être vertueux accentue notre responsabilité morale lors de nos défaillances.

En soulignant que, sur le plan moral, la passion n'est en elle-même ni bonne ni mauvaise, saint Thomas est évidemment plus proche d'Aristote que des stoïciens. Cependant l'opposition entre Aristote et les stoïciens ne doit pas être majorée. Aristote ne distingue pas nettement la vertu morale du caractère et il a ignoré l'idée augustiniennne selon laquelle la vertu est une lumière et une règle⁶ à laquelle il convient que l'homme prête attention. Aussi lorsque Thomas analyse l'influence des vertus sur les passions il se laisse guider plus par la foi chrétienne que par la philosophie d'Aristote. Il a en effet porté une grande attention à l'humanité du Christ. Il a bien vu que Jésus n'avait rien d'un stoïcien et qu'il a éprouvé toutes les passions humaines (à l'exception de la convoitise sexuelle). Dans l'humanité du Christ, apparaît de la manière la plus nette que la perfection morale n'est pas un refus de la vie émotive mais une maîtrise vertueuse de cette vie. L'idéal de l'homme vertueux n'est pas l'impassibilité que poursuivent certaines philosophies et certaines religions. D'ailleurs la passion est parfois un bon moteur pour l'action : être vertueux c'est aussi être capable de se laisser entraîner par la passion, si nous le jugeons souhaitable. L'exemple classique est ici celui de la colère : une certaine sévérité est souvent un service rendu au prochain.

c) Portée de la distinction entre passions et vertus

Nous l'avons vu Thomas d'Aquin ne s'intéresse pas à la genèse des passions. Il laisse ainsi ouvert un vaste champ où la psychologie moderne peut utilement compléter et enrichir son enseignement sans que cela change quoi que soit à ce qui a été dit sur le contrôle vertueux des passions.

⁶ *De libero arbitrio* II, 20, 29.

Pour donner toute sa place à la psychologie moderne, il suffit de remarquer que la passion n'est pas déterminée uniquement par l'objet mais aussi par la personnalité propre du sujet. Devant des situations identiques, deux personnalités distinctes réagiront différemment et verront surgir en elles des passions diverses. La même difficulté qui stimulera l'audace de l'un, provoquera chez l'autre un profond découragement. Chacun d'entre nous, selon son hérédité, et dans une certaine mesure selon son éducation est pourvu d'une certaine personnalité qui se manifeste à travers les passions que suscitent en nous divers objets. Ces remarques nous permettent d'en introduire d'autres. Tout d'abord les passions peuvent se rapporter à des objets conscients ou inconscients. Par ailleurs, les passions peuvent, en raison de mécanismes plus ou moins inconscients, s'engendrer et se combattre les unes les autres. Par exemple une pulsion érotique (qui est une forme de désir), suscitée en nous par tel ou tel objet, peut réactiver un sentiment de culpabilité (qui est une forme de crainte) en raison d'un événement traumatisant de notre vie infantile refoulé dans l'inconscient, mais qui a laissé en nous une trace dont les effets se font encore sentir. Ces remarques, fondamentales pour la culture contemporaine, complètent et enrichissent la pensée de notre auteur sans modifier sa conception des relations entre vertu et passion.

Devenir vertueux, nous l'avons vu, c'est acquérir une certaine facilité pour modérer ses passions ou s'affermir contre elles. Ce n'est donc pas corriger modifier son tempérament, son caractère ou son émotivité. La vertu est utile pour maîtriser ces réactions soit en les modérant soit en s'affermissant par rapport à elles. Mais elle n'a pas pour fonction de modifier la personnalité. Selon les perspectives de la morale et de la spiritualité chrétiennes développées par saint Thomas, il ne s'agit pas pour tendre à la perfection, de chercher d'abord un hypothétique équilibre psychologique. Il s'agit plutôt de se connaître soi-même et de percevoir comment nous réagissons affectivement dans les diverses situations où nous sommes placés. Il convient ensuite de préserver en toutes circonstances la clarté de notre jugement en sachant que parfois certaines passions obscurcissent celui-ci. Il nous en reste alors suffisamment pour comprendre qu'il ne convient de prendre de décisions en pareilles circonstances. On peut alors accepter de se laisser entraîner de temps à autre par une passion. L'exemple classique est celui du mariage : un peu de passion amoureuse est nécessaire pour un tel engagement (toutefois cette passion ne doit pas aveugler les fiancés, car le consentement doit être libre et lucide). Enfin il faut quand même se rendre compte que le plus souvent il est nécessaire de modérer nos passions et parfois de nous affermir contre elles.

Ce que la Bible nomme conversion ou justification et que saint Thomas interprète comme don de la grâce sanctifiante est une véritable transformation de notre être mais cette transformation se situe au niveau de ce que la Bible nomme le cœur et qui correspond à ce que saint Thomas nomme la partie intellectuelle de l'âme. Sans la grâce, l'intelligence de l'homme ne parvient pas à la connaissance de la fin ultime, le désir spirituel est alors attiré par les biens terrestres qui sont en même temps l'objet des passions. Le cœur de l'homme est ainsi captif de ses passions parce que captivé par ces objets qui le fascinent. Par le don de la grâce, l'intelligence perçoit le bien véritable qui suscite l'adhésion du désir spirituel. Celui-ci se détache alors des objets vers lesquels il était attiré et qui demeurent l'objet des passions. La conversion s'exprime psychologiquement par cette libération du désir spirituel vis-à-vis des passions. Mais les passions ne sont pas éteintes ni modifiées, et pour garder l'état de grâce l'homme doit leur résister. Ainsi, en un sens, la conversion a bien un impact au niveau psychologique dans la mesure où l'homme se sent fort vis-à-vis de ce qui, auparavant, le réduisait en servitude. Pour autant la conversion n'est pas à proprement parler une transformation psychologique. La vie psychique demeure avec ses déterminismes, ses pesanteurs et éventuellement ses souffrances. Et ces souffrances peuvent conduire de façon fort légitime le sujet à chercher auprès de spécialistes comment un certain travail sur soi-même peut apporter un certain soulagement.

III Vie spirituelle et guérison psychologique

a) La grâce ne peut-elle pas guérir la nature ?

Ce qui vient d'être dit sur le rôle de la grâce peut sembler un peu limitatif. La tradition chrétienne n'enseigne-t-elle pas que la nature humaine ayant été blessée en Adam a trouvé dans le Christ un véritable médecin capable de venir à son secours comme le montre, de façon allégorique, la parabole du bon samaritain qui verse de l'huile et du vin sur les plaies de l'homme tombé aux mains des bandits ? Or, parmi les passions que l'homme doit réguler, certaines sont saines assurément mais d'autres manifestement ne le sont pas en particulier dans le domaine de la sexualité. Le désordre qui règne dans les passions étant une conséquence lointaine du péché originel, pourquoi le salut apporté par le Christ ne concernerait-il pas aussi ce domaine ? D'ailleurs saint Thomas lui-même ne souligne-t-il pas que dans l'état de nature déchue la grâce sanctifiante est nécessaire à un

double titre : d'abord pour que cette nature corrompue soit guérie, ensuite pour qu'elle puisse opérer le bien de la vertu surnaturelle⁷.

En fait, la pensée de saint Thomas sur la guérison apportée par la grâce est précisée dans un autre article : « Bien que, par la grâce, la nature humaine soit guérie en ce qui concerne l'esprit, il subsiste cependant en elle une corruption et une infection en ce qui concerne la chair »⁸. La conversion du cœur accomplie par le don de la grâce sanctifiante laisse l'homme aux prises avec, en sa sensibilité, les désordres consécutifs au péché originel. Mais, dira-t-on, puisque la croissance de la vie de grâce et de charité, l'enracinement des vertus infuses et acquises se manifeste par une plus grande docilité de la convoitise et de l'agressivité, une facilité dans le contrôle des passions et une plus grande souplesse sous l'action de l'Esprit Saint, cet enracinement ne conduit-il pas à une sorte de guérison de la nature humaine au niveau de la vie psychique ? Le texte de saint Thomas n'exclut pas une réponse affirmative. C'est à une telle guérison que semble viser l'ascèse monastique. Selon la règle de saint Benoît le moine doit, au jour de sa profession, promettre outre la stabilité et l'obéissance la *conversatio morum*⁹. Cette expression difficilement traduisible indique que la vie monastique consiste à chercher non seulement la conversion du cœur est (qui est présupposée) mais aussi la conversion des mœurs c'est à dire, semble-t-il, de la manière d'agir et de réagir. Et cette conversion profonde (essentiellement conçue comme un progrès dans l'humilité) est l'œuvre d'une vie. Pour avoir plus de lumières sur cette conversion des profondeurs de la vie psychique, nous pouvons essayer de tirer parti d'une confrontation entre l'enseignement des mystiques sur les épreuves spirituelles et celui des psychologues contemporains. Pour ce faire, il convient de repenser l'un et l'autre dans un cadre plus général, assez compréhensif pour les accueillir et les respecter. Cela est possible grâce à la théologie morale de saint Thomas dont le vocabulaire technique est suffisamment précis pour exprimer les grandes orientations de l'une et de l'autre théories et leur permettre ainsi de s'éclairer mutuellement.

b) La restructuration de la vie psychique

Nous avons vu que la conversion du cœur opéré par la grâce sanctifiante conduit l'homme à détacher son désir spirituel de certains biens terrestres et à résister aux passions qui, jusqu'à sa conversion, captivaient son intelligence et sa volonté. A supposer que, par un combat spirituel persévérant, l'homme demeure fidèle à la nouvelle orientation de sa vie, il doit faire face à un nouveau type de difficulté. Nous l'avons souligné, les passions de la convoitise et de l'agressivité peuvent se développer à propos de toutes sortes d'objet y compris les réalités spirituelles. Par exemple les joies de la prière peuvent faire l'objet d'une passion de la convoitise ou bien le service de la communauté peut faire l'objet d'une passion de l'agressivité comme l'ambition. Ce type de passion n'est pas nécessairement désordonné mais peut facilement le devenir. Mais ce désordre passe facilement inaperçu du fait que l'objet visé est le même que celui que vise le désir spirituel. Cette situation est celle que décrit saint Ignace de Loyola quand il parle de la tentation sous l'apparence de bien¹⁰. Il ne s'agit plus de se détacher d'un bien terrestre mais de s'attacher autrement à un bien spirituel, ce qui est parfois désigné comme purification des motivations ou encore seconde conversion.

Pour nous limiter à un seul exemple, imaginons qu'un chrétien désire servir le Seigneur en s'engageant au service de l'Eglise. Il y a là, sans qu'il en ait forcément une conscience claire, l'occasion de développer une ambition excessive et désordonnée. Or le dynamisme de l'ambition n'est pas lié uniquement à l'objet poursuivi. Il peut provenir par exemple d'une image idéale de soi elle-même liée à une certaine image du père et à certaines particularités plus ou moins bien refoulées de la libido et à certaines peurs et angoisses. Et cette situation se traduit depuis longtemps par un puissant mécanisme de défense, la persistance de certains préjugés et une mauvaise perception du réel. Supposons maintenant que ce fidèle subisse certains échecs, il est probable que cela fera naître une intense frustration dans l'âme de ce chrétien, sans proportion avec ce qui effectivement a eu lieu. Cela pourra l'aider à mieux percevoir, d'une part, la différence entre son désir spirituel et son ambition, d'autre part, le caractère désordonné de cette ambition et de ce qui la nourrit. On peut comprendre que les conditions soient réunies pour que s'opère une restructuration du conditionnement psychologique de notre chrétien. Renonçant à considérer la sainteté comme une valorisation de soi, il consent à reconnaître sa misère et prend conscience de certains aspects de sa personnalité que, jusqu'à présent, il ne voyait pas. Cette prise de conscience se traduit par l'émergence d'angoisses et de pulsions humiliantes, mais aussi par l'effondrement partiel du

⁷ Ia IIae q109 a 2. C'est sur cet article que se fonde la distinction scolastique *gratia sanans* et *gratia elevans* : la grâce qui guérit et la grâce qui élève.

⁸ Ia IIae q109 a9.

⁹ Saint Benoît, *Règle*, 58, 17.

¹⁰ Saint Ignace de Loyola, *Exercices*, 10.

mécanisme de défense évoqué plus haut. Par le fait même, notre chrétien se libère de ses préjugés et bénéficie d'une plus grande lucidité, il voit les événements de façon plus juste et plus mesurée. S'il demeure fidèle en la miséricorde de Dieu, il grandit en humilité et en liberté. Une paix plus profonde le conduit à un plus grand abandon envers la providence divine et une plus grande douceur vis-à-vis de ses frères. On pourra parler d'une guérison de certaines blessures ou plus précisément d'une moins grande virulence de ces blessures.

Supposons maintenant que le même homme, doté de la même structure psychologique, n'ait pas été touché par la grâce divine. Il rencontrera aussi des échecs et des frustrations. Il éprouvera en raison de son histoire particulière un malaise ou une souffrance. Le désir de s'en sortir pourra le conduire à demander l'aide d'un psychanalyste. Celui-ci l'invitera à faire un travail sur lui-même, long, douloureux et coûteux mais susceptible de parvenir à une remise en cause du mécanisme de défense et à une acceptation plus lucide de soi et des autres. Là se borneront les bienfaits de la cure psychanalytique.

A travers cet exemple hypothétique et schématique, nous voyons pourquoi il est possible d'affirmer une certaine convergence de la vie mystique et de la cure psychanalytique en ce qui concerne la vie psychique. En même temps nous remarquons qu'elles diffèrent profondément quant à la visée et aux moyens mis en œuvre. Dans le premier cas, le remaniement de la vie psychique n'est pas recherché directement et pour lui-même par le chrétien qui s'engage sérieusement dans la vie spirituelle. Il est en quelque sorte une retombée, une libération qui vient en son temps et qui ne fait l'objet d'aucune programmation. La vie spirituelle comme telle est tout autre chose que ce remaniement, elle réside tout entière dans le dynamisme vertueux qui maîtrise d'autant mieux la vie psychique qu'elle conduit le chrétien à un plus grand amour de Dieu et du prochain. En revanche la cure psychanalytique ne s'intéresse pas au dynamisme vertueux ni aux convictions morales et religieuses. Elle ne prête pas attention à ces convictions en tant que telles mais demeure attentive aux passions dont elles sont éventuellement l'objet, c'est-à-dire à la manière dont elles sont investies par le psychisme du patient. Le psychanalyste n'envisage en principe rien d'autre que d'apporter un soulagement à une personne qui souffre en raison d'une mauvaise organisation de sa vie psychique. Si celle-ci retrouve grâce à la cure une certaine liberté, l'usage qu'elle fera de cette liberté retrouvée ne dépend que d'elle et non de la psychanalyse.

Il faut noter que l'expérience de la vie spirituelle et de la pratique de la psychothérapie convergent pour souligner le caractère aléatoire, pénible et long de toute restructuration psychique. On ne doit pas se faire d'illusion sur les bienfaits que quelqu'un peut ressentir au cours d'une session, d'un stage ou d'une retraite. Un bien-être passager et superficiel ne signifie pas que l'on soit venu à bout d'un mécanisme de défense. Prudence et vigilance semblent ici particulièrement importants.

Conclusion

La distinction précise entre vertu et passion, telle qu'elle a été élaborée par saint Thomas, se révèle particulièrement judicieuse pour distinguer et articuler spiritualité et psychologie. La spiritualité, qui a le souci d'orienter l'homme vers la destinée céleste, enseigne à faire un bon usage des passions, à les modérer quand cela est possible, à les utiliser quand cela est juste, à leur résister quand cela est nécessaire et à supporter avec patience le désordre qui peut s'y glisser en raison du péché. La psychologie, quant à elle, étudie ces passions dans leur genèse et dans les structures psychiques qui leurs sont sous-jacentes. Elle invite à un effort personnel pour réaménager une structure psychologique pénible. Spiritualité et psychologie œuvrent chacune selon sa propre perspective et sans empiéter dans le champ de l'une de l'autre. Si elles sont convenablement mises en œuvre, il ne doit pas y avoir de conflit entre elles mais plutôt, lorsque la personne concernée le souhaite, collaboration dans le strict respect du domaine d'investigation et d'action de chacune d'elle.

Il est clair qu'un accompagnateur spirituel doit être attentif à la personnalité de celui qu'il accompagne. Une bonne formation psychologique peut l'aider à mieux comprendre les difficultés et les évolutions de cette personnalité et à adapter ainsi son accompagnement. Il pourra repérer et gérer des phénomènes de transfert et de contre-transfert. Pour autant, avec prudence, il évitera d'entrer dans le mode de relation qui est le propre des psychologues professionnels afin de maintenir le cap sur le but spirituel de l'accompagnement. Eventuellement, il sentira qu'il peut être bénéfique que la personne puisse solliciter l'aide d'un de ces psychologues professionnels. Une collaboration sans confusion sera alors instaurée pour le profit de cette personne. Il est évident que la prudence la plus élémentaire et la déontologie propre aux relations d'aide conduiront l'accompagnateur spirituel et le psychologue à la plus grande discrétion non seulement vis-à-vis de toute autre personne mais aussi l'un vis-à-vis de l'autre.

C'est à la lumière de ces principes généraux que pourront être envisagés aussi bien un approfondissement théorique au plan anthropologique qu'un effort de plus grande rigueur dans les pratiques d'accompagnement spirituel et d'aide psychologique.