

QUELQUES PRINCIPES DE BASE POUR DES PSYCHOTHERAPIES D'INSPIRATION SPIRITUELLE

Ferdinand Wulliemier¹, 15.12.96

Résumé: Lorsque la perspective change et se spiritualise, quant à la manière de concevoir à la fois l'être humain au sein de la création et les différentes façons de lui venir en aide, certains principes (à la fois théoriques et pratiques) se dégagent, permettant d'ordonner hiérarchiquement les éléments de cette nouvelle (ou très ancienne) approche. L'élaboration de tels principes peut nous aider à oser changer de paradigme en évitant les peurs et la confusion inhérentes à tout changement majeur. Le présent article propose un aperçu de quelques-uns de ces principes, avec l'espoir qu'ils contiennent suffisamment d'universalité pour mériter leur nom de "principes de base" pour la conceptualisation et l'application d'une approche spiritualisée de la psychothérapie.

Quelques années après m'être sérieusement engagé dans une voie et une pratique spirituelles, après avoir passé par une période de remise en question intérieure (restée silencieuse), concernant entre autres mon identité professionnelle, mon attitude et mes comportements de thérapeute et d'enseignant (une période qui avait duré environ vingt ans), j'ai ressenti la nécessité puis la possibilité d'élaborer un modèle de compréhension différent, un nouveau cadre de référence théorique et pratique, mieux adaptés à la nouvelle vision du monde (extérieure et intérieure) qui s'était imposée à moi.

Cette intense démarche, effectuée sous l'égide de mon maître spirituel, a abouti à l'élaboration successive de quelques "principes de base pour des thérapies d'inspiration spirituelle", qui m'ont aidé à me sortir moi-même d'une période de flottement où se mêlaient perplexité, exaltation, inquiétude et confusion, puis à me sentir mieux à même de répondre (de manière que j'espère plus appropriée) aux différents niveaux de conscience et de fonctionnement bio-psycho-spirituels que nous offrent quotidiennement nos clients dans leur diversité de (dis)fonctionnements et de demandes.

Et comme l'idée classique m'est "fatalement" venue, que ma propre expérience pourrait être profitable à d'autres thérapeutes placés plus ou moins dans les mêmes conditions, cette expérience, tout d'abord personnelle, a abouti à la mise sur pied de différents types de séminaires² et à la rédaction d'un chapitre dédié à ce sujet dans un ouvrage concernant les rapports de la psychologie avec la

¹ Psychiatre-psychothérapeute, enseignant-superviseur au Centre d'étude de la famille (CEF) du Département de Psychiatrie Adulte (DUPA), privat-docent à la Faculté de médecine de Lausanne, Committee Member of Sahaj Marg Research Institute (Shri Ram Chandra Mission).

spiritualité [1], dont on trouvera ici une plus récente version, adaptée à notre présent contexte, mais inévitablement plus allusive qu'explicative, faute de place.

I) Le principe de la Source ou principe hiérarchique:

Il peut être considéré comme la méta-règle de ce paradigme (c'est-à-dire le principe général régissant les autres règles de niveaux hiérarchiques sous-jacents), puisqu'il contient par définition toutes les autres règles (ou principes) que nous verrons ultérieurement. En fait, cette méta-règle dit tout simplement que, par définition, les thérapies spirituelles se placent tout naturellement sous l'égide spirituelle. Cette "lapalissade" a cependant de nombreuses conséquences théoriques et pratiques:

A) Au niveau théorique, ce que nous venons d'affirmer implique la reconnaissance d'une hiérarchisation, non seulement pour ce qui est de la psychologie et de ses applications thérapeutiques, en regard de sa source spirituelle plus subtile (qui ainsi la contient et peut de ce fait l'inspirer), mais aussi pour ce qui est de la conception de l'être humain en général, depuis son animalité jusqu'à son caractère divin. Autrement dit, nous adopterons une conception hiérarchisée, bio-psycho-spirituelle de l'être humain si on la regarde de bas en haut, ou onto-psycho-spirituelle si on la considère en sens inverse.

Une telle représentation hiérarchisée des aspects respectivement animal, humain et divin de l'homme, ou pré-personnelle, personnelle et transpersonnelle (comme le propose Ken Wilber [2,3,4]), permet de mettre en place des sortes d'échelles de notre développement psycho-affectif, cognitif et moral, qui correspondent aussi aux différentes enveloppes (*koshas*) et aux différents centres énergétiques ou *chakras*, qu'on peut représenter sous différentes formes schématiques (que nous ne pouvons ajouter ici faute de place).

Ainsi un modèle holistique peut être constitué, qui rend compte des différents niveaux de fonctionnements, phénomènes et expériences que peut vivre l'être humain au cours de son existence terrestre et même au-delà, sans plus rejeter dans l'ombre certaines autres expériences et niveaux de conscience, (par exemple d'ordre parapsychologique, transpersonnel ou mystique), comme c'est encore largement le cas en psychologie.

Un tel modèle permet ainsi de compléter certaines topiques restreintes, comme celle de la psychanalyse, puisqu'on parlera non plus seulement de conscient et d'inconscient mais plus volontiers d'*infraconscient*, de *conscient* et de *supraconscient*.

2 Ces séminaires sont intitulés: "L'intervenant centré et ouvert, outil thérapeutique"(co-animé avec Marie-Claire Guinand), "Notre développement bio-psycho-spirituel, ses troubles et leurs remèdes" et "Principes de base pour des thérapies d'inspiration spirituelle".
Renseignements auprès de C. Wulliemier, CH-1082 Corcelles-le-Jorat,tél 4121 903.22.70, fax 4121 903.23.74.

En conséquence de quoi on réalisera facilement que les mécanismes de défense de notre égo sont non seulement utilisés face à l'infraconscient mais également face au supraconscient, par peur de cette partie inconnue et divine résidant en nous-mêmes.

Dans une telle représentation, le véritable "patron" de l'organisme humain change également de nom, puisque l'égo cède la place au *Soi, Etre essentiel, Maître intérieur* ou *Atman*.

D'autre part, pour expliquer les phénomènes d'inversements successifs observables aux différentes phases principales de notre développement bio-psycho-spirituel, nous pourrions recourir à la notion d'*évolution involutive* [5] dérivé du **principe d'invertendo** décrit par Shri Ram Chandra [6,7], qui contient en lui-même le principe d'analogie entre le monde subtil et le monde de la manifestation, principe attribué à l'Hermès Trimégiste selon la formule classique de: "ce qui est en haut est comme ce qui est en bas".

Toujours dans cette optique, pour expliquer les causes de nos caractéristiques bio-psychologiques, et en particulier de nos symptômes, nous pourrions recourir à la notion de *samskara* et de *bhog* [8,9], qui rendent aisément compte de nos différents *karma*.³

B) - Ce principe hiérarchique et ses dérivés n'a pas qu'une valeur purement théorique. Bien au contraire, il(s) débouche(nt) sur des conséquences pratiques dans la manière d'exercer notre travail de thérapeutes spirituels. Ainsi par exemple, le recours à la conception samskarique de nos ennuis fait apparaître un **principe de responsabilité entière**. En effet, dans cette conception, nous avons nous-mêmes produit nos impressions, qui par

³ Pour simplifier, on peut définir un *samskara* comme un programme ou une sorte de mémoire figée, situé dans notre corps causal et formé à partir d'impressions de même nature, que nous avons emmagasinées au cours de nos incarnations successives, faute d'avoir été en mesure de les nettoyer ou de les avoir actualisées sans former de nouvelles impressions lors de ces actualisations.

Ces actualisations de *samskaras* (dans notre vie quotidienne) sont appelées *bhog* dans la philosophie indienne traditionnelle. Elles ne concernent bien sûr pas uniquement les souffrances. En fait ces phénomènes en eux-mêmes ne sont ni agréables ni désagréables : c'est nous qui les colorons en plaisirs ou en souffrances par nos attachements et par les réactions émotives qui s'en suivent lors de l'actualisation de nos *samskaras*.

En fait, si nous faisons de cette notion de *samskara* un élément théorique fondamental, nous admettons ipso facto qu'ensemble ils déterminent notre *karma*, qui se manifeste par nos joies et nos peines répétitives, nos habitudes, nos choix itératifs, nos attirances, nos traits élémentaires de caractère et nos symptômes, sur lesquels, en dépit de toutes nos justifications ou rationalisations secondaires, nous n'avons qu'une prise très limitée ou aucune prise du tout, tant que nous restons en deçà du seuil de notre libération.

Pour faire maintenant le lien entre *samskaras* et niveaux évolutifs, nous dirons que plus la charge samskarique est devenue lourde au cours de notre existence, plus les attachements affectifs de la personne considérée seront forts. Ou plus exactement que la nature de ces *samskaras*, leur nombre et leur "poids", pourront servir à déterminer le niveau de développement de l'égo, en particulier le niveau de développement psycho-affectif et moral de la personne, son type de carapace défensive, partant ses types particuliers de plaisirs et de souffrances.

sédimentation ont formé et continuent de former ces mémoires figées que nous avons appelées *samskaras*, responsables de nos tendances, modes de pensées et comportements plus ou moins pathologiques et générateurs de divers types de souffrance et de symptômes [10]. Bien entendu cette acceptation de notre entière responsabilité par rapport à ce qui nous arrive, concerne en tout premier lieu les thérapeutes que nous sommes. Ce principe sera cependant transmis à nos clients dans la mesure où ils sont à même de l'assimiler (en fonction d'autres principes qui seront brièvement décrits plus loin).

La reconnaissance du principe de la source spirituelle de la psychologie a bien entendu aussi pour conséquence pratique que les thérapeutes se doivent de s'y altérer, si possible constamment, ce qui n'est possible qu'en pratiquant eux-mêmes une voie spirituelle digne de ce nom. C'est ce qu'on peut appeler le **principe de la recherche et du maintien d'une condition spirituelle**. En conséquence, ils deviendront plus intuitifs, sauront utiliser la méditation, voire même un véritable état méditatif, qui améliorera à la fois leur "centration" (ou enracinement) et leur ouverture, par conséquent leurs capacités médiumniques et thérapeutiques.

Une autre conséquence directe de la métarègle (ou principe de la source spirituelle), a trait au rôle du thérapeute, qui consistera principalement à offrir une *préparation* à ses clients, afin qu'ils puissent accéder ou se rapprocher dès que possible⁴ d'un fonctionnement transpersonnel, autrement dit d'un but spirituel, dont le plus accessible est la *libération*. Les thérapeutes spirituels font donc figure de *passseurs*. Ils ne devraient pas pour autant s'arroger des fonctions illusoire de gurus mais aider leurs clients à acquérir une vue différente du monde et d'eux-mêmes, ainsi que de leur (psycho) thérapeute. Ce dernier les y aidera entre autres en considérant ses patients avant tout comme des "frères et soeurs en chemin évolutif".

De tels thérapeutes sauront en outre apprécier le moment favorable pour mettre fin à leur action, en particulier à chaque fois que leurs clients seront prêts à commencer une pratique spirituelle, qui rendra la thérapie en principe beaucoup moins nécessaire ou superflue.

A ce titre, ils sauront si possible faire usage des *outils spirituels* à leur disposition et en observer les effets. Autrement dit, outre l'influence indirecte qu'ils auront de par la présence effective de leur silence intérieur, ils sauront adresser à qui de droit leurs prières, ou encore mieux, être en état de prière, et faire usage de suggestions positives subtiles et silencieuses. Ils sauront en outre repérer le contenu spirituel des rêves (songes) que leur amènent leurs clients et favoriser certaines sublimations.

Les principes suivants précisent les modes d'application du principe de la source spirituelle de nos interventions thérapeutiques:

⁴ Ce qui, dans la pratique psychothérapique, peut prendre quelquefois de nombreuses années!

II) Principe des lieux d'action:

Ce principe dit que même si notre décodage du problème se fait à partir d'une conceptualisation spirituelle, notre réponse thérapeutique doit se manifester au(x) niveau(x) même(s) où le problème est survenu et tenir compte du (des) niveau(x) de développement et de conscience où la personne se trouve dans son fonctionnement actuel.

Pour être appliqué valablement, ce principe présuppose donc un autre type d'ajustement de notre part, rendu possible par l'identification momentanée aux situations et aux personnes, facilitée par l'*empathie* et la "*capacité de résonance*".

Et comme il y a souvent plusieurs niveaux de problèmes, il y aura souvent aussi plusieurs niveaux d'intervention. Un rêve par exemple, pour la même personne, pourra être interprété successivement à différents niveaux.

Ce principe en lui-même n'est pas nouveau: il a été formulé et préconisé de diverses manières, dans un espace de compréhension plus ou moins limité, en particulier:

- En psychanalyse freudienne et post-freudienne, avec par exemple les recommandations d'attention flottante, de maîtrise du contre-transfert et d'interprétations au plus près du moi⁵
- Par M.Balint avec ses "diagnostics étagés"[11] et sa notion de "tuning in".
- En thérapie de famille et de réseau, avec les notions et techniques d'"empathie circulaire", de "joining", de "recadrage" et de "prescriptions"[12,13,14,15,16].
- En counseling avec les concepts de "demandes explicites et implicites"[17].

Ce qu'il y a de nouveau ici, c'est l'extension de ce principe à davantage de stades de développement (du stade autistique jusqu'à l'espace transpersonnel), ce qui rend le champ d'investigation et la marge de manoeuvre thérapeutique beaucoup plus larges, pour autant que le thérapeute accepte de se livrer à une sorte de "*stretching bio-psycho-spirituel*" lui permettant d'acquérir cet espace à l'intérieur de lui-même.

Le vécu corporel du thérapeute, sa sensibilité aux différents niveaux énergétiques (*chakras*) par phénomène de résonance et la connaissance des correspondances de ces vécus avec les stades de développement psycho-affectifs et leurs perturbations chez d'autres humains venus leur demander de l'aide, sont des outils précieux pour ce travail. Ces connaissances et cette vigilance consciente seront nécessaires tant que le thérapeute n'aura pas atteint le stade du "*lâcher-prise*" (ou abandon), à partir duquel ces régulations se

⁵ Nous renonçons à proposer ici une bibliographie spécifique, désormais classique et trop abondante.

feront chez lui de manière automatique, ainsi qu'on peut l'observer chez les véritables Saints et Maîtres spirituels.

Rapporté au problème de la souffrance et de ses différentes formes (qui correspondent aux différents stades évolutifs [10] et aux réponses thérapeutiques appropriées que nous sommes censés fournir), cette règle thérapeutique du principe des lieux d'action nous enjoint de nous mettre momentanément à la place de la personne, afin de sentir comment elle vit sa souffrance, de lui en faciliter (si nécessaire) l'expression, puis de la préparer à vivre et à comprendre cette souffrance avec le décodage correspondant au stade de développement suivant.

Une fois les niveaux d'origine des problèmes repérés, il conviendra donc de choisir les thérapeutiques pertinentes pour ces niveaux de problèmes, ce qui suppose, soit une grande souplesse et un large savoir-faire de la part du thérapeute d'inspiration spirituelle, soit une capacité appropriée de sélection de ses clients et/ou des types de souffrance qu'ils apportent et que le thérapeute est à la fois capable de contenir et de dépasser lui-même.

III) Principe de sélection des théories et des pratiques compatibles avec la spiritualité:

Ce principe restreint quelque peu le champ d'action thérapeutique formulé par le principe précédent, afin d'éviter des interventions de natures contradictoires, qui iraient à l'encontre d'une unification bio-psycho-spirituelle de nos clients, dès lors que ces interventions consommeraient inutilement ou nocivement du temps et de l'énergie.

Voici quelques exemples de conceptualisations théoriques qui se sont avérées compatibles et utiles dans mon travail placé sous l'égide spirituelle à la suite d'une formation assez éclectique (successivement psychanalytique, néobehavioriste, systémique –thérapie de famille et de réseau – et humaniste):

- L'utilisation de la notion de *mécanismes de défense du moi*, selon la psychanalyse freudienne et la Gestalt constitue pour moi une précision de ce que l'on entend dans la littérature spirituelle lorsqu'on parle d'égo ou d'égotisme, voire d'égoïsme. Repérer ces mécanismes permet de situer le(s) niveau(x) de fonctionnement psycho-affectif de mes clients et de tester l'effet de mes interventions, en particulier leur dosage, en évaluant l'intensité et la nature des feed-back défensifs des patients en cours de traitement.
- La *compulsion de répétition* (cher à la psychanalyse) ou la notion de *pattern transgénérationnel* (son équivalent en thérapie familiale), sont à la fois facilement utilisables et directement explicables par la théorie spirituelle samskarique.

- Les *principes d'apprentissage* (abondamment décrits par l'école néo-behavioriste), m'apportent des précisions utiles pour l'élaboration de certains types d'interventions thérapeutiques, visant par exemple à faciliter le déconditionnement de jeux sans fin, de conduites d'échec, ou pour favoriser l'apparition de certains nouveaux comportements [18].
- Les notions principales issues de la théorie générale des systèmes [19,20] et de la cybernétique [21], avec les principes de *causalité circulaire*, d'*articulation hiérarchique*, de *rétroaction* (feed-back) et surtout de *règles de fonctionnement*, me servent à ordonner et modéliser les diverses théories et actions thérapeutiques, que la théorie générale des systèmes peut de par sa nature même, aisément chapeauter.

Par contre, il n'est plus possible, dans une telle approche bio-psycho-spirituelle, de limiter l'inconscient au ça, ou l'appareil psychique au système parent-adulte-enfant de l'analyse transactionnelle ou à la formule behavioriste S-O-R, ou encore de considérer comme primordial le traumatisme de la naissance.

.

IV) Principe de la prééminence du coeur sur l'intellect:

Ce principe constitue, si j'ose dire, le coeur du problème, et en même temps la pierre d'achoppement pour la plupart des psychothérapeutes, entraînés que nous sommes à mentaliser les problèmes, à faire fonctionner notre intellect de façon prévalente.

Accepter ce principe signifie donc que nous réalisons que l'intellectualisation est aussi un mécanisme de défense de l'égo, certes déjà passablement évolué si on le compare à des mécanismes plus archaïques tels que la projection ou le clivage, mais défensif dans le sens où il sert à mettre une distance entre soi et l'objet (au sens psychanalytique du terme), que cet objet soit un domaine d'étude ou une personne. Autrement dit, sans que nous nous en rendions bien compte, à force de répéter cette manoeuvre d'intellectualisation (suivie ou non de verbalisation), devenue automatique et inconsciente, nous prenons systématiquement la carte pour le territoire, la catégorie mentale pour la réalité: nous réifions nos concepts, comme si par exemple la ionosphère ou le surmoi existaient réellement en tant que tels dans la nature.

Dans une perspective spirituelle, l'intellect (le mental) et le cerveau seront donc plutôt considérés comme une sorte de computer que comme le centre de la personne, computer autant capable de raisonner que de déraisonner, d'aller à l'essentiel ou de prendre le secondaire pour le principal, et surtout de vagabonder sans que son propriétaire ne sache comment l'arrêter ou le réguler.

Dans la même perspective, l'intellectualisation se verra également considérée comme un moyen de rechercher un pouvoir compensateur: d'après mes observations, le raisonnement intellectuel semble particulièrement surinvesti par les personnes restées blessées au passage oedipien, qui cherchent par ce biais une vaine et incessante maîtrise ou plutôt un contrôle compensatoire de l'objet d'amour, dont l'intensité semble même croître avec l'âge, à mesure que

les autres fascinations (tout aussi compensatoires d'un point de vue spirituel) se réduisent, faute d'énergie vitale à disposition...

Accepter cette manière spiritualisée de considérer le fonctionnement humain signifie également renoncer à "savoir" ou connaître intellectuellement ce qu'est le coeur. En fait, il s'agira par exemple et pour commencer, d'admettre qu'il ne s'agit pas que d'un concept ou d'un organe physique ou même – de façon plus élaborée et apparemment plus spirituelle – d'un carrefour bio-psycho-spirituel, lieu de travail spirituel, siège de l'âme, niveau de conscience ou centre d'énergie appelé 4^{ème} *chakra* (*anahata* dans la tradition tantrique), ou même 8^{ème} chakra (lorsque "tout revient dans le coeur")

Autrement dit, au lieu de chercher à savoir ce qu'est le coeur, il s'agira plutôt d'accepter d'expérimenter ce qu'il est, ce qu'il peut devenir pour chacun de nous: par exemple le siège de mes sentiments altruistes ou de mes intuitions, le centre de mon Etre, mon Maître intérieur, etc.

Accepter ce principe de la prééminence du coeur correspond donc à placer la qualité de notre **condition intérieure** au-dessus de nos techniques et de nos théories, au-dessus du contenu de nos séances thérapeutiques, afin de pouvoir accueillir nos clients dans les meilleures conditions possibles, et peut-être leur communiquer en silence quelque chose de favorable et d'évolutif, "à partir" de notre condition intérieure.

Dans ce but, le thérapeute d'inspiration spirituelle se doit de développer avant tout ses propres **qualités de coeur** en mettant sa volonté au service d'une pratique spirituelle qui ne néglige pas cet aspect crucial de l'évolution humaine. Ainsi le coeur deviendra le conducteur de l'intellect, qu'il régulera, qu'il empêchera de vagabonder et de déraisonner. Comme le dit mon maître Shri P. Rajagopalachari: "Un coeur de primitif gouvernant un cerveau moderne⁶."

Le résultat en sera un adoucissement du coeur, se manifestant par une modification du caractère, dont les qualités suivantes devraient, selon le même Shri P. Rajagopalachari, se développer:

- Modération, réserve: les émotions sont en effet remplacées par les sentiment altruistes (feelings).
- Tolérance, patience;
- Finesse, douceur et sensibilité, conformément à l'adage soufi: "pour parler en présence des Maîtres, la voix doit cesser de blesser".
- Ouverture-authenticité-simplicité;
- Gentillesse-empathie-disponibilité;
- Courage ou plutôt absence de peur (fearlessness);
- Modestie;
- Impartialité-intégrité: on ne juge pas et on ne se laisse pas séduire.

⁶ Conversation informelle, Augerans, juillet 1989.

Ces qualités réunies finissent par constituer une **noblesse de caractère** ou un **caractère naturel**, ainsi qu'il apparaît véritablement installé chez certains maîtres spirituels, dans leur état de perfection humaine [22,23].

On pourrait dire aussi qu'il 'agit d'un caractère sans trait de caractère, ou que la personnalité, au sens étymologique du terme, a disparu. Autrement dit il n'y a plus de masque, résistance majeure à notre avancement vers l'identification à notre Supraconscient. Ainsi que le dit le poète Saadi: "Dans la personnalité il n'y a pas de chemin vers Dieu. Mais de cela seul l'Inconscient est conscient." [24]

Sur le plan de l'efficacité thérapeutique, les avantages d'avoir réduit notablement l'épaisseur de sa personnalité, c'est-à-dire d'avoir adouci ses traits de caractère, sont évidents. On peut les résumer par la phrase suivante de Shri P. Rajagopalachari: "The person who has no personality can manifest any quality at his wish or at his will, as needed for the manifestation⁷."

Doté d'un tel caractère, l'aspirant spirituel et thérapeute peut sans plus de danger développer ses *qualités spirituelles* proprement dites, telles que la volonté, la foi, l'obéissance et l'Amour, sur lesquels il n'est pas possible de s'étendre davantage dans le cadre de ce court article.

V) Principe d'interférence minimale:

Il s'agit d'un principe d'économie d'énergie et d'optimalisation de l'action thérapeutique. Cette règle est bien résumée par une phrase que Shri Ram Chandra répétait souvent: "On n'utilise pas une grue pour ramasser une aiguille⁸!"

On distinguera ici, par nécessité didactique, deux aspects de ce principe, en commençant par le plus important, à savoir:

1) L'utilité de parvenir à faire régner ce principe en nous-mêmes:

- Cela revient à diminuer l'utilisation de nos propres mécanismes de défense, à les abandonner peu à peu, afin d'agir⁹ de façon appropriée, au bon moment, au bon endroit et au juste dosage.
- On retrouve ici pour le thérapeute d'inspiration spirituelle, la nécessité de nettoyer son coeur, de se pourvoir d'un espace intérieur le plus vaste possible, afin d'être capable de contenir, d'absorber les fluctuations de

⁷ "La personne qui n'a pas de personnalité peut faire preuve de n'importe quelle qualité, à sa guise ou selon sa volonté, en fonction des besoins des circonstances". (Conversation informelle, Madras, janvier 1992).

⁸ Phrase citée par son successeur, Shri P. Rajagopalachari, lors d'une conférence (3.10.92, Molena Ashram, USA).

⁹ Et non pas de réagir, c'est-à-dire de nous maintenir dans le registre des émotions, des désirs, des préjugés, dans les pièges du langage et des réflexes culturels.

toutes sorte que lui amènent ses clients. A ma connaissance, cela n'est en général possible qu'à l'aide d'une pratique spirituelle efficace et celle d'un maître spirituel compétent.

- Si le (psycho) thérapeute parvient à s'établir dans cet état de réceptivité ouverte, d'équilibre entre l'intérieur et l'extérieur (**principe des 2 ailes de l'oiseau** dans le système Sahaj Marg [6] ou état de **wu-wei** dans le Tao [2]), il créera ipso facto un état de minimum d'interférences en lui-même. Cet état d'incertitude dans le calme ou le silence intérieur, sera propice à la survenue d'intuitions à propos de ses clients.

2) Au niveau relationnel, citons rapidement quelques conséquences de ce principe d'interférence minimale:

- Le thérapeute se sentira très libre: il n'aura pas d'hésitations dans l'action, expérimentant en lui-même l'expression de Shri Ram Chandra: "purity is absence of contradiction".
- Ce que le thérapeute émettra sera de la nature la plus subtile possible, avec un minimum de force, si bien qu'il ne mettra que peu ou même pas du tout à contribution le système défensif de ses clients:
 - mettant en pratique la phrase: "pour parler en présence des Maîtres, la voix doit cesser de blesser", ses gestes et sa voix seront douces et ses parole seront bien reçues.
 - il pourra émettre des suggestions positives silencieuses et subtiles ou/et des prières.
 - son état de prière ou de silence intérieur aura tendance à se transmettre peu ou prou à ses clients, dont le résultat visible principal sera le plus souvent
 - qu'ils se mettront à travailler efficacement sans aide apparente de la part du thérapeute, qu'ils découvriront par eux-mêmes ce qu'il convient de découvrir et qu'ils agiront de manière appropriée.

Si nous prenons en considération l'ensemble de ces cinq principes, nous nous rendons compte qu'ils se recoupent, qu'ils se potentialisent, et surtout qu'ils forment une entité difficilement dissociable, mais rendue apparemment telle par la nécessité d'en rendre compte: comment pouvons-nous appliquer par exemple le principe du minimum d'interférence si nous ne sommes pas en contact avec une source divine, si nous ne choisissons pas des interventions subtiles, appropriées au cas précis du client que nous avons devant nous, en utilisant surtout notre coeur?

Nous nous apercevons en outre, et ce n'est pas un hasard, que l'application de ces cinq principes nous met en compatibilité automatique avec les "Dix orientations majeures" émises par J-Y Leloup dans le cadre du Collège International des Thérapeutes [25,26].

Ces principes de base pour des (psycho)thérapies d'inspiration spirituelle sont donc proposés ici, avec l'espoir qu'ils puissent se révéler d'une certaine utilité en tant que système de guidance pour les thérapeutes que nous sommes.

Ils placent la barre assez haut, précaution qui me semble nécessaire pour nous dissuader d'emblée de toute velléité de chercher à récupérer la spiritualité en la faisant descendre à un niveau psychologique plus ou moins conventionnel, (même si ce terme de psychologique est affublé du qualificatif de transpersonnel ou de spirituel), puisque c'est bien du contraire qu'il doit s'agir.

BIBLIOGRAPHIE

1. Wulliemier F.: *Psychology and its role in spirituality*, Shri Ram Chandra Mission, Molena, 1996
2. Wilber K.: *The Spectrum of consciousness*, Theosophical Publishing House, Wheaton Illinois, 1977
3. Wilber K., Engler J., Brown D.: *Transformations of consciousness*, Shambhala, Boston & Shaftesbury, 1986
4. Wilber K.: *Les Trois Yeux de la Connaissance* ; Ed. Le Rocher
5. Wulliemier F.: *Notre Évolution involutive ou l'invertendo de notre croissance*, Association internationale de psychiatrie spirituelle, Journal no 3, 1995
6. Ram Chandra: *Le Sahaj Marg, Une nouvelle Tradition Spirituelle*, Shri Ram Chandra Mission, France, 1989
7. Ram Chandra: *La voix de la Réalité, Oeuvres complètes*, Shri Ram Chandra Mission, France, 1993
8. Wulliemier F.: *Samskaras, bhogs, émotions, tendances et attitudes*, Sahaj Marg Research Institute, ed. SRCM, Augerans, 1996
9. Wulliemier F.: *Dis-moi comment tu souffres et je te dirai...* Revue Médicale de la Suisse Romande, 116, 131-135, 1996
10. Balint M. : *Le médecin, son malade et la maladie*, Petite Bibliothèque Payot, Paris, 1960
11. Stierlin H.: *Delegation und Familie*, Francfort, Suhrkamp, 1978
12. Minuchin S.: *Families and Family therapy*, Harward University Press, Cambridge, Mass, 1981
13. Salem G.: *L'approche thérapeutique de la famille*, Médecine et Psychothérapie, Ed. masson, 1987
14. Haley J.: *Nouvelles stratégies en thérapie familiale*, ed. Univ., Jean-Pierre Delarge, 1979
15. Elkaïm M.: *Panorama des thérapies familiales*, ed. Seuil, 1995
16. Wulliemier F.: *Les "intervenants" face aux demandes implicites de leurs clients: leur malaise est-il soluble?* Revue Médicale de la Suisse Romande, 111, p. 441-452, 1991
17. Wulliemier F.: *Le médecin et les principes d'apprentissage*, Psychologie Médicale, 10: 5, 1978
18. Von Bertalanffy L.: *Théorie générale des systèmes*, Dunod, Paris, 1973
19. Martinelli P., Fivaz E., Nemitz I., Wulliemier F.: *Etude interdisciplinaire d'une famille à transactions psychotiques*, Revue Suisse de Médecine

- Psychosomatique, 9: 251-262, 1980
20. Ashby W.R.: *An introduction to cybernetics*, London, Methuen & Co Ltd, 1976
 21. Rajagopalachari P.: *Mon Maître*, ed. Shri Ram Chandra Mission, France, 1991
 22. Rajagopalachari P.: *Révéler la personnalité*, ed. SRCM Augerans, 1995
 23. Dervish B.: *Voyages avec un Maître soufi*, ed. Flammarion, 1982
 24. Leloup J-Y.: *Prendre soin de l'être*, ed. Albin Michel, Paris 1993