

Lionel Obadia

La spiritualité



La Découverte

I / La spiritualité, le spirituel et leurs champs de définition

Le vocable « spiritualité » et l'adjectif « spirituel » connaissent, depuis une trentaine d'années, un indéniable engouement, que la multiplication des références à l'un ou l'autre des termes, dans la presse et la littérature scientifiques et grand public, ne cesse de confirmer. Cette inflation rapide se traduit par une prolifération de significations associées à un terme résolument nomade : la spiritualité montre en effet une étonnante capacité à outrepasser les limites de cadres de sens dans lesquels on entendrait la contraindre, et une aptitude à se mouler dans de nouveaux domaines, bien loin des univers de sens dans lesquels elle est confinée. Elle est par essence une notion vague qui met les sciences au défi d'en réduire l'imprécision [Zinnbauer *et al.*, 1997]*. Comprendre le sens actuel de la spiritualité suppose de commencer une enquête au long cours, et s'efforcer de suivre la trace d'une notion qui joue à cache-cache avec l'histoire, en changeant de nom, et avec la société, en s'y métamorphosant perpétuellement. Pour autant, le fil rouge de la spiritualité se tisse dès lors qu'on lui reconnaît des caractéristiques distinctives. Mais celles-ci sont dépendantes des contextes d'usage et de définition. Une spiritualité définie dans le cadre de la religion met l'accent sur l'émotion et la rencontre avec le sacré, là où le même terme peut être défini exclusivement en termes d'épanouissement personnel et d'équilibre psychique

* Les références entre crochets renvoient à la bibliographie en fin d'ouvrage.

[Morgan, 2003]. Non seulement les caractéristiques de la spiritualité sont variables d'un contexte à l'autre, mais elles varient au fil du temps, tant et si bien qu'il est nécessaire de distinguer, comme le font les historiens, des spiritualités *historiques* (proches de la religion) et des spiritualités *modernes* (nettement plus sécularisées) [Heelas, 2012]. Il en va en fait de la spiritualité comme de la religion : la notion a une histoire et change dans l'histoire, et se prête à de multiples réemplois.

Actualité de la spiritualité : une notion à usage extensif

Dans la philosophie antique, c'est le terme grec *pneumatikos* qui est supposé rendre compte de la recherche d'un bonheur terrestre nourri aux sources de la métaphysique. C'est un thème largement traité par les écoles de philosophie depuis l'Antiquité qu'il serait trop long de reprendre ici et qui traverse l'histoire de l'humanité en étant décliné sous des termes différents. Cette trajectoire de la spiritualité sera aussi celle de la « sagesse » (un terme apparu au ^{xiii}^e siècle), avec laquelle elle est souvent confondue actuellement. Ce qui donnera ultérieurement ses fondements à la « spiritualité », notamment sous l'influence des Pères de l'Église. C'est dans la 1^{re} épître aux Corinthiens que l'apôtre Paul entreprend de donner à la notion de spiritualité une forme religieuse, en en distinguant deux statuts : lorsque les hommes (et les femmes) ont une véritable proximité avec le sacré, ils relèvent de la catégorie de *pneumatikos* (spiritualité au sens fort du terme), alors qu'une attitude plus distante se traduit par *psychikos* [Horsley, 1976]. Dès ses premières formulations, donc, dans le contexte d'une Église qui s'installe dans le paysage polythéiste de son époque, le terme « spiritualité » est précisément redéfini contre le polythéisme antique.

Longtemps demeurée confinée à des cercles restreints de pratiquants d'ascèse religieuse ou aux débats d'élites intellectuelles traitant de l'immatérialité de l'esprit humain, la notion de spiritualité en a massivement débordé à l'époque moderne. Le champ lexical du spirituel ne cesse de s'étendre,

en particulier dans le monde de l'édition, grand public ou scientifique : la notion a trouvé une place de choix dans la production éditoriale récente, depuis un demi-siècle environ, entre deux domaines avec lesquels elle partage son espace intellectuel, la religion et le « bien-être ». Cette extension suppose qu'on en fasse la sociologie : la spiritualité est devenue un *produit*, objet d'une promotion sociale et médiatique, qui s'inscrit dans une véritable économie : le terme est source de reconnaissance et de gains substantiels pour celles et ceux qui en font commerce. Car ils sont nombreux, désormais, les promoteurs d'une spiritualité ou d'une « sagesse » moderne ou pour les modernes, qui œuvrent à proposer leur propre version de ces nouvelles éthiques du Soi et des recettes de transformation personnelle. La littérature du début du ^{xxi}^e siècle fourmille de titres qui, chacun à sa manière, traduisent l'une des innombrables facettes de ces répertoires de sens qui insistent sur l'intériorité, la quête existentielle et donc logiquement l'expérience personnelle et subjective du monde. Le rapport au monde de cette mode pour les spiritualités nouvelles est aussi ambigu que ce qu'en disaient les textes du christianisme primitif : il oscille entre sacré et séculier, lieu de réalisation d'idéaux de surpasement du carcan matériel dans lequel les êtres sont enfermés. Cette matérialité du monde et du corps est vue comme la principale source de l'incomplétude de l'humain qui motive cette quête de transcendance. Paradoxalement, mais on y reviendra, le corps est tout autant lieu concret de mise en œuvre des techniques élaborées pour en dépasser la condition.

Les voix qui s'expriment actuellement convergent autour d'une idée centrale : l'époque est propice à un déploiement de la spiritualité, pour des raisons d'ailleurs différentes. Un bref survol de la littérature la plus récente est, sur ce point, édifiant. Le théologien William Clapier [2018] s'interroge dans *Quelle spiritualité au ^{xxi}^e siècle ?*, un ouvrage qui met face à face la tendance à l'expérience spirituelle hors tradition et le retour des religions. Dans une même tonalité théologique, Richard Bergeron [2020] propose de « renaître à la spiritualité » en plaidant pour une réconciliation entre une spiritualité libre et expérientielle, d'un côté, et une spiritualité plus cadrée

par une tradition religieuse (qui peut être « religieuse » ou « sacerdotale » selon ses propres termes). Fanny Morquin et Gilles Diederichs [2012] proposent un guide pratique contenant « 50 exercices de spiritualité », comme un jeu de piste pour se construire une « spiritualité » à la carte. Quelques ouvrages parmi bien d'autres qui creusent le même sillon éditorial, qui a aussi rencontré un public : outre les « guides », ce sont des témoignages personnels qui proposent des modèles d'exemplarité à suivre pour réaliser un cheminement spirituel [Dubois et Durand, 2013 ; Le Roy et Le Roy, 2020]. Dans un registre plus incitatif, Jean-Paul Simard [2022] invite à « réveiller l'être spirituel en vous », alors que Pierre Pradervand [2007] propose des recettes pour « vivre sa spiritualité au quotidien », reprenant un titre déjà largement utilisé (on citera en exemple *La Spiritualité au quotidien* de Pascal Michel [2004]). Sans oublier le témoignage d'intellectuels en vue, comme le philosophe et ancien ministre de l'Éducation nationale Luc Ferry [2022], qui évoque une « vie heureuse » à travers les « sagesses et spiritualités » et dans lequel il défend un « spiritualisme laïc ».

L'exemple de Ferry qui brouille les pistes de l'exposé philosophique et du témoignage personnel n'est pas isolé. Le politologue Philippe Corcuff [2016] s'est lui aussi lancé dans l'exercice dans son ouvrage *Pour une spiritualité sans dieux* et s'efforce de capter, à travers les expressions culturelles et intellectuelles contemporaines et son expérience propre, l'air d'un temps qui est celui de la pleine reconnaissance de la vulnérabilité et de la fragilité des hommes et des sociétés, qui sont autant de conditions et d'invitations à une odyssée spirituelle. Avec l'essayiste musulman Abdennour Bidar [2021], qui aspire à voir se lever une « révolution spirituelle », c'est encore un pas qui est franchi, depuis l'invitation à une spiritualité personnelle jusqu'à un appel plus global à unifier les bonnes volontés autour d'une résistance active contre un matérialisme triomphant en régime de mondialisation. Bien que libellée en des termes identiques, cette initiative, qui s'inscrit dans cet engouement général pour la spiritualité, ne doit pas être confondue avec la *révolution spirituelle* (au sens copernicien du terme) du xvi^e siècle, une révolution des idées religieuses décrite par les historiens Bartolomé

Bennassar et Jean Jacquart [2020]. Pas plus qu'elle ne saurait être assimilée au même appel « pour une révolution spirituelle » énoncé par le théologien chrétien Michel-Marie Zanotti-Sorkine [2020], qui exhorte à un retour à une vie cadrée par des principes religieux.

C'est néanmoins « sur les chemins d'une spiritualité laïque » que l'écrivain Thomas Dilan [2014] invite les lecteurs, une spiritualité hors religion (qui fait écho à la posture intellectuelle de Ferry) qui transcende les frontières des traditions religieuses et s'incarne, de manière transversale, dans les techniques de l'ascèse et de l'introspection que les religions ont développées dans l'histoire.

D'autres traditions que celles du creuset monothéiste occidental inspirent le mouvement de la spiritualité que traduit cette vague éditoriale. Promoteur international de la médecine holistique (d'inspiration ayurvédique) et du développement personnel, l'Indien Deepak Chopra a consacré un ouvrage à l'explicitation de ses vues sur la spiritualité qui s'inscrivent dans les conceptions cosmiques de l'hindouisme [2018], alors que toute une littérature consacrée au bouddhisme use également largement du terme [Obadia, 2013b]. Ces versions extrême-orientales de la spiritualité ont le vent en poupe au tournant des xx^e et xxi^e siècles, mais cette récente visibilité est le fruit d'un effort plus ancien de traduction puis de promotion des idées asiatiques sur le sacré et le cosmos, spiritualité dont Arnaud Desjardins s'était, en France, évertué à diffuser le « message des Tibétains » dès les années 1960 avant de rédiger son propre livre pour faire le point sur la nature de la « spiritualité asiatique » [Desjardins, 2009]. L'espace éditorial des pays francophones et anglophones est riche de ces auteurs qui associent « spiritualité » et traditions asiatiques, sous la rubrique englobante d'« ésotérisme », dans un marché du livre pourtant marqué par une crise¹.

1. En 2021, un état de l'édition française montrait clairement une hausse importante du marché des livres sur la thématique de la spiritualité, de la méditation et des techniques du développement personnel [de Maupéou, 2021 ; Expodif, 2022].

Foison de titres, diversité des postures intellectuelles, multiplicité des angles d'attaque et des répertoires de signification en arrière-plan, contrastes entre les manières de la définir et les « recettes » qui la matérialisent... la spiritualité se révèle bien difficile à localiser et à délimiter, et pourtant la référence s'impose toujours plus comme un « terme qui fait le buzz mais qui illustre une tendance importante » (*spirituality as buzz word and important trend*), selon l'expression bien tournée de l'universitaire américain James Browning [2005].

Diversité, certes, mais à laquelle répond une certaine unité de sens autour de l'idée de spiritualité, selon laquelle la spiritualité est une « clef » pour l'introspection et offre les moyens de la mettre en œuvre. La spiritualité est indéniablement portée par un mouvement de sympathie et d'intérêt qui inspire des auteurs toujours plus nombreux. À l'image d'autres thématiques dont le lectorat s'élargit et se démocratise, elle se voit dédier un *Sagesse et spiritualité pour les nuls* [Janis, 2017], ouvrage qui consacre ainsi l'accès de la notion au rang de sujet « populaire », dans les deux acceptions du terme : démographique (qui intéresse le plus grand nombre), d'une part, et sociologique (qui est adapté aux goûts de ce que la sociologie de Max Weber à Pierre Bourdieu a appelé les « masses »), d'autre part. Ce glissement historique d'une spiritualité d'élites (celle des philosophes antiques et des Pères de l'Église) à une spiritualité de masses laisse à penser qu'elle est devenue « vulgaire », « dégradée » ou « édulcorée » par rapport à une authentique forme de pensée et de croyance [Berceville et Fino, 2016]. À l'inverse, le foisonnement d'une spiritualité qui se déploie tous azimuts et la diversification de l'offre pratique et idéologique (à travers la méditation sous toutes ses formes, le néochamanisme ; les nouveaux paganismes, les retraites cosmiques, l'écospiritualité ; les nouveaux recours thérapeutiques, le développement personnel et les magies modernes) peuvent être considérés comme une démocratisation, et comme le moteur d'une réflexion renouvelée qui inspire tout autant les débats publics que les milieux scientifiques.

Un domaine dynamique

Dans le monde académique

Les décennies 1990 et 2000 ont été très riches en développements autour de la notion de spiritualité dans le monde académique. Accompagnant ce qui a été qualifié de mouvement de « spiritualisation » des sociétés modernes (en particulier euro-américaines [Van der Veer, 2009a], mais aussi à l'échelle du monde [Heelas et Woodhead, 2005]), les milieux académiques (notamment occidentaux) ont fait sortir la spiritualité de la confidentialité des débats théologiques et métaphysiques pour la déployer dans l'ensemble des sciences humaines et sociales (SHS). Des revues spécialisées sur le thème sont créées régulièrement : parmi les plus actives et visibles, on mentionnera le *Journal for the Study of Spirituality* (fondé en 2011) aux thématiques modernes et hétéroclites, alors que le *Journal of Spirituality* (lancé en 2015) est nettement plus centré sur les expressions traditionnelles (religieuses), tout comme la revue *Spiritual Studies*, émanation de la Society for Spirituality Studies. D'autres journaux ont pour objectif de rendre compte du développement des thématiques spirituelles dans des domaines particuliers : la médecine, le soin ou la santé mentale, par exemple, comme le font le *Journal of Spiritual Formation & Soul Care* et le *Journal of Spirituality in Mental Health*, tous deux anglophones, comme la grande majorité de la production scientifique sur la spiritualité. De facture récente, un International Network for the Study of Spirituality localisé au Royaume-Uni affiche ouvertement l'objectif d'une « étude critique de la spiritualité » et achève de montrer le dynamisme d'un champ de connaissance autour duquel s'est constitué un écosystème complexe et riche de recherche et de publications scientifiques dévolues à la spiritualité en général ou à des spiritualités particulières.

Un secteur éditorial et commercial en plein essor

Tout aussi dynamique est le secteur de l'édition non académique sur la spiritualité. En France, des journaux comme *Spiritualités Magazine* ou *Science & Spiritualité* se vendent désormais dans les circuits grand public. Ces deux journaux,