

LA PSYCHOLOGIE DE JUNG

Par le docteur Cahen

Ce livre bien écrit et relativement facile à lire contient un panorama de la théorie de Jung sur l'Inconscient. Je ne peux qu'en conseiller la lecture : il est clair qu'on touche ici à l'essence même de l'homme. De plus l'intelligence de son auteur ainsi que son incroyable érudition forcent l'admiration. Le docteur Cahen, dans la préface, va jusqu'à considérer que le lecteur qui prend en main cet ouvrage devrait avoir un moment de recueillement.

Jung y expose sa théorie de l'Inconscient, la mettant parfois en opposition avec celle de Freud et d'Adler (Adler est, tout comme Jung, un dissident célèbre de Freud). La matière est ardue, on touche en effet à un domaine complexe et parfois cela nécessite un effort du lecteur. Il peut être utile de se procurer un ouvrage d'introduction (par exemple celui de Fordham. « Introduction à la Psychologie de Jung ») bien que l'ouvrage reste abordable et que lire directement dans le texte est plus gratifiant (surtout que Jung écrit bien).

Parmi les sujets traités il y a les types psychologiques. C'est Jung qui a introduit les notions d'introversion et d'extraversion qui sont maintenant tombées dans le domaine commun. Pour l'anecdote, il constate que notre société occidentale axée sur le matérialisme fait la part belle au type extraverti. Et aussi qu'il y a une tendance à la formation de couples mixtes, le conjoint introverti comptant sur le conjoint extraverti pour s'occuper de la partie pour laquelle il n'est pas à l'aise et inversement. Cela peut marcher pour une relation superficielle mais dès qu'il s'agit d'avoir une relation profonde cela coince : en effet les deux types ne se comprennent pas et se sous-estiment. Outre le type psychologique, chacun de nous utilise celle des 4 fonctions dans laquelle il se sent le plus à l'aise : sensation, sentiment, intuition, pensée. Toujours pour l'anecdote signalons que notre société ne laisse aucune place à l'introverti intuitif (autre que de devenir mystique dans une communauté religieuse). Les artistes sont souvent de type sensation extravertis.

Autre sujet passionnant, la distinction inconscient personnel et inconscient collectif. L'inconscient personnel est appelé ombre chez Jung, il contient nos tendances refoulées, par exemple parce que pas acceptables pour notre moi conscient. Comprendre cet aspect de nous-même et l'accepter est essentiel : sinon cela risque de ressortir violemment à un moment inopportun (cfr le chanteur de *Noir désir* ?). Jung explique aussi la notion très importante pour lui d'archétype : l'animus qui est la partie masculine chez la femme, l'anima qui est la partie féminine chez l'homme, l'ombre, le Soi... Autre sujet important : le processus d'individuation qui concerne en général les hommes arrivés au « midi » de la vie, un âge où les aspects de la personnalité jusqu'alors négligés devront être pris en considération. Le jeune homme va en effet favoriser la pulsion sexuelle et professionnelle, pulsions qui sont les plus utiles à ce stade, mais il risque de se trouver désorienté une fois ses objectifs atteints. Et encore : la thérapie (psychologie analytique), la religion, l'interprétation des rêves, ... Impossible de tout résumer ici.

En conclusion : il s'agit d'un ouvrage fondamental. Bien que tout à fait abordable pour le lecteur averti sa lecture nécessite un certain effort : en effet l'inconscient, domaine fascinant, est loin d'être simple. Certaines notions sont tellement importantes et intéressantes que je me demande vraiment pourquoi cela ne fait pas partie de l'enseignement de base de tous :

par exemple une compréhension des différences entre les types introverti et extraverti peut nous aider dans la vie de tous les jours. Il est évident que celui qui est prêt à faire l'effort ne va perdre son temps en lisant cet ouvrage.