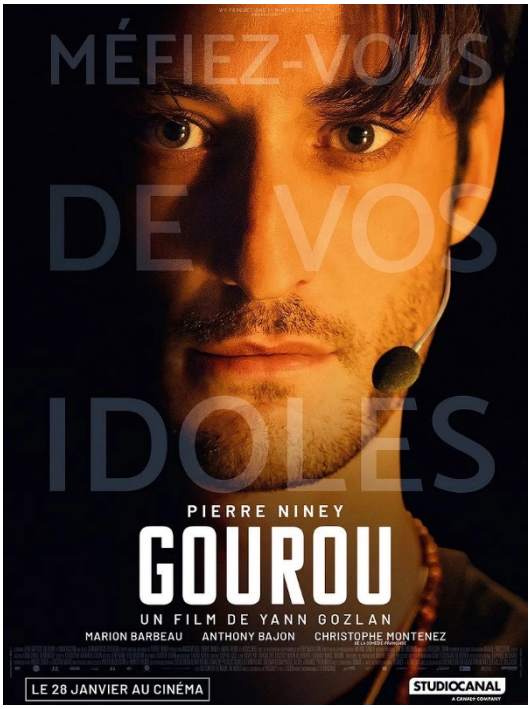
GOUROU

Film français de Yann Gozlan
Avec : Pierre Niney, Marion Barbeau, Anthony Bajon, Christophe Montenez
Durée : 2h06mn
Genre : Drame – Thriller psychologique
Public : Adulte – Grands adolescents
Sortie en salle : 28 janvier 2026



L'histoire / Synopsis :

Matt est le coach en développement personnel le plus suivi de France. Dans une société en quête de sens où la réussite individuelle est devenue sacrée, il propose à ses adeptes une catharsis qui électrise les foules autant qu'elle inquiète les autorités. Sous le feu des critiques, Matt va s'engager dans une fuite en avant qui le mènera aux frontières de la folie et peut-être de la gloire...

Intérêt :

Une plongée en enfer versus « Magnifique Humanité » (encyclique du pape Léon XIV).
L'importance des paroles dans l'emprise collective

Quelques pistes pour travailler en groupe

1- Tracer l'itinéraire de chacun des personnages – Matt, Adèle, Julien … Repérer les points de bascule dans leur évolution.

2- Identifiez les mécanismes de manipulation en analysant en particulier la première séquence du film (8 min) avant l'apparition du titre.

3- Quel est l'impact des techniques employées ? (mise en scène, réseaux sociaux…)

4- Quelle est la portée des paroles prononcées ? Y-a-t-il des références religieuses ?

5- *« L'amour ne te sauvera pas »* dit Matt, quelle résonance pour nous chrétiens ?

6- Comment interpréter la fin du film ? Vous, spectateurs sortez-vous indemnes de ce film ?

Quelques éléments de réponse :

1- Itinéraires

Matt : semble passer d'un business bien rodé à une folie ambitieuse personnelle. Il s'exprime en 'Je' et développe un culte de la personnalité. Mais il est lui-même sous influence d'un gourou américain. Dans sa vie privée, on le voit faire du sport (sa chute en jogging serait-elle symbolique de ce qui va advenir ? le rameur est-il une métaphore de ses difficultés personnelles ?)

Nous sommes aussi témoin de mensonges et ses conséquences par rapport à son frère. Matt est lui-même manipulé par son chauffeur. La question de la réussite personnelle est posée. Matt n'a pas fait d'études et lutte contre la parlementaire qui voudrait mettre en place un diplôme d'état en vue de lutter contre les dérives sectaires.

Matt a un côté narcissique qu'il développe et qui le mène vers la paranoïa.

Adèle : accompagne en régie son compagnon, assure une certaine forme de coaching, mais perçoit une dérive qu'elle ne formule pas. Elle participe au début, au marketing des séminaires, mais peu à peu va s'éloigner de Matt jusqu'à le quitter. La bascule se fait quand Matt l'a fait venir sur scène.

Julien : est entendu et s'accroche au gourou qui semble l'avoir sauvé jusqu'à l'acte de folie suicidaire. C'est une victime ; en fait c'est un pion, dans l'entreprise du coach, considéré comme client qui fait gagner de l'argent.

Rôle du frère : la mort du frère est un déclencheur de la déchéance de Matt.

2- Mécanismes d'emprise

L'itinéraire de chaque personnage montre que le phénomène d'emprise est insidieux. Les slogans du début de film sont acceptables par tous. Ils valorisent une question de société bien en vogue : le bien être personnel. *« C'est vous et vous seul qui allez programmer votre univers mental »*, Puis tout se complexifie progressivement. Lors des séminaires, les personnes interpelées sont contraintes de prendre la parole en public. Elles sont vulnérables car en situation de mal-être, au prise avec des difficultés personnelles. Elles ont besoin de croire en quelque chose qui va les aider. C'est cela qu'exploite le gourou. Est-ce humain ?

Les rencontres même deviennent progressivement dérangeantes.

Adèle, par exemple, semble se questionner à plusieurs reprises. Pourtant elle met en scène les interventions de Matt.

Matt dispose de toute une équipe autour de lui sans laquelle le fruit de chaque show ne serait pas possible. (suivi à l'oreillette pour guider dans la salle). La question éthique se pose de savoir quand en équipe, il s'agit de manipulation ou de business.

Dérive sectaire : quand l'argent entre en jeu (les sommes dépensées par les participants aux séminaires sont évoquées), l'image de façade ne tient plus et les évènements dramatiques s'enchainent, faisant monter la pression de toute l'entreprise de Matt.

A propos de la première séquence du film les 8 min avant le générique : on voit des gens de tous âges. Amour, écoute, émotion sont mis en avant. Mais des images en plongée viennent dominer l'assemblée présente. *« Ta volonté est plus forte que ton passé »* La manipulation est déjà là.

La définition du coaching comme art de l'accompagnement est interpellante.

3- Mise en scène

Elle touche le déroulé des séminaires (lumière, sons forts pour impressionner…) mais aussi les petits actes de la vie quotidienne qui contribuent à l'apparence du gourou. On voit à plusieurs reprises la lumière bleue d'un appareil qui sert à blanchir les dents. Il est coaché dans son sport. Il prend des bains glacés. Il s'autoalimente dans sa façon de vivre.

L'impact des réseaux sociaux est questionné. Son audimètre est un engrenage sans fin. Mais cela « coince » avec Julien. Dans la rencontre Julien est debout, Matt est assis ; inversion des rôles. Cela va entrainer le premier échec de Matt ; comme il capte les personnes par son regard, Julien va noircir les yeux de Matt sur l'affiche.

Le rythme du montage s'accélère pour nous faire entrer dans cette spirale de folie.

4- Portée des paroles

Le film met vraiment à l'honneur la parole. Des phrases percutantes pour une motivation positive sont répétées. Prises séparément, elles pourraient sembler anodines. Aucun fondement scientifique ne vient soutenir les propos.

« Faire du monde votre monde', Ce que tu veux, c'est ce que tu es »,

L'attitude de Matt vis-à-vis de son frère interroge le rapport vérité/mensonge. Il l'achète !

Les mots peuvent tuer : le suicide de Julien ; la mort du frère suite aux échanges avec le chauffeur.

Quelle place pour le silence et donc la liberté ?

5- Question de salut ?

Comme chrétiens, nous croyons en la force de la parole divine. Notamment lors de la Création, la parole de Dieu est dite performative. Quelles différences avec la parole du gourou ? On pourra interroger le rapport à la liberté, le rapport à l'amour.

Dans le film, l'amour est mis en avant mais jamais le rapport aux autres. Il n'y a qu'un éloge de la force individuelle. *« L'amour ne te sauvera pas ».* Les paroles même du gourou sont antiévangéliques donc nient l'humanité. Comment cela est-il possible ? Par exemple à partir des scènes montrant un public incapable de réaction et laissant souffrir l'un des leurs ?

Plus largement, un écho peut être fait avec les abus spirituels et le travail de vérité en cours dans l'Eglise.

6- La fin du film

« Je sais pourquoi vous êtes là » Dernière phrase de Matt arrivé hagard sur la scène à côté de son mentor américain.

Il a bu, pris des médicaments… Il n'est plus lui-même. Va-t-il continuer ou bien va-t-il être lâché par le coach américain ?

Comme il le clame dans ses séminaires, au nom du développement personnel, peut-il s'en sortir seul ?

A chacun son interprétation et d'exprimer son ressenti.