

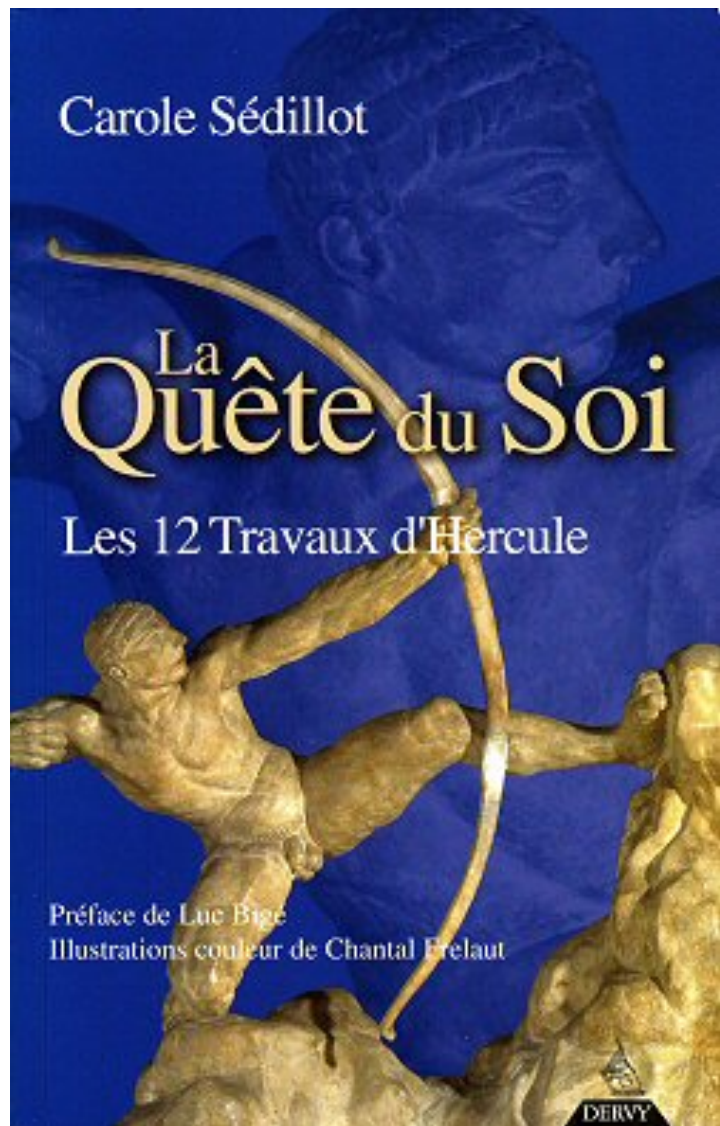
# La Quête du Soi - Les 12 Travaux d'Hercule

Carole Sédillot

L'objectif de cet ouvrage consiste à mettre en parallèle, d'une manière nouvelle et originale, l'aventure mythique d'Hercule et ses 12 Travaux avec le fonctionnement du processus d'individuation initié par Carl Gustav Jung.

La rencontre avec soi-même et son évolution s'accomplissent symboliquement par les épreuves, les affrontements et les victoires vécus par le héros, auquel chacun peut s'identifier. Jung a expliqué ce processus, menant à la réalisation du moi en Quête du Soi, en le juxtaposant avec, entre autres domaines, l'alchimie et le mandala.

La personnalité d'Hercule, demi-dieu qui gagne son immortalité, dans sa perspective humaine et divine, se prête à tout individu en recherche d'équilibre psychique et d'harmonie intérieure. Le parcours éprouvant qu'il choisit, en effectuant les 12 Travaux, reflète sa volonté de vivre l'expérience intime de la découverte du moi profond par la confrontation avec sa part la plus obscure, révélatrice des contenus inconscients.



La structure, les lieux, les animaux, les adversaires et les types de combats exposés dans les 12 Travaux s'associent étonnamment avec les concepts jungiens : persona, ombre, anima-animus, Soi... et offrent la possibilité de porter un regard différent sur l'épopée du héros et sur son objectif.

De l'Antiquité à aujourd'hui n'ont changé que les formes de restitution de ces aventures hautes en couleur et faussement rocambolesques. En puisant dans le fond ancestral et immuable de ces récits, cet ouvrage révèle comment Hercule, toujours vivant, incarne dans ce troisième millénaire la modernité de son époque, dans son comportement face aux événements du quotidien.

Ainsi l'ordinaire puise dans l'extraordinaire pour quitter la banalité des lieux et des êtres dévoilant en chacun et de chacun, un être unique à part entière : Hercule. (4eme de couverture)

(Éditions Dervy - 285 pages)

## **Carole Sédillot**

Après une formation en psychologie générale et jungienne, en pédagogie et à la relation d'aide, Carole Sédillot fonde le Centre Astr'Évolution à Paris où elle enseigne l'étude du symbolisme et de la mythologie.

### **Autres ouvrages :**

- ▶ABC de la psychologie jungienne
- ▶ABC du symbole
- ▶Jeu en Enjeu de la psyché