

## LA NOTION JUNGienne D'OMBRE

© <https://www.cairn.info/revue-cahiers-jungiens-de-psychanalyse>

Face à la douleur de la honte et de l'humiliation résultant de la reconnaissance des aspects haïssables et indésirables du soi, l'ombre est habituellement, dans un premier temps, abordée par le biais de la projection de ses attributs hors du soi. Les parties mauvaises du soi sont alors situées ailleurs, chez un ami, un parent, un amant, un conjoint ou un enfant. Ce faisant, l'ombre plonge dans les profondeurs de la personnalité, fuyant ainsi la lumière de la conscience, cherchant à passer incognito et hypothéquant la reconnaissance de la participation du soi à ce qui, de lui-même et pour lui, s'avère déplorable. Des profondeurs de l'inconscient, l'ombre se pavane en une parodie de rectitude, drapée dans sa parure morale, criant à son voisin, « Honte à toi ! », oublieuse du fait que ce qu'elle juge répréhensible chez l'autre réside en elle. Une telle disposition psychique engendre d'énormes points aveugles à propos de soi-même et de la réalité de l'autre. Dès lors que l'ombre est aux commandes, la reconnaissance de la réalité d'autrui est impossible. Un état narcissique prédomine.

La notion jungienne d'ombre est à envisager dans la perspective d'un mécanisme de clivage et de projection primaires, à travers lequel le soi cherche à se protéger de la douleur du traumatisme survenu alors qu'il s'avançait vers un autre et en fut blessé. L'effet de tels retraits relationnels se manifeste par « un isolement du sujet face à l'environnement.