

La Loi de l'Attraction

Que sait-on de ?

La Loi de l'Attraction est une croyance selon laquelle les pensées, positives ou négatives, peuvent influencer le destin en bien ou en mal. Une pensée positive dirigée vers un but défini se concrétise.

La Loi de l'Attraction doit son succès à Rhonda Byrne, une australienne qui l'a popularisée à travers son ouvrage, *Le Secret*. Ce livre fait partie des nombreuses offres sur le marché ésotérique du développement personnel.

Origines et précurseurs

L'idée que la foi puisse conférer un pouvoir sur la matière s'est révélée attirante pour des millions de personnes au cours des siècles. La Loi de l'Attraction s'inscrit dans le droit fil de la Nouvelle pensée du XIXe siècle - croire, c'est obtenir - et dans le courant de la Pensée positive.

La Pensée positive désigne un mouvement pseudo-scientifique créé en 1952 par le pasteur Norman Vincent Peale, auteur de *La puissance de la pensée positive* (1952), et véhiculé à travers le secteur lucratif du développement personnel. La méthode consiste à devenir optimiste en toutes circonstances, ce qui permettrait d'atteindre le bonheur, voire d'influencer « le destin ».

La Pensée positive est elle-même issue de la Nouvelle pensée, également à l'origine de la Science Chrétienne dont la doctrine présente beaucoup de similitudes avec la Loi de l'Attraction.

Mais il existerait d'autres sources :

La Loi de l'Attraction serait évoquée pour la première fois dans *La vibration de la pensée et la loi de l'attraction dans le monde de la pensée*, où William Walker Atkinson (1862-1932) exprime « le pouvoir de la volonté, de la concentration et de la suggestion ».

Pour d'autres, la Loi de l'Attraction apparaîtrait en 1877 dans un livre écrit par l'occultiste russe Helena Blavatsky, dans un contexte faisant allusion à l'existence d'un pouvoir d'attraction entre les éléments de l'esprit.

Pour d'autres enfin, « elle existerait depuis la nuit des temps et c'est une règle inflexible, omniprésente de l'univers. On ne peut pas y échapper » ...

Cette dernière version semble la plus proche de celle imaginée par Rhonda Byrne : il s'agirait du contenu d'un texte gravé dans la pierre 3000 ans avant Jésus-Christ et parvenu jusqu'à nous grâce à un parchemin, évoqué dans un écrit alchimique du Moyen Âge. De grands hommes comme Beethoven, Platon, Victor Hugo et Einstein s'en seraient faits les gardiens.

Ces différentes versions s'expliquent sûrement du fait que bon nombre de personnes revendiquent cette Loi, notamment dans le courant New Age qui, par essence, s'approprie et propose un nombre inconsidéré de pratiques de toute origine.

Rhonda Byrne

Parmi ceux qui ont diffusé cette théorie, la plus célèbre est Rhonda Byrne, née selon les sources en 1945 ou en 1951 (???). Coproductrice de télévision et auteure australienne, elle a popularisé la Loi de l'Attraction dans le film *Le Secret* (2006) puis dans un ouvrage éponyme. Traduit en plusieurs langues, ce livre s'est vendu à 4 millions d'exemplaires l'année de sa parution.

C'est après un épisode dépressif lié à la mort de son père, en 2004, qu'est né *Le Secret*. Rhonda Byrne découvre alors *The Science of Getting Rich*, écrit en 1911 par Wallace D. Wattles (1860-1911). Elle découvre à travers cet auteur américain la Pensée positive et la Loi de l'Attraction. Après quelques recherches, elle retrouve les fondements de la théorie chez différents personnages tels que l'auteur Jack Canfield, le pasteur d'une église de la Nouvelle pensée Michael Beckwith, le new ager James Arthur Ray, Joseph Vitale, autre gourou new age, Marie Diamond qui mêle Loi de l'Attraction et Feng Shui, et John Gray, auteur de livres de développement personnel et adepte de la Méditation transcendante... Estimant qu'ils sont des références célèbres, Rhonda Byrne les sollicitera pour jouer dans son film.

D'autres comme Esther and Jerry Hicks distillent également largement la Loi de l'Attraction. Ils racontent qu'en 1985 ils ont entamé un dialogue avec Abraham, « nom choisi par un groupe de maîtres immatériels qui répandent un message de joie et de bien-être ».

Les Hicks disent que c'est Abraham qui leur a transmis la Loi de l'Attraction. Si c'est le cas, Abraham l'aurait « piquée » à Napoleon Hill (1883-1970), auteur de *Réfléchissez et devenez riche*, ou à William Walker Atkinson (1862-1932), qui a écrit *Thought Vibration or the Law of Attraction in the Thought World* (1906)...

Avec l'avènement d'internet, les théories de la Loi de l'attraction se sont largement répandues. Ses adeptes, qui attirent et cumulent un nombre important

d'abonnés, distillent au quotidien sur des pages Facebook ou Instagram la « pensée magique » de Rhonda Byrne. L'un d'eux détient à lui seul pas moins de 365 000 abonnés sur Instagram ! Il publie chaque jour et est relayé par des milliers de personnes, y compris par des célébrités.

Publié en anglais le 15 septembre 2009, *The Secret to Teen Power* (Le Secret du pouvoir des ados) est une adaptation pour les adolescents (12 ans et plus) du livre de Rhonda Byrne. Son auteur, Paul Harrington, était également le producteur du film éponyme. Des extraits publiés sur le web en PDF montrent qu'il s'agit effectivement d'une reformulation de la « recette magique » de Rhonda Byrne adaptée aux préoccupations d'un jeune public : relations amoureuses, vie scolaire et image de soi. Cette version n'a rien à envier à sa « grande sœur » en termes d'allégations pseudoscientifiques.

Doctrine

La Loi de l'Attraction permettrait à chacun d'obtenir tout ce qu'il désire en suivant un certain processus présenté comme une loi universelle, une loi de la nature aussi juste et indiscutable que la loi de la gravité.

La Loi d'Attraction s'applique en trois étapes : « demander, croire et recevoir ». Elle postule que chaque personne émettrait une fréquence à travers ses pensées qui, à force de ferveur, se chargeraient en énergie et en magnétisme. Ces pensées partiraient dans l'univers « jusqu'à atteindre un *niveau vibratoire* où l'univers semble étonnamment conspirer à exaucer nos souhaits », s'extasie Réjane Ereau dans une publication de l'INREES, et nous reviendraient en actes. Selon la Loi de l'Attraction, nous attirerions dans notre vie de bonnes et de mauvaises ondes et l'univers nous répondrait sur la même fréquence. En somme, tout ce qui nous arrive, nous l'avons voulu : « Si je ne vais pas bien, c'est que je l'ai demandé »...

Ces pensées auraient le pouvoir d'influer sur la propre santé de leur auteur, sa richesse ou ses relations personnelles de leur auteur. Chacun étant désigné comme l'unique responsable de ses échecs, de ses malheurs ou de ses maladies, les adeptes de la méthode peuvent développer un sentiment de culpabilité.

La Loi de l'Attraction exclut le hasard, le doute.

Controverses

Les partisans de la Loi de l'Attraction la présentent comme une réponse à tous les problèmes du monde. Bien que présentée comme un fait établi relevant de notions tirées de la mécanique quantique, elle relève, jusqu'à preuve du

contraire, de la pensée magique, de la pseudoscience, et n'a rien de scientifique. Il s'agit, ni plus ni moins, d'une énième technique dans le vaste et lucratif marché du développement personnel.

Dans *Enquête sur le Secret*, Jean-Charles Condo, diplômé en génie et en physique de l'Université de Montréal, et Natacha Condo-Dinucci, psychoéducatrice, ont pointé les failles de l'ouvrage de Rhonda Byrne. Ils y ont trouvé des citations détournées ou inventées, des contradictions voire des aberrations. Byrne affirme, par exemple, que l'univers, récepteur de nos demandes, ne saisit pas les négations : ainsi « je ne veux pas être en retard » serait compris comme « je veux être en retard »...

Le psychologue et chercheur américain Neil Farber qui a réalisé une enquête minutieuse sur les fondements de la Loi de l'Attraction en analyse plusieurs conséquences :

- Il s'agit d'une pseudoscience métaphysique fondée sur des hypothèses erronées.
- Les objectifs sont plus de l'ordre des besoins que des valeurs.
- Pour atteindre ses objectifs, il faut penser et non agir.
- Si le meilleur moyen d'atteindre ses objectifs est de les penser et de vivre comme s'ils étaient déjà atteints, les autres moyens d'y parvenir ne sont pas envisagés.
- La notion de temps pour parvenir à ses fins est sans importance.
- Les défis sont considérés comme des pensées négatives.
- La Loi de l'Attraction exclut la compassion, l'altruisme (lire ci-dessous) car s'occuper des problèmes des autres c'est côtoyer le négatif.
- Il ne faut pas demander d'aide (par exemple en intégrant un groupe d'entraide).
- L'attente d'une réalisation à venir éloigne de la réalité présente.
- Les adeptes sont seuls responsables de ce qui leur arrive. Ainsi, même irréaliste, un projet non atteint est un échec personnel. Les autres, la nature, le hasard ne sont pas pris en compte.
- Vol de voiture, cancer, violence... tout malheur est attribué à l'adepte qui a forcément eu des pensées négatives. C'est un principe fondamental : vous n'attirez que les choses auxquelles vous avez pensé. Il ne faut donc pas être désolé pour les personnes auxquelles il arrive des malheurs.
- Chaque personne crée chacune de ses expériences. Selon Esther Hicks, « Nous contrôlons totalement notre santé tout au long de notre vie. Il n'y a pas d'accident. » Son mari, Jerry Hicks est mort d'un cancer en 2011...

- Selon ses tenants, la Loi de l'Attraction est parfaite, c'est l'homme qui ne l'est pas. Grâce à elle, tout est possible même atteindre la perfection.

Il souligne enfin que les précurseurs qui publient les succès de la méthode... en publient rarement les échecs.

Mise en garde

Cette loi est considérée comme dangereuse car elle laisse croire aux personnes que les miracles peuvent arriver si on les souhaite vraiment ce qui peut entraîner un sentiment de culpabilité chez les personnes les plus vulnérables.

Selon la journaliste Esmâ Anemon Dil, les maladies graves telles que le cancer sont présentées de façon simpliste et entièrement liées au mental.

Jean-Charles Condo et Natacha Condo-Dinucci, remarquent que Rhonda Byrne incite ses adeptes à ne pas s'exposer à des pensées « nocives » en leur suggérant, par exemple, de fuir les malades, les obèses et les pauvres (ils sont responsables de leur sort puisqu'ils n'en ont pas suffisamment désiré un autre !).

De même, il leur faut fuir ceux qui ne pensent pas comme eux, pour éviter de se faire contaminer. Neil Farber a observé que, pour les adeptes, remettre en question la validité de la Loi de l'Attraction s'apparente à de l'hérésie, du blasphème.¹

La Loi de l'Attraction les incite même, ajoutent les Condo, « à démissionner de leur devoir de citoyen » et « à se désintéresser totalement de l'état du monde » en ne s'informant plus.²

Pour Normand Baillargeon et Louis Dubé, préfaciers de l'enquête des Condo, tout le propos de Byrne témoigne d'un individualisme et d'un consumérisme exacerbés.

Wallace Wattles a écrit : « Ne parlez pas de la pauvreté ou ne vous en préoccupez pas. Ne passez pas votre temps dans des œuvres de charité ou dans des mouvements de charité, toute charité ne fait que perpétuer la misère qu'elle vise à éradiquer. » Et « Intéressez-vous à la richesse. »

Rhonda Byrne dans *The Secret* va encore plus loin : « Si vous voyez des personnes en surpoids, ne les regardez pas... Si vous pensez ou parlez à des maladies, vous tomberez malade. » « Évitez les professions d'aide ou de santé telles que médecin, infirmière, membre du clergé, psychologue, officier de police, ambulancier, etc. Évitez les professions dans lesquelles vous traitez avec des personnes pauvres telles que comptable, courtier en hypothèques, banquier, avocat, etc. »



1 <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/the-blame-game/201609/the-truth-about-the-law-attraction>

2 <https://www.ledevoir.com/opinion/chroniques/195625/essais-quebecois-pour-en-finir-avec-le-secret>