

LE DÉVELOPPEMENT PERSONNEL, OU L'ANTIPOLITIQUE



Il y a quelques années, le sociologue belge Nicolas Marquis proposait une enquête sur le changement social, sollicitant des réponses dans le petit monde des « alternatives » : écologie, économie sociale et développement durable. Quelles « grammaires du changement » ont en tête les personnes qui s'activent à faire advenir dès aujourd'hui un monde différent, plus écologique et solidaire ? Son travail, qui est utilisé ici, permet de dépasser les déclarations de principe sur des valeurs consensuelles et de documenter les prescriptions qui ont cours dans ce milieu. Les personnes qui ont répondu spontanément aux questions du sociologue se jugent bien informées sur l'état du monde et conscientes d'un désastre imminent qui menace notre civilisation mais restent en majorité optimistes : une crise est avant tout l'occasion de remettre en cause un statu quo. Leur confiance dans la possibilité de faire advenir un monde meilleur ne tient ni aux institutions ni à la politique mais à une minorité de personnes qui pensent différemment. Presque toutes sont engagées dans une démarche de « développement personnel » et pensent que tous les êtres humains devraient faire de même car « être soi-même » change déjà les choses. « Pour ces répondant·es, commente Nicolas Marquis,

parler de la “responsabilité sociale de se développer personnellement ou de travailler sur soi” n’est pas un oxymore²⁷. » Pour eux, changement social et changement personnel sont intrinsèquement liés, comme dans les « alternatives » où un nouveau monde se dessine au fil des initiatives personnelles et collectives. « Quand on demande aux [répondant-es] de classer les voies les plus probables d’un changement du monde, ils ont globalement plus confiance dans le travail intérieur d’un grand nombre de personnes et dans des initiatives individuelles plutôt que dans l’action politique. C’est là qu’il y a une entente de fait entre le développement personnel et toute une série de mouvements alternatifs. [...] La logique de développement personnel (je travaille sur moi) et la logique alternative (qui désire changer le monde mais pas par les voies classiques de l’action politique) partagent cette métaphore de la goutte d’eau qui fait déborder le vase. Changer le monde, ça veut dire que le monde changera quand chacun-e l’aura changé à sa portée²⁸. » À propos de l’articulation du personnel et du politique, un auteur comme Thomas d’Ansembourg utilise l’oxymore « intériorité citoyenne²⁹ » pour signifier qu’un travail sur soi a également des bénéfices pour l’ensemble du corps

social. Changement individuel avant changement social : ce n'est sans doute pas un hasard si la moitié environ des personnes interrogées envisage concilier la préservation de l'environnement avec le capitalisme.

Le développement personnel est une discipline difficile à critiquer : qui voudrait d'une personnalité étriquée se complaisant dans la plainte ? « Être soi-même » ou « travailler sur soi » sont néanmoins des injonctions porteuses de valeurs et d'une vision de la société très problématiques, qui responsabilisent à l'excès l'individu. Dans cette « société de l'autonomie comme condition³⁰ », chacun·e est censé·e avoir les ressources en soi pour surmonter une difficulté et être enfin heureux ou heureuse. Les écrits de développement personnel de langue française, d'après Nicolas Marquis, « revendique[nt] souvent [d]es préoccupations sociétales », en rupture avec « l'individualisme rampant des sociétés ». D'où cette convergence entre développement personnel et « alternatives » écolo, observable partout mais bien exprimée dans l'argumentaire de la collection « Domaine du possible » dirigée par Cyril Dion : « Des solutions existent, des alternatives voient le jour aux quatre coins de la planète,

souvent à une petite échelle, mais toujours dans le but d'initier un véritable mouvement de transformation des sociétés. [...] Toutes ces publications [...] gravitent autour d'un ensemble de valeurs fondamentales, parmi lesquelles le respect de l'homme et de la nature, la recherche d'autonomie et de bien-être, la solidarité, l'équité, etc. » Parmi des ouvrages sur l'écologie ou la transition, un ouvrage prétend « guérir de la violence et du terrorisme » tandis qu'un autre propose de mettre « l'intelligence émotionnelle au cœur de l'entreprise »³¹. Loin d'être une aspiration partagée et au fond peu signifiante, le développement personnel est une idéologie qui « perçoit le monde social comme étant uniquement quelque chose de contraignant dont il faut se détacher. Se détacher de sa famille, de son boulot qui nous pousse au stress, libérer sa créativité contre un environnement qui nous limite, etc. Il n'arrive absolument pas à concevoir que la promotion de l'autonomie, du détachement des normes sociales, est peut-être la plus contraignante des normes sociales qui existe », comme en témoigne le succès d'un slogan comme « Soyez vous-mêmes », des spots publicitaires aux rayons « sagesse » des librairies.

« Se changer soi pour changer le monde », cette prescription qui travaille en profondeur le petit monde des « alternatives », semble au final un leurre car travailler sur soi-même, rappelle Nicolas Marquis, c'est avant tout accepter une vision du monde où chacun·e étant capable d'aller bien, chacun·e est responsable de son sort. Bien que critiques du « système », les lecteurs et lectrices de développement personnel relaient une injonction à la responsabilité personnelle particulièrement bien intégrée dans les régimes libéraux. « Dans la “société de l'autonomie comme condition”, une fois que vous avez identifié les responsables, arrêtez de leur en vouloir parce que rien ne sert de pleurer sur le lait répandu, il faut aller de l'avant. L'individu lui-même doit se poser la question ; non pas : “Qui est responsable de mon malheur ?” mais : “Que puis-je faire pour m'en sortir ?” Le présupposé qui est inclus là-dedans, c'est que c'est l'individu lui-même qui est responsable. »

Le système de pensée du développement personnel est en tension entre des caractères démocratiques et d'autres tout bonnement aristocratiques. Tout le monde, nous assurent les tenants du développement personnel, a en soi les ressources pour aller bien, faire le ménage dans sa vie, se débarrasser de