



Jung, animus, anima, Po et Hun



par Alain Gesbert
Juin 2004

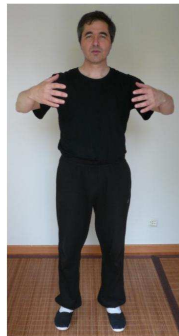
☯ En **médecine traditionnelle Chinoise** (et dans ces applications, comme le **Shiatsu** et l'**acupuncture**) il n'est pas toujours simple de comprendre ce que l'on appelle les entités psychiques comme **Shen, Hun** et **Po**.

☯ La tradition indique que le terme **Shen** peut avoir différents sens et, pour les sages chinois, il est, au moins, utilisé dans deux contextes différents.

Premièrement, **Shen** indique l'ensemble des facultés mentales qui sont en relation avec la fonction du Cœur et de son méridien associé. Dans ce sens là, le **Shen** correspond à l'esprit.

Deuxièmement, **Shen** s'utilise aussi pour évoquer toute la sphère des aspects émotionnels, mentaux et spirituels de l'être humain (que nous allons expliciter ci-après). Dans ce sens, il n'est pas seulement associé au Cœur, mais il englobe tous les phénomènes émotionnels, mentaux et spirituels associés à tous les autres viscères (de nature yin). Il englobe les « âmes » (faute d'une traduction plus correcte) que l'on va expliciter ci-après.

☯ Chacun des 5 viscères Yin est associé à un aspect mental précis.



Dans les écrits de médecine traditionnelle chinoise, nous découvrons ce que l'on appelle, aujourd'hui, les « entités psychiques » (en relation avec les organes).

☯ Nous ne traiterons ici que de **Hun, Po** car les écrits de **Carl Jung** nous permettent de mieux comprendre les concepts chinois et leurs applications en psychologie.

▶ L'âme éthérée (**Hun**)

Cette âme éthérée (**Hun**) correspond assez globalement à notre concept occidental « d'âme ». Selon d'anciennes croyances chinoises, elle entre dans le corps à la naissance. Elle est éthérée par nature, par opposition à l'**âme corporelle (Po)** qui est physique et **Hun** survit au corps après la mort ; elle retourne alors à un monde d'énergies subtiles et immatérielles. **Pour les sages chinois l'âme éthérée (Hun)**

influence notre faculté à organiser notre vie et à lui trouver un sens. Lorsqu'une personne souffre de confusion mentale et que sa vie n'a plus de sens, on peut la comparer à une âme éthérée qui erre sans but dans l'espace et le temps.



▶ L'âme corporelle (Po)

☯ L'âme corporelle représente, en fait, un aspect très physique de « l'âme », la partie indissociable du corps. A la mort, elle retourne à la terre. Le concept chinois « d'âme » englobe donc les deux notions : une âme éthérée et une âme corporelle.

☯ Par suite de sa relation avec la fonction poumon, l'âme corporelle entretient une relation étroite avec la respiration. Les grecs de l'antiquité appelaient l'âme, **anima**, ce qui veut également dire « vent ou souffle vital » et l'esprit, **pneuma**, ce qui veut également dire « souffle ». L'âme corporelle, qui réside au poumon, est, pour les Chinois, la manifestation même du souffle de la vie.

☯ Sur le plan émotionnel, l'âme corporelle est directement affectée par des émotions telles que la tristesse ou le chagrin, qui répriment ses sentiments et bloquent ses mouvements. Comme l'âme corporelle « réside » au poumon (et est en relation avec le méridien poumon), ces émotions ont des effets puissants et immédiats sur la respiration, que l'on peut considérer comme le battement de l'âme corporelle.



☯ D'après la médecine traditionnelle chinoise, le **Shen** (l'esprit) regroupe en lui : l'âme éthérée (**Hun**), l'âme corporelle (**Po**), la volonté (**Zhi**), la pensée (**Yi**) et l'idéation. Le **Shen** renvoie à l'ensemble des aspects mentaux et spirituels de l'être humain : cela correspond plus précisément à la vie pouvant s'exprimer au niveau du corps et du domaine spirituel.

Ce que nous venons de développer est assez classique dans la tradition chinoise.



▶ Pour mieux comprendre ce qui se cache derrière le **Hun** et le **Po**, au niveau psychologique nous allons, pour la suite de cet article, nous aider des écrits et d'expérience de **Carl Gustav Jung**.

👤 Le sinologue et érudit **Richard Wilhelm** (auteur du livre des transformations) traduit **Houen (Hun)** par **Animus**.

Si l'on se place sur le plan psychologique, **Jung** confirme la validité de cette approche.

👤 « Houen signifie donc génie des nuages, une « âme de souffle supérieure », dépendante du principe Yang et par conséquent masculine. »

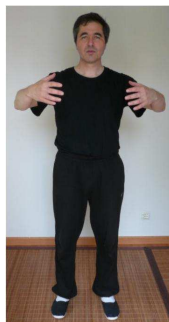
C.G. Jung « Commentaire sur le mystère de la Fleur d'or », Albin Michel, 1971.

▶ **Animus = Hun** (entité psychique en relation avec le méridien de la fonction du Foie).

▶ Et l'Anima ?

« Une exploration attentive montre que chez l'homme le caractère affectif revêt des traits féminins. C'est de ce fait psychologique que découlent la doctrine chinoise de « Po » aussi bien que mon concept d'anima »

C.G. Jung " Dialectique du moi et de l'inconscient ", Idées / Gallimard, 1973



👉 **Anima = Po**, l'âme dite corporelle, en relation avec le méridien de la fonction des Poumons.

👉 **Anima et animus ?**

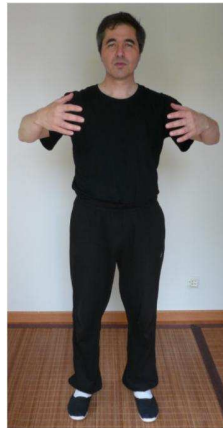
🌐 « L'**anima** est **féminine** ; elle est uniquement une formation de la **psyché masculine** et elle est une figure qui compense le conscient masculin.

🌐 Chez la **femme**, à l'inverse, l'élément de compensation revêt un **caractère masculin**, et c'est pourquoi je l'ai appelé **l'animus**. »

C.G. Jung " Dialectique du moi et de l'inconscient ", Idées / Gallimard, 1973

👉 (entité psychique en relation avec le méridien de la fonction du Foie).

👉 **Anima = Po**, l'âme dite corporelle, en relation avec le méridien de la fonction des Poumons.



👉 **Anima et animus ?**

🌐 « Pour décrire en bref ce qui fait la différence entre l'homme et la femme à ce point de vue, donc ce qui caractérise l'animus en face de l'anima, disons : alors que l'anima est la source d'humeurs et de caprices, l'animus, lui, est la source d'opinions ; et de même que les sautes d'humeur de l'homme procèdent d'arrière-plans obscurs, les opinions acerbes et magistrales de la femme reposent tout autant sur des préjugés inconscients et des a priori. »

C.G. Jung " Dialectique du moi et de l'inconscient ", Idées / Gallimard, 1973



▶ L'animus (Hun) est un être créateur

🌀 « ... l'animus est aussi un être créateur, une matrice, non pas dans le sens de la créativité masculine, mais dans le sens qu'il crée quelque chose que l'on pourrait appeler un logos spermatikos - un verbe fécondant. De même que l'homme laisse sourdre son oeuvre, telle une créature dans sa totalité, à partir de son monde intérieur féminin, de même le monde intérieur masculin de la femme apporte des germes créateurs qui sont en état de faire fructifier le côté féminin de l'homme.

🌀 C'est là l'origine de la "femme inspiratrice" qui, si elle est mal formée, recèle aussi en elle la possibilité de devenir la pire des viragos ... »

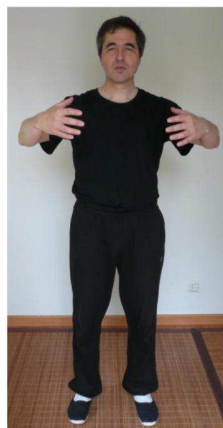
C.G. Jung " Dialectique du moi et de l'inconscient ", Idées / Gallimard, 1973

▶ L'anima (Po), élément féminin en chaque homme

🌀 « Au Moyen Age (note : en fait, en occident), bien avant que les physiologistes aient démontré que notre structure glandulaire confère à chacun de nous des éléments à la fois mâle et femelle, un dicton voulait que « chaque homme porte en lui une femme ». Et c'est cet élément féminin dans chaque homme que j'ai appelé l'anima.

🌀 Cet aspect féminin est essentiellement une certaine façon, inférieure, qu'a l'homme de se rapporter à son entourage, qu'il cache aux autres tout autant qu'à lui-même. Même lorsque la personnalité visible d'un individu paraît normale, il se peut qu'il dissimule aux autres et à lui-même cette "femme qu'il porte en lui" et dont l'état est quelquefois déplorable. »

C.G. Jung " L'homme et ses symboles ", Robert Laffont, 1964



▶ En résumé, au niveau de l'inconscient :

🌀 **Animus = élément masculin en chaque femme = Hun (entité psychique en relation avec le méridien de la fonction du Foie).**

🌀 **Anima = élément féminin en chaque homme = Po, l'âme dite corporelle, en relation avec le méridien de la fonction des Poumons.**

▶ Au niveau inconscient : « ... alors que l'anima (c'est à dire Po, l'âme corporelle, le Métal / élément féminin en chaque homme) est la source d'humeurs et de caprices, l'animus (c'est à dire, pour les Chinois Hun, l'âme éthérée, le Bois / élément masculin en chaque femme), lui, est la source d'opinions... »



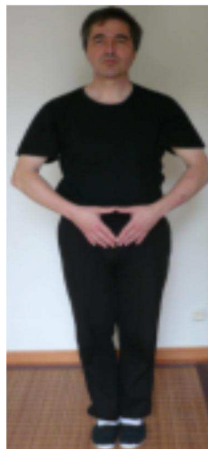
▶ Comment s'exprime l'anima ?

☺ Anima = élément féminin en chaque homme = Po, l'âme dite corporelle, en relation avec le méridien de la fonction des Poumons.

☺ « De quelle façon l'anima s'exprime-t-elle dans la vie spirituelle intime de l'homme ? C'est ce qui reste incompréhensible aux femmes. L'anima exprime en quelque sorte le désir. Elle représente certains désirs, certaines attentes.

☺ C'est pourquoi on la (l'anima) projette sur la personne d'une femme, à laquelle se voient attribuées certaines attentes, des attentes unilatérales, tout un système d'attentes. C'est une forme de l'anima. L'anima, chez l'homme, ressortit toujours à un système de relation. On peut même parler d'un système de relation érotique, alors que l'animus chez la femme ne représente absolument pas cela : il apparaît comme un problème intellectuel, un système de compréhension. L'anima représente un désir, une attente ou une certaine forme de l'attente. »

C.G. Jung " Sur l'Interprétation des rêves ", Albin Michel, 1998



▶ Plus d'informations sur l'animus :

☺ Qu'est ce que l'animus ?

☯ Animus = élément masculin en chaque femme = Hun (entité psychique en relation avec le méridien de la fonction du Foie).

☯ « L'animus est quelque chose comme une assemblée de pères ou d'autres porteurs de l'autorité, qui tiennent des conciliabules et qui émettent ex cathedra des jugements "raisonnables" inattaquables. Mais, à y regarder de plus près, ces jugements prétentieux sont pour l'essentiel un amoncellement de mots et d'opinions qui se sont accumulés dans l'esprit de la petite fille, puis de l'adolescente depuis l'enfance, et qui, recueillis, choisis et collectionnés peut-être inconsciemment, finissent par former un canon, une espèce de code de vérités banales, de raisons et de choses "comme il faut". »



☯ Cette codification du raisonnable correspond donc à une réserve de préjugés ; et dès qu'un jugement conscient, compétent et valable manque (ce qui, dans les complications de la vie, est souvent le cas), il y est fait appel comme à un arsenal inépuisable d'opinions disparates où l'on trouvera celle qui semblera convenir à la situation donnée. Ces opinions apparaîtront, tantôt sous forme de ce qu'il est convenu d'appeler le bon sens, tantôt sous forme de principes, emblèmes de l'éducation reçue.

☯ Et la femme dira par exemple : "C'est ainsi que cela s'est fait depuis toujours", ou encore : "Mais tout le monde dit que ...". »

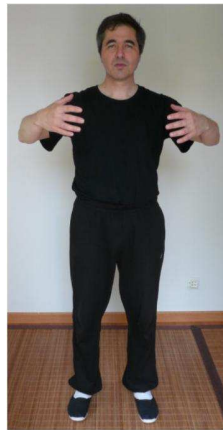
C.G. Jung " Dialectique du moi et de l'inconscient ", Idées / Gallimard, 1973

👉 Les opinions de l'animus

☯ Animus = élément masculin en chaque femme = Hun (entité psychique en relation avec le méridien de la fonction du Foie).

☯ « Les opinions de l'animus ont très souvent le caractère de convictions solides, qui ne sont pas faciles à ébranler ou de principes d'allure intouchable, de valeur apparemment infaillible. Si nous soumettons ces opinions à l'analyse, nous nous heurtons tout d'abord aux préjugés inconscients qui les motivent et qu'il nous faut inférer : je veux dire que la femme sent et pense les opinions acerbes qu'elle émet comme si ces préjugés existaient réellement. En réalité, ces opinions ne sont ni motivées, ni le fruit d'un acte de pensée ; elles existent toutes faites, comme préfabriquées et prêtes à la consommation ; elles sont présentes dans l'être mental de la femme, qui les formule et les répète parce qu'elles ont dans son esprit un tel caractère de réalité et une telle force de conviction immédiate qu'elle n'est même pas effleurée par l'idée de les soumettre à la possibilité d'un simple doute. »

C.G. Jung " Dialectique du moi et de l'inconscient ", Idées / Gallimard, 1973 p 181.

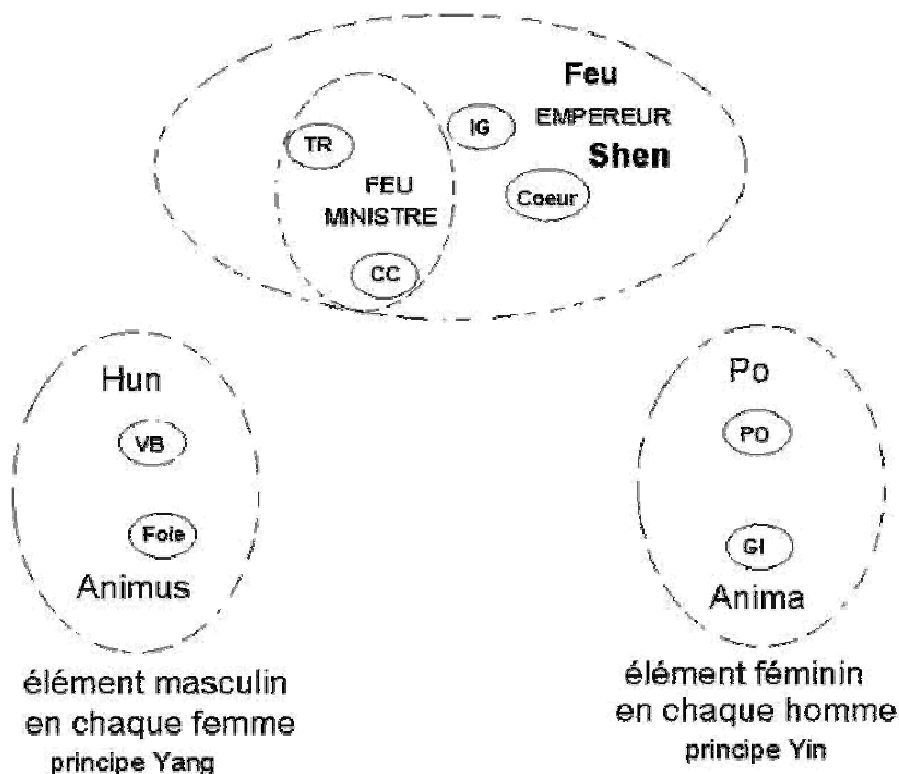


👉 Approche orientale

🌐 « Etant donné que l'esprit occidental se place uniquement au point de vue du conscient, il lui faut définir l'anima de la façon que j'ai précisément adoptée. Mais l'Orient, qui se place au point de vue de l'inconscient, regarde à l'inverse le conscient comme un effet de l'anima. Il ne fait aucun doute qu'à l'origine le conscient procède de l'inconscient. C'est ce à quoi nous pensons trop peu et c'est la raison pour laquelle nous multiplions les tentatives en vue d'identifier totalement la psyché à la conscience ou tout au moins pour faire de l'inconscient un dérivé ou un effet de la conscience. »

C.G. Jung « Commentaire sur le mystère de la Fleur d'or », Albin Michel, 1971.

👉 De manière graphique, nous avons, en résumé :



🌀 En espérant que ces notions d'**Anima** et d'**Animus** vous aient éclairés pour plus de compréhension du **Hun** et du **Po** (au niveau psychologique)...

N'hésitez pas à nous **contacter** pour plus de précisions

Alain Gesbert



👉 En résumé, au niveau de l'inconscient :

🌀 **Animus** = élément masculin en chaque femme = **Hun** (entité psychique en relation avec le méridien de la fonction du Foie).

🌀 **Anima** = élément féminin en chaque homme = **Po**, l'âme dite corporelle, en relation avec le méridien de la fonction des Poumons.

👉 Au niveau inconscient : « ... alors que l'anima (c'est à dire Po, l'âme corporelle, le Métal / élément féminin en chaque homme) est la source d'humeurs et de caprices, l'animus (c'est à dire, pour les Chinois Hun, l'âme éthérée, le Bois / élément masculin en chaque femme), lui, est la source d'opinions... »

👉 Contact



Auriculo - Shiatsu Yin
Ostéo japonaise et Pouls Nogier
Relaxation - Rêves éveillés - Enfant Intérieur
<http://www.alaingesbert.fr>
Tél.: 01 64 91 26 57