

## Article Apm sur le progrès

Concept central de la pensée des Lumières, le progrès incarne la croyance dans le perfectionnement global et linéaire de l'humanité. La société tout en se développant, évolue vers le mieux, ce qui implique une augmentation des richesses, un progrès scientifique et technique mais aussi une amélioration des mœurs et des institutions, voire, un progrès de l'esprit humain. Peut-on assurer que le progrès économique entraîne mécaniquement le mieux-être ? N'est-ce pas lui qui, au contraire, a, peu à peu, aboutit au développement du consumérisme et à l'épuisement des ressources naturelles, à une compétition accrue pour les posséder, l'effondrement possible de l'équilibre de la planète ? Mais surtout, au-delà de tout, n'entraîne-t-il pas un mal-être accru des individus dans nos sociétés avec le développement croissant de l'utilisation d'antidépresseurs et d'anti-anxiolytiques ?

### **Comment définis-tu le progrès à l'aune de ta discipline et ou de ta pratique ?**

À l'aune de ma discipline et de ma pratique, la définition du progrès est essentiellement liée à la notion d'évolution intérieure, de travail sur soi parce qu'il contribue à un mieux-être réel, à une évolution quantifiable de l'individu, à un véritable progrès palpable pas seulement individuel mais aussi collectif.

La Chine ancienne au même titre que l'Inde mettait l'accent sur l'expérience intérieure comme base de toute évolution positive alors qu'en Occident, l'important se porte plutôt sur la pensée, la déduction, l'abstraction, l'aspect rationnel qui invente, déduit, organise et construit. Avec son corollaire, le progrès technique et l'accès aux biens matériels pour permettre aux individus de parvenir au bonheur. Or, dans nos pays occidentaux et malgré l'utilisation permanente du progrès, de l'innovation, nous n'avons pas atteint le bonheur escompté. Pourquoi ? Même si les deux approches sont, bien entendu, complémentaires, considérer l'évolution de l'être par le travail sur soi, la possibilité de se relier à soi-même pour se relier aux autres et à tout ce qui vit, est, selon moi, la principale source d'épanouissement individuel et donc collectif ; ce qui correspond à un progrès réel. Chacun de nous, à notre niveau, a, de fait, une influence sur d'autres cercles, comme une pierre qui tombe dans l'eau et décrit des cercles concentriques qui s'élargissent à leur tour indéfiniment.

Selon Carl Gustav Jung mais aussi l'un des pères de la physique quantique, Wolfgang Pauli, l'extérieur est le reflet de l'intérieur. Or, en tant que thérapeute, je l'observe tous les jours à travers le cheminement des personnes que j'accompagne. Lorsqu'elles sortent des scénarios de répétition liés à leur expérience de vie et

parviennent à se réapproprier leur passé, elles sont à même de construire un présent différent, mais aussi et surtout, un futur souhaitable. De la même manière, le progrès intérieur permet de mieux gérer les peurs et elles sont nombreuses aujourd'hui avec l'incertitude dans laquelle nous vivons. Les personnes qui font un travail sur elles, apprennent à maîtriser leurs émotions lorsqu'elles se sentent mal, à savoir qui elles sont sur tous les plans et sont dès lors, plus à même d'accepter leurs faiblesses. Or, lorsque j'accueille mes faiblesses, je peux accepter celles de l'autre sans jugement et cela crée la solidarité. Si je m'accepte comme je suis et si je connais ma spécificité, je ne crains plus la différence de l'autre. Imaginez l'impact que cela pourrait avoir sur le plan collectif. Puisque je suis en phase avec moi-même et bien ancré, je ne me laisse pas envahir par les peurs et les manipulations de tous ordres et je garde mon libre arbitre. Ma sécurité intérieure étant renforcée, je ne dépends plus de quelqu'un d'extérieur pour la préserver et sur le plan collectif, le recours aux hommes providentiels est la conséquence de peurs individuelles qui se cristallisent en besoin de sécurité collectif avec les conséquences négatives que cela entraîne : un contrôle renforcé sous prétexte de sécurité et une perte de liberté. On l'observe aujourd'hui en Chine, en Inde, en Italie, en Turquie, en Russie...

Le progrès intérieur favorise aussi le lâcher prise, le fait de ne plus être dans le contrôle. Or, l'un des principaux sujets sur lesquels nous butons est notre besoin insatiable sur un plan collectif de tout contrôler, tout prévoir, quitte à s'enfermer et à asphyxier la planète qui nous permet de subvenir à nos besoins et donc de risquer de disparaître en tant qu'espèce. Cette soif de contrôle vient également d'un besoin illimité de reconnaissance et d'ego. Je n'existe qu'à travers le regard de l'autre et si ce n'est pas le cas, j'ai l'impression de disparaître. C'est un tonneau des Danaïdes permanent tant que je n'accepte pas de me reconnaître moi-même et d'accepter ma valeur intrinsèque sans attendre que les autres ne me permettent de la ressentir. Je suis quelqu'un, j'apporte quelque chose de spécifique et d'unique et en même temps, je fais ce qui me semble juste sans attente de résultat. Ce n'est pas grâce à moi seulement que quelque chose se construit. Je suis un élément d'un ensemble, un élément essentiel mais pas seul. Accepter de reconnaître sa valeur et ses faiblesses tout à la fois permet de remettre l'ego à sa juste place. Il a sa raison d'être mais n'a pas besoin de dominer ni d'être excessif sinon nous retrouvons sur le plan collectif ce recours à des personnalités politiques qui appuient sur la fierté du pays, sa puissance ancienne, donc, son ego collectif pour asseoir leur autorité. D'où le développement des nationalismes de plus en plus exacerbés avec son corollaire, les luttes de pouvoir inhérentes à ce besoin d'exister en montrant sa force et en écrasant l'autre.

De même, dans ma pratique de thérapeute, le progrès intérieur permet l'ancrage dans le réel, la maîtrise des pensées et donc la possibilité, parce qu'on est en lien avec soi-même, de ne pas se laisser embarquer par la peur collective qui est

contagieuse et donc garder son libre arbitre. Cela me paraît essentiel pour être acteur de la démocratie.

Nous sommes dans une période de transition qui implique de redéfinir le futur souhaitable en sortant des chemins battus. La notion de progrès en fait partie.

Julien Green écrivait : « Il ne peut y avoir de progrès véritable qu'intérieur. Le progrès matériel est un néant ». À l'heure où les questions environnementales deviennent cruciales, il paraît difficile de rester dans une vision purement technique et extérieure du progrès.

### **Quelles interrogations la notion de progrès suscite-t-elle en toi ?**

La principale interrogation que suscite, en moi, cette notion de progrès est la question de sa maîtrise mais aussi de l'objectif qu'elle sert. J'ai la sensation d'être dans un train à vive allure qui va dans le ravin sans pouvoir être stoppé ou changé d'aiguillage. J'ai l'impression que nous sommes devenus des apprentis sorciers, prêts à tout pour vendre quel qu'en soit l'impact. La question de savoir ce qui constitue une véritable amélioration pour nos vies ne semble plus exister.

Mon autre questionnement est de savoir si c'est envisageable de ne pas le subir ? Nous devenons esclaves d'un mode de fonctionnement dans lequel nous devons toujours aller de l'avant, produire toujours plus, s'épuiser et épuiser la planète. Lorsque l'on observe la dégradation de la Terre, le réchauffement climatique, l'extinction des espèces mais aussi le mal-être de plus en plus d'individus, cela me donne le vertige, la sensation d'être entraînée malgré moi dans une course sans fin, de ne pas avoir le choix. C'est peut-être cela l'essentiel, perdre notre capacité de choix, d'accepter ou de pouvoir refuser certains de ces progrès mais de devoir nous adapter et, plus encore, de devoir le faire rapidement si nous voulons rester dans la course. C'est encore plus vrai pour les entreprises. La question restant de savoir : pour quels bénéfices réels ? Rajoutons-nous des déséquilibres ou apportons-nous une véritable valeur ajoutée ? En quoi peut-on considérer qu'il s'agit bien d'un progrès c'est-à-dire, de la capacité à apporter un mieux-être ?

### **Comment repenser le progrès dans les prochains mondes ?**

Pour moi, le progrès ne doit pas être un but en soi mais bien plutôt un moyen. La question étant de savoir quel est l'objectif que nous nous fixons dans les 20 prochaines années. Où souhaitons-nous aller ? Quel serait le mieux-être collectif que nous souhaitons voir mettre en œuvre ? De la définition de ce dernier découlent les moyens à utiliser surtout lorsque la vision des jeunes, du monde de demain et

leurs aspirations ne correspondent pas aux nôtres. La quête de sens, l'envie d'équilibre entre vie personnelle et professionnelle mais aussi la solidarité et le besoin de préserver la planète sont, pour eux, les éléments fondamentaux de la vie. Cela nous amène à remettre en question notre vision du progrès. Je préférerais lui substituer une notion de bien-être, à la fois individuel et collectif. L'un ne va pas sans l'autre et miser sur un travail intérieur pour être en phase avec qui on est, favorise le lien avec la nature et l'autre. Cette démarche me paraît essentielle aujourd'hui. Ne pas opposer les deux démarches mais les mettre en œuvre y compris dans l'éducation nationale. Passer de l'école du savoir à l'école de la connaissance de soi, les deux étant complémentaires et ne s'excluant pas. Sortir du sentiment de ne pas avoir le choix pour choisir, en connaissance de cause, le monde dans lequel nous voulons vivre et la façon de le mettre en œuvre. Ce serait cela, la définition d'une nouvelle forme de progrès, être en phase avec soi, avec l'autre et avec la nature.

**Au regard de tes réponses quelles seraient les trois à cinq questions stimulantes que tu aimerais poser aux entrepreneurs de l'Apm ?**

- Comment définiriez-vous la société dans laquelle vous souhaiteriez vivre dans les prochaines années ? Et comment définiriez-vous la place de votre entreprise dans cette configuration ?
  - Avez-vous le sentiment de prendre ce temps de retour sur vous et de travail intérieur ?
  - Avez-vous le sentiment de maîtriser vos pensées et de ne pas vous laisser déborder par elles ? Parvenez-vous à vous connecter à votre intuition ?
  - Comment vivez-vous et traitez-vous la peur en vous face à l'incertitude et à tout ce qu'elle véhicule ? Quelle influence ces peurs peuvent avoir, selon vous, sur votre efficacité et votre responsabilité de dirigeant ?
  - Est-ce que vous voyez en quoi vous contribuez au progrès collectif et de quelle façon ?
  - Avez-vous le sentiment d'avoir le choix face aux nouvelles technologies et innovations de toutes sortes ? Et si non, comment pourriez-vous récupérer cette capacité de choix ?
-