

Les complexes

Nature des complexes

« C'est l'image émotionnelle et vivace d'une situation psychique arrêtée, image incompatible, en outre, avec l'attitude et l'atmosphère consciente habituelles ; elle est douée d'une forte cohésion intérieure, d'une sorte de totalité propre, et, à un degré relativement élevé, d'autonomie : sa soumission aux dispositions de la conscience est fugace, et elle se comporte par suite dans l'espace conscient comme un *corpus alienum*, animé d'une vie propre.

Au prix d'un effort de volonté, on peut à l'ordinaire réprimer un complexe, le tenir en échec ; mais aucun effort de volonté ne parvient à l'annihiler, et il réapparaît, à la première occasion favorable, avec sa force originelle. »

C.G. Jung " [L'homme à la découverte de son âme](#) ", Petite Bibliothèque Payot, 1972
p 182.

Comment se manifestent t'ils ?

«... les complexes, en effet, se comportent comme des malins génies cartésiens ; ils paraissent se complaire à des espiègleries [...] ; ils vous mettent sur les lèvres juste le mot qu'il ne fallait pas dire ; ils vous subtilisent le nom de la personne que vous allez présenter ; ils causent un besoin incoercible de tousoter au beau milieu du pianissimo le plus émouvant du concert ; ils font trébucher sur sa chaise avec fracas le retardataire qui veut passer inaperçu ...»

C.G. Jung " [L'homme à la découverte de son âme](#) ", Petite Bibliothèque Payot, 1972 p 183.

Perturbations liées aux complexes

« Nous nous sentons comme possédés, nous ne sommes plus en mesure de gouverner notre propre vie. Nous nous laissons aller au gré de ces affects par trop impétueux.

C'est pourquoi les hommes évitent généralement de laisser s'exprimer leur âme instinctive, qui trouble leur adaptation au monde et peut même porter atteinte à leur réputation.

Le laisser s'exprimer peut se révéler extrêmement pénible, et c'est pourquoi nous évitons de lui laisser cette liberté. Mais une telle attitude nous conduit à vivre dans le provisoire et, déjà, dans l'exclusion.

Quand l'âme instinctive parvient à s'imposer à l'individu, elle lui fait subir toutes les pulsions possibles et le perturbe profondément. »

C.G. Jung " [Sur l'Interprétation des rêves](#) ", Albin Michel, 1998 p 81.

Le complexe d'infériorité

« ... au lieu de la folie des grandeurs, on est atteint de la " folie de la petitesse ". Le complexe d'infériorité est un signe typique d'inflation.

Il y a des petites souris invisibles et douces qui tyrannisent le monde. Elles souffrent, et tout le monde doit souffrir avec elles de l'inflation qu'elles subissent.

On peut aussi subir une inflation de façon négative, c'est-à-dire en allant presque jusqu'à mourir de cette petitesse. C'est comme de mourir de la folie des grandeurs. Personne n'est plus sensible que le sujet souffrant d'un complexe d'infériorité.

Il convient de se comporter vis-à-vis de ces individus comme s'ils étaient le pape en personne ; ils souffrent d'un complexe d'infériorité et le monde entier doit s'incliner devant eux, car il ne faut pas heurter le pauvre petit ver, pensez donc !

Le complexe d'infériorité peut se révéler aussi pénible que la folie des grandeurs. »

C.G. Jung " [Sur l'Interprétation des rêves](#) ", Albin Michel, 1998 p 214.

Se libérer des complexes par le rêve

« Les complexes jouent en effet le rôle de véritables trouble-fête, et il est tout à fait possible d'imaginer que l'inconscient lui-même ait pour mission de faire ressortir la fonction *naturelle* du rêve, et qu'il tente de nous *dégager* de la souricière des complexes.

Car le complexe constitue bien un piège. Par exemple, vous devisez tout à fait tranquillement avec une personne quand, subitement, vous effleurez son complexe : et voilà cette personne partie ! Cette personne, prisonnière de ses idées "stupides", se met alors à tourner en rond.

Les complexes inhibent et stérilisent l'homme, et le rendent monomane. Il est donc tout à fait raisonnable de supposer que la nature elle-même fasse tout son possible pour extraire l'homme de ce cercle vicieux. »

C.G. Jung " [Sur l'Interprétation des rêves](#) ", Albin Michel, 1998 p 41.

Transformation des complexes

« Le déroulement, tel un film à épisodes, les rebondissements successifs des incidents par lesquels s'expriment l'imagination vivante et l'imaginaire vécu, étalent les divers éléments dont est formé le complexe, démontent ses mécanismes et ses structures fines, et démontrent sa transformation progressive et la dissolution de son autonomie.

Cette transformation est le but de la confrontation du Moi et de l'inconscient. Si cette transformation ne se produit pas, l'inconscient conservera intégralement une puissance de conditionnement sur le conscient qui pourra aller jusqu'à entretenir et imposer des symptômes névrotiques, en dépit de toute analyse et de toute compréhension ; ou encore, il maintiendra un transfert contraignant et obsédant qui est tout aussi grave, gênant et préjudiciable qu'une névrose.»

C.G. Jung " [Dialectique du moi et de l'inconscient](#) ", Idées / Gallimard, 1973 p 193/194.