



# Bien-être, un enfumage devenu business

Entre coaching “personnalisé” et recettes miracles du bonheur, le développement personnel poursuit son inexorable essor. Derrière ce qui peut sembler n’être qu’un effet de mode anodin se tapit un phénomène de société aux conséquences parfois funestes.

Par **Quentin Rousseau**

La voix se fait plus basse, presque confidente. À demi-mot, Audrey le reconnaît : « *Le développement personnel ne fonctionne que si chacun a une vraie réflexion sur ce qui peut lui apporter de l’équilibre, mais il ne faut pas être*

*une personne complètement perdue qui écoute au pied de la lettre chaque gourou.* » La jeune femme n’est pas une fanatique du développement personnel : « *Deux podcasts par jour* », grand maximum. « *Ils sont très concrets* », promet-elle, loin des pon-

cifs lénifiants de niaiserie qui pourtant font recette.

Partout, la même injonction au bonheur. Publicités, réseaux sociaux, en entreprise ou en librairie, les sempiternels mots d’ordre s’assemblent et se ressemblent : “soyez vous-même”, “épanouissez-vous”. Une nouvelle religion très volontiers prosélyte, avec ses nouveaux clercs, temples et livres saints. Salles de sport vantant leur “suivi personnalisé”, conseillers en nutrition, en relooking et autres coachs “bien-être” pullulent. Les livres de “développement personnel” sont sur le devant des étals de librairies, en tête des ventes et, sur Internet, les podcasts “lifestyle” peuvent compter sur un terreau fidèle d’auditeurs chaque jour plus nombreux.

L’ouvrage de Don Miguel Ruiz, *les Quatre Accords toltèques* (Jouvence), ne quitte pas le top des ventes de la Fnac. Au dos du livre : « *Les Quatre Accords proposent un puissant code de conduite capable de transformer rapidement notre vie en une expérience de liberté, de vrai bonheur et d’amour.*

Dans les entreprises, le “développement personnel” se fait de plus en plus présent. Un joli paravent pour un management toujours plus destructeur.

*Le monde fascinant de la Connaissance véritable et incarnée est enfin à la portée de chacun.* » Autrement dit : pour être libre, ne dérogez pas à ce code pseudo-mystique. Derrière l'évident paradoxe de la chose, un titre accrocheur, une couverture qui attire l'œil, la promesse que l'impossible est possible et ce, à moindre coût (une poignée de règles, seulement trois heures de pratique...). Tout faire pour appâter le client et la pêche sera bonne.

Après avoir chirurgicalement étrié le “totalitarisme doux”, sans visage et destructeur de talents du management d'entreprise dans *la Comédie (in)humaine* (Éditions de l'Observatoire), coécrit avec l'économiste Nicolas Bouzou, Julia de Funès revient à la charge. Dans *Développement (im)personnel*, la philosophe s'attaque à un nouveau symptôme d'une société où, sous un cynique cache-misère de “liberté”, règne l'autophagie de l'individu roi. Un constat simple pour commencer : la grande mode est au “développement personnel”. Une thèse, claire et nette : ce “développement personnel” n'est ni un développement ni même rien de personnel. Bienvenu dans le monde — faussement — merveilleux de « la “pensée positive” qui positive plus qu'elle ne pense ».

### Derrière l'émancipation, l'asservissement

Au pays de la “pensée positive”, le tutoiement est de rigueur : une façade d'« amicalité » est nécessaire pour séduire, remarque Julia de Funès. En 2017, Raphaëlle Giordano était l'auteur le plus rentable de France en vendant 735 400 exemplaires de *Ta deuxième vie commence quand tu comprends que tu n'en as qu'une* en version poche. Sa sœur jumelle, Stéphanie Giordano-Assante, est quant à elle “coach de vie certifiée” ; contactée par *Valeurs actuelles*, celle qui affirme être titulaire d'une certification “coach praticien” à Coach Académie n'a pas donné suite à notre requête. Perte du spirituel, perte de sens. La raison, l'effort

et le travail... autant de valeurs qui glissent lentement vers la case “has been”. Les références de l'humanisme s'érodent et laissent un vide, que la nature a en horreur. Ne reste que l'individu, petit être isolé et frêle, en quête perpétuelle d'une reconnaissance sociale qui pallierait sa propre vacuité. Et là où il y a un besoin, il y a un marché. Les thérapies mystiques, le coaching personnalisé, les ouvrages promettant monts et merveilles “en cinq étapes faciles” viennent combler ce manque. Bien surnoisement.

Au lieu de l'émancipation promise, la galaxie de l'épanouissement personnel efface le lien social pour lui substituer un nombrilisme quasi religieux, explique Julia de Funès. L'individu, constamment poussé à se “développer”, a trouvé sa drogue. Dépendant, il en vient à penser qu'il a atteint ses limites et est “insuffisant”. S'ensuivent, entre autres, les fameux “maux du siècle” : burn-out, mais aussi les moins connus *bore-out* (désintérêt par manque de travail) et *brown-out* (quand le travail n'a plus de sens). « *Jamais les managers n'ont fait autant pour le bien-être de leurs salariés et jamais il n'y a eu autant de mal-être* », note la philosophe. Notre *Homo festivus* houellebecquien est en phase terminale de perte de repères, livré à lui-même dans — et par — une société de « *Narcisse 2.0* » qu'il croyait émancipatrice et qui en réalité l'aliène pernicieusement. Il

**AU LIEU DE L'ÉMANCIPATION PROMISE, LA GALAXIE DE L'ÉPANOUISSEMENT PERSONNEL EFFACE LE LIEN SOCIAL POUR Y SUBSTITUER UN NOMBRILISME QUASI RELIGIEUX.**

s'asservit et ne le sait pas ; au contraire, il en redemande.

Contre l'anesthésie de la “positivité” qui chasse les “mauvaises pensées” et le “banquisme” sauce “start-up nation”, la recette d'un bonheur toujours plus lointain ne met pas tout le monde d'accord. Le meilleur chemin, conclut la philosophe, est personnel. Tel « *Thésée qui parvient, grâce à un fil, à sortir d'un dédale* », c'est à chacun de se forger son propre esprit critique. ●



**“Développement (im)personnel, le succès d'une imposture”, de Julia de Funès, Éditions de l'Observatoire, 160 pages, 16 €.**

### ACHÈTE aux meilleurs prix vos VINS



J'achète vos bouteilles à l'unité, caisse bois ou cave complète.

Vieux millésimes  
Même abîmés, étiquettes déchirées

VINS  
Bourgogne, Bordeaux, Rhône  
Alsace, Loire, Porto...

CHAMPAGNES  
Bollinger, Dom Pérignon, Moët  
Veuve Clicquot, Salon, Ruinart, Taittinger...

SPIRITUEUX  
Whisky, Rhum, Armagnac, Marc, Chartreuse...

ESTIMATION GRATUITE TOUTES DISTANCES

Déplacements Gratuits  
Jacques Lacombe - Vins & Spiritueux  
06 28 71 37 00 & 03 80 21 20 68  
contact@jacqueslacombe.vin  
www.jacqueslacombe.vin

Labus d'alcool est dangereux pour la santé.