

« L'accomplissement de soi »

Note de lecture du livre d'Abraham Maslow

Par Eric Boespflug

1 - La pyramide

Abraham Maslow distingue 5 types de besoins.

- Les besoins physiologiques. Ce sont tous les besoins qui ont trait à la satisfaction des besoins essentiels de l'organisme : faim, soif, sexe etc.
- Les besoins de sécurité. Ils expriment grosso modo le besoin d'assujettir l'inconnu à un présent stable et à un futur visible. Cf l'esclave des champs et l'esclave des villes, le besoin de dépendance volontaire etc.
- Les besoins d'amour. Ils expriment tous les besoins relatifs au bien être de l'homme dans son environnement social. On distingue parmi ces besoins : le besoin d'appartenance (à un groupe) et le besoin d'affection.
- Les besoins d'estime (de soi par les autres). Ils expriment la volonté de l'individu à ce que ses valeurs intrinsèques soient reconnues par le groupe auquel il appartient.
- Les besoins d'accomplissement. Dernière étape de la pyramide, ces besoins ont trait à la nature transcendante de l'individu, c'est-à-dire à la capacité de l'individu à « être ce qu'il peut être ».

Ces 5 besoins ont été schématisés par les contemporains de Maslow sous la forme d'une pyramide. Cette représentation présente l'inconvénient de hiérarchiser les besoins les uns par rapport aux autres. Or, les expériences menées par Maslow indiquent clairement qu'il est possible qu'un individu privilégie la satisfaction des besoins d'amour avant la satisfaction des besoins physiologiques (par exemple, dans le cas de groupement sectaire etc.).

Les besoins ne sont pas catégoriquement « hiérarchisables ».

Quelques apports :

- Concernant les besoins physiologiques, Maslow insiste sur la notion d'homéostasie, celle-ci étant défini comme « l'ensemble des efforts automatiques de l'organisme pour maintenir un état normal, constant ».
Cette notion indique par exemple que l'homme peut développer un goût pour les bananes dès lors qu'il présente des carences en vitamines.
- Par ailleurs, les besoins physiologiques sont relativement interdépendants. Un fort appétit peut par exemple répondre à la faim, mais il peut aussi répondre à l'assouvissement d'un besoin de dépendance, à la recherche d'un confort psychologique. On peut illustrer cette thèse par l'exemple de la boulimie.
- Enfin, Maslow ne prétend pas expliquer l'intégralité des comportements humains par cette seule théorie. Au même titre que l'assouvissement des 5 besoins qu'il décrit, Maslow indique que la culture, la biologie et le contexte influencent directement le comportement des hommes.

2 - L'accomplissement de soi

Les recherches de Maslow sur le dernier échelon de sa théorie de la motivation portent essentiellement sur ce qu'il appelle les expériences « paroxystiques », c'est-à-dire les mutations de l'état de conscience, mesurée, décrite, à défaut d'être expliquées par la science contemporaine.

Les questions que soulèvent Maslow :

- Quels liens établir entre ces expériences et les dogmes religieux ?
- Quels peuvent être les enseignements de ces expériences d'un point de vue éducatif ?
- Quels sont les écueils que risque de connaître la recherche scientifique à défaut de reconnaître la nature transcendante de l'homme ?

a) Qu'est ce qu'une expérience paroxystique ?

Les recherches menées par Maslow décrivent les expériences paroxystiques comme des états modifiés de la perception :

- Perception que l'univers est un tout intégré et unifié
- Disparition des échelles de comparaison entre les choses (important / insignifiant, petit / grand ...)
- Disparition de toute notion de jugement (puisqu'elles échelles de comparaison disparaissent).
- Perception que toute chose existe pour elle-même par rapport au « tout », et que le vivant est sacré en tout point de vue.
- Abandon de l'égo au profit d'une vision totalement holistique de l'univers.
- L'expérience paroxystique vaut par elle-même : elle se justifie par elle-même.
- Désorientation spatiale et temporelle. 1 minute, 1 an...l'expérience est atemporelle pour celui qui la vit.

Etc, etc.

b) Quel lien établir entre ces expériences et les dogmes religieux ?

Pour Maslow, les grandes religions sont toutes issues de l'expérience paroxystique de leur prophète.

Si Jésus, Mahomet et Bouddha ont tous trois été l'objet d'expériences paroxystiques, alors les différences entre le dogme chrétien, le dogme musulman et le dogme bouddhiste ne tiennent qu'à la nature du contexte culturel de l'époque dans lequel ont été vécues ces expériences.

Autrement, comment expliquer la récurrence des valeurs fondamentales du bien parmi ces trois religions ?

- Récurrence de la valeur sacrée du vivant
- Récurrence de la nature spirituelle de l'homme.
- Récurrence de l'unicité d'un « tout ».
- Récurrence des valeurs fondamentales du bien : attention, humilité, don etc.

La traduction de ces valeurs « révélées » sous la forme d'un dogme religieux est, selon Maslow, aussi dangereuse que la tentation individuelle à vivre uniquement l'existence comme une quête de l'expérience paroxystique. En effet :

- Le dogme désacralise la valeur de l'initiation de soi avec Dieu, pourtant fondamentale dans le cheminement spirituel de chacun.

- La quête individuelle de l'expérience paroxystique peut déboucher sur une instrumentalisation des personnes, des choses et des situations pour des seuls fins égoïstes. Et finalement à un renfermement sur soi très pervers.

Selon Maslow, la capacité des hommes à assimiler les valeurs fondamentales du Bien dépend du juste équilibre que chacun parvient à trouver entre ces deux extrêmes. Cela étant, le lien entre le dogmatisme et l'approche purement expérimentale de la relation à Dieu pose aussi la question de la promotion de l'idée de bien dans la société. A ce sujet, Maslow pose deux questions :

- « La société permet-elle la nature humaine de bien ? ».
- « La nature humaine permet-elle la société de bien ? ».

Bref : pourquoi Jésus n'a-t-il pas fait de politique ? Jésus aurait-il été écouté avec autant de ferveur s'il n'avait pas eu dans l'esprit des juifs le rôle du libérateur face à l'envahisseur Romain ?

c) Quels peuvent être les enseignements de ces expériences d'un point de vue éducatif ?

Maslow regrette que l'éducation n'intègre pas l'étude des religions dans ses programmes. Il déplore également l'absence d'une formation morale qui tienne compte de ces deux approches :

- l'approche d'une définition globale du bien par l'étude comparative des dogmes religieux
- l'approche d'une perception individuelle de la notion de bien par le cheminement spirituel

Pour définir une vision commune de la notion de bien, Maslow préconise de réhabiliter la notion de « concepts fondés sur l'expérience ». Il en vient ainsi à s'interroger sur la pertinence des modèles abstraits de la pensée, qui selon lui isolent les cas isolés à partir du moment où ils contredisent la théorie.

d) Quels sont les écueils que risque de connaître la recherche scientifique à défaut de reconnaître la nature transcendante de l'homme ?

Maslow s'oppose à l'approche de Freud au motif qu'elle écarte la dimension spirituelle de sa théorie de la motivation. De la même manière, Maslow s'oppose aussi à tous les courants de pensée nihiliste qui, selon lui, se sont attachés à détruire les valeurs chrétiennes. Pour Maslow, les questions posées par la religion sont bonnes. Ces questions ne méritent pas d'être automatiquement discréditées au motif qu'elles trouvent leurs réponses dans un dogme, quel qu'il soit.

« Tout ce que nous pouvons dire de la science orpheline (de la science) est très semblable ou complémentaire de ce que nous pouvons dire de la science orpheline ».

La science orpheline : ce sont les médecins nazis, les scientifiques russes dans les goulags etc.
La religion orpheline : c'est le temps des bûchers, de l'inquisition etc.

NDLR : voir le mind and life institute, qui associe un collège de scientifique en neurosciences avec des représentants du bouddhisme. Ce mélange des genres est encore inconcevable avec des chrétiens. Pour le bouddhiste, la foi s'apparente à une quête de la vérité. A partir du

moment où toute croyance est confirmée (ou infirmée) scientifiquement, elle perd son statut de croyance et devient un fait établi.

Conclusion :

50 ans avant notre époque, Maslow pose les bonnes questions et les bons problèmes.

Ce que je retiens de tout ça, ce sont les deux questions :

« la nature humaine permet-elle la société de bien ? »

« la société permet-elle la nature humaine de bien ? ».

Dans le premier cas, on peut prendre pour exemple pratique Confucius, premier sage chinois à défendre l'idée que seuls les hommes sages peuvent diriger la société.

Dans le deuxième cas, on peut prendre l'exemple de l'ex-URSS, premier pays à avoir dans la pratique défendu l'idée que seule la société pouvait permettre de créer un homme nouveau.

Dans les deux cas, c'est le totalitarisme !

La démocratie est donc peut être cette fameuse voie médiane que Maslow défend.

Dans un autre registre, Maslow défend l'idée d'un « Eupsychian Management », uniquement orienté vers la santé psychologique des hommes. Un peu d'humanité dans les relations professionnelles, ça fait du bien...