
La thérapie jungienne, une voie de l'expérience religieuse

STEVE MELANSON

Résumé : La question du vécu de l'expérience religieuse est extrêmement importante dans la perspective du psychologue analyste Carl Gustav Jung. Selon lui, la guérison *exhaustive* en psychothérapie implique le recouvrement d'une « attitude religieuse conforme à soi-même ». Or, une telle attitude est toujours conséquente à une expérience religieuse intérieure vécue par l'individu. L'expérience religieuse est pour Jung une expérience de l'union des contraires de la psyché, que sont le conscient et l'inconscient. La voie qui achemine le patient ou la patiente vers cette expérience est une pratique favorisant les rapports entre son conscient et son inconscient. L'efficacité de cette pratique est régie par la loi de l'*énantiodromie*, loi qui décrit l'effet d'un revirement d'une réalité unilatérale dans son contraire lorsque l'on pousse celle-ci jusqu'à sa limite. Ainsi, en assumant son contraire qu'est l'inconscient, et l'« ombre » que celui-ci abrite, l'individu s'approche de la lumière de la guérison. C'est au sein de la noirceur du mal absolu que porte son ombre qu'il se rend disponible à l'expérience du « sens ».

Summary: The factual experience of religion is of the utmost importance in Carl Gustav Jung's view. According to the psychoanalyst, *comprehensive* psychotherapeutic healing requires the return to a "religious attitude consistent with the individual." Such an attitude is always consequential to an individual's inner religious experience. According to Jung, to experience religion is to undergo the union of the conscious and the unconscious, which lie at both ends of the psyche. The individual is led to this experience by a practice favouring the connection between the conscious and the unconscious. The effectiveness of this practice is governed by the law of *enantiodromia*, which describes the effect when a unilateral reality is pushed to its limit and reverses into its opposite. Thus, by assuming his or her unconscious, and the accompanying "shadow," the individual approaches the healing light. It is only when one is in the very darkness of the absolute evil carried by the "shadow" that the individual is open to the experience of "meaning."

Peu importe ce que le monde pense de l'expérience religieuse; celui qui l'a faite possède l'immense trésor d'une chose qui l'a comblé d'une source de vie, de signification et de beauté et qui a donné une nouvelle splendeur au monde et à l'humanité.

— C. G. Jung, *Psychologie et religion*

Steve Melanson (1966 rue du Skieur, Ste-Adèle, QC, J8B 2Y8) est étudiant au doctorat en sciences des religions à l'Université du Québec à Montréal.

Studies in Religion / Sciences Religieuses 31 / 2 (2002): 159-170

© 2003 Canadian Corporation for Studies in Religion / Corporation Canadienne des Sciences Religieuses

Dans les pages qui suivent, nous verrons à quel point l'expérience religieuse est centrale — et de quelle manière elle l'est — dans la thérapeutique du psychologue analyste Carl Gustav Jung (1875-1961). Cette question, chez l'auteur, est diluée dans toute son œuvre et est ainsi fort confuse. De même, elle est très souvent mal interprétée dans les champs des sciences religieuses et psycho-religieuses et le domaine psychothérapeutique. Il est donc urgent que ces spécialistes aient accès à une nouvelle présentation juste et succincte de ce qu'est le phénomène du vécu religieux dans la perspective de la thérapeutique jungienne.

Pour Jung, toute fin de la réalisation de l'individu humain, et par le fait même toute guérison *exhaustive* dépend de l'expérience religieuse. Nous disons « *exhaustive* » parce que Jung a reconnu que tous ses patients et patientes n'étaient pas appelés au même degré de « guérison ». Pour lui, chaque être humain a un destin différent et jamais un individu ne doit être poussé vers une conscience plus large que celle que sa nature nécessite. Néanmoins, l'état de la guérison exhaustive, de son avis, correspond à celui où l'être humain a retrouvé un sens profond (religieux) à sa vie. Or ce « sens » émerge toujours de l'expérience religieuse. Ainsi, l'expérience religieuse est centrale dans la psychologie analytique de C. G. Jung, non comme un but à atteindre absolument, mais en ce sens que sa vision et son approche thérapeutiques gravitent toujours, de près ou de loin, autour de celle-ci. C'est donc ce thème de la thérapeutique jungienne comme voie de l'expérience religieuse que nous allons explorer ici. Nous diviserons notre analyse en deux sections. Dans la première, nous verrons en quoi consiste chez Jung l'expérience religieuse et pourquoi elle est l'événement de la guérison *exhaustive*. Dans la deuxième section nous verrons en quoi consiste le processus psychique et thérapeutique que doit parcourir un individu pour se diriger vers ce type d'expérience.

1. L'expérience religieuse comme guérison

L'analyste zurichois aurait pu annoncer le projet définitif de sa thérapeutique avec le passage suivant :

De tous mes malades qui avaient franchi le seuil de la moitié de la vie, c'est-à-dire qui avaient plus de trente-cinq ans, il n'en est pas un seul dont le problème le plus profond n'a pas été constitué par la question de son attitude religieuse. Chacun dans ce lot de patients était malade, en dernière analyse, pour avoir perdu ce qu'une religion vivante avait de tout temps donné à ses adeptes, et aucun n'a été *réellement* guéri qui n'a pas recouvré en même temps une attitude religieuse conforme à lui-même, ce qui est, bien entendu, absolument sans rapports avec toute question de confession ou d'appartenance à une Église. (Jung 1993 : 286, nous soulignons.)

Que le religieux soit fort présent dans la pensée de Jung, cela est connu. Mais que toute sa thérapeutique ait le regard tourné vers le recouvrement d'une attitude religieuse, c'est ce qui n'apparaît pas de façon aussi évidente

lorsqu'on côtoie ses écrits. Or, quand il est question de savoir ce que Jung entend par « une attitude religieuse conforme à [soi]-même », cela se corse davantage. Tentons de comprendre.

À la question : « Croyez-vous en Dieu ? », Jung a un jour répondu : « Je n'ai pas besoin de croire, je sais » (Jung 1985 : 334). Cette réponse prend tout son sens lorsqu'on connaît le grand intérêt qu'avait Jung pour le gnosticisme, courant religieux qui s'est surtout développé parallèlement au christianisme des premiers siècles (Jung 1966 : 233-234 ; 1989 : 21-49). La pensée gnostique considère la foi comme un ersatz d'un *savoir* infus qu'elle nomme la gnose. De même, Jung dit : « Quand on parle de la *foi*, c'est qu'on a perdu le *savoir* » (Jung 1999 : 34). Cette « gnose » est toujours reçue comme un don de grâce (infuse) et opère instantanément le salut. Ainsi, elle ressort du domaine de l'expérience intérieure. Henri-Charles Puech, spécialiste du gnosticisme, définit de même la gnose comme une expérience intérieure d'illumination et de salut :

La gnose est une expérience ou [bien] se réfère à une éventuelle expérience intérieure, appelée à devenir état inamissible [lat. : *inamissibilis*, « qui ne peut être perdu »], par laquelle, au cours d'une illumination qui est régénération et divinisation, l'homme se ressaisit dans sa vérité, se ressouvient et reprend conscience de soi, c'est-à-dire, du même coup, de sa nature et de son origine authentique; par là, il se connaît ou se reconnaît en Dieu, connaît Dieu et s'apparaît à lui-même comme émané de Dieu et étranger au monde, acquérant ainsi, avec la possession de son « moi » et de sa condition véritables, l'explication de sa destinée et la certitude définitive de son salut, se découvrant comme être — en droit et de toute éternité — sauvé. (Puech 1978 : 190)

La gnose est une expérience intérieure, comme une vision (qu'elle est parfois), et ainsi elle donne une « *connaissance* » qui est certitude, autant qu'est « certitude » la « *connaissance* » qui provient de l'expérience sensible du monde extérieur. Or, c'est un tel type d'expérience de gnose et de rédemption qui définit ce que Jung entend par « expérience religieuse » (Jung 1964b : 129).

Pour Jung, quoiqu'elle puisse faire œuvre de rédemption, cette expérience de la gnose ne prouve pas pour autant l'existence d'un « Dieu métaphysique » : elle est une expérience psychique et ne peut être scientifiquement observée que sous cet angle. Toute expérience psychique consciente est, selon lui, le produit du contact de la conscience avec, soit le monde extérieur sensible, soit le monde intérieur de l'inconscient : « L'expérience psychique a deux sources : le monde environnant et l'inconscient. Toute expérience immédiate est psychique. Il y a l'expérience médiatisée par le monde physique (environnant) et l'expérience intérieure (spirituelle) » (Jung 1999 : 33). L'expérience religieuse est donc, pour lui, une expérience psychique intérieure immédiate dont la source connue est l'inconscient. Puisqu'elle se manifeste au sein de la psyché, Jung conclut donc qu'on peut affirmer, tout en respectant les limites de la science psychologique, qu'*au*

sein de la psyché existe et se manifeste avec efficacité une réalité religieuse. De même, ce n'est toujours *que* dans ces limites de l'observation et de la constatation psychologiques qu'il aborde cette réalité : « Je parle de l'image de Dieu [qui se manifeste au sein la psyché] et non de Dieu lui-même » (Jung 1999 : 209). Et puisque l'efficacité de cette image est source de guérison psychologique, le thérapeute ne doit pas faire comme si elle n'existait pas, ou comme si elle n'avait pas ce caractère religieux : « Je considère qu'il serait extrêmement malhonnête, dit Jung, et, même, pis encore, partial et stupide de la part d'un psychologue d'affirmer que l'image psychique de Dieu n'exerce pas une action puissante dans l'âme » (Jung 1999 : 188). Bref, lorsqu'il parle d'« expérience *religieuse* » ou de « *grâce* », ou lorsqu'il parle de « *Dieu* », jamais il ne prétend alors affirmer l'existence *ou la non-existence* d'une réalité métaphysique. Au contraire, la question de savoir si cette image de Dieu n'est *que* psychique ou si elle est aussi la manifestation d'une réalité métaphysique, pour Jung, d'une part, dépasse sans aucun doute les compétences de sa science et, d'autre part, est même inutile :

Il n'est plus nécessaire de prouver qu'il est des vécus qui sont des expériences religieuses. *Mais est-ce que le fondement de ces expériences est bien toujours réellement ce que la métaphysique ou la théologie humaine appellent Dieu ou les dieux ?* Voilà ce qui restera l'objet d'un éternel point d'interrogation. Mais cette question au fond est vaine et comporte d'elle-même sa réponse, de par la numinosité subjectivement bouleversante de l'événement vécu. Quiconque a vécu une telle expérience est comme « saisi » par elle et c'est pourquoi il n'est pas en état de s'abandonner à des considérations stériles d'ordre métaphysique ou de l'ordre de la théorie de la connaissance. Le sujet est possédé par l'expérience qu'il vient de vivre et n'a que faire des considérants. Ce qu'un être ressent comme étant ce qu'il y a de plus sûr, de plus immédiat, entraîne avec soi sa propre évidence et n'a que faire de preuves anthropomorphes. (Jung 1962 : 86, souligné dans le texte.)

Voyons maintenant ce que le psychologue zurichois entend par une « attitude religieuse conforme à [soi]-même ». Comme nous le disions, l'expérience immédiate religieuse est la source d'un savoir infus. Or, c'est ce genre de « savoir », cette gnose du « je sais », *découlant d'une expérience intérieure*, qui fait que « l'homme recouvre une attitude religieuse conforme à lui-même ». Ce que Jung entend par « attitude religieuse » est contenu dans sa définition du mot « religion ». Pour lui, « *religio* » est issu, non pas du *religare* (« relier ») de la patristique, mais de *religere*, qu'il définit comme « *le fait de prendre en considération, avec conscience et attention, ce que Rudolf Otto a fort heureusement appelé le numinosum, c'est-à-dire une existence ou un effet dynamique, qui ne trouve pas sa cause dans un acte arbitraire de la volonté* » (Jung 1958 : 17, souligné dans le texte). Plus loin il ajoute : « On pourrait donc dire que l'expression "religion" désigne l'attitude particulière d'une conscience qui a été modifiée par l'expérience du *numinosum* [l'expérience religieuse] » (Jung 1958 : 19, nous soulignons). Ainsi, pour Jung, la religion (« *religio* ») est l'attitude religieuse en elle-même : « une attitude d'observation attentive et de considération minutieuse de certains facteurs dynamiques, jugés par

l'homme comme étant des "puissances"...» (Jung 1958 : 18-19). Jung dit de cette attitude qu'elle est *conforme* à l'individu qui la recouvre car l'expérience qui la provoque, étant intime et intérieure, donc subjective et individuelle est, pour chacun, originale. L'*expérience religieuse*, reçue et vécue dans la conscience d'une individualité propre, rend conforme à cette dernière l'attitude qui en découle. Aussi, par conséquent, elle est indépendante des diverses confessions ou appartenances à une Église (mais elle ne les exclut pas nécessairement).

Puisque, pour chaque personne, elle est intérieure et intime, donc originale, l'expérience religieuse n'est jamais en soi un contenu particulier. Elle est plutôt, à sa source, ce que Jung nomme une « forme ». C'est-à-dire qu'elle est libre *a priori* de représentations, donc libre de l'attachement à une quelconque croyance particulière. Jung dit ainsi : « Un rationaliste bien pensant fera remarquer que [...] je remplace une honnête névrose par l'escroquerie d'une conviction religieuse. [...] Je dois faire remarquer que ce n'est pas une question de croyance mais d'*expérience* » (Jung 1958 : 198, souligné dans le texte). Et cette expérience ressort toujours du domaine de l'évidence de la gnose : « Qui pourrait parler de "credo" sous le coup d'une telle expérience [...], sachant combien la "foi" est superflue, quand on fait mieux [de] "savoir," quand l'expérience vous a même cloué au mur » (Jung 1999 : 23). Il n'y a pas de contenu dans la « forme de l'expérience », c'est donc la culture environnante qui, comme en second lieu, vient lui fournir ses contenus relatifs de représentation. Ainsi, certains individus identifieront davantage leur expérience à telle religion, d'autres à telle sagesse, *etc.* Et c'est en ce sens que Jung écrit qu'« une telle expérience prouvera, pour les uns, la vérité du Christ, pour les autres, la vérité du Bouddha, et cela jusqu'à la plus extrême évidence » (Jung 1970 : 28). La croyance vient alors se juxtaposer à la gnose.

Voyons maintenant pourquoi un tel type d'expérience est la source de la guérison exhaustive. En général, l'individu en analyse se trouve perdu dans le désordre de sa névrose. Au sein de ce chaos, il cherche un sens : « La psychonévrose [...] est une souffrance de l'âme qui n'a pas trouvé son sens » (Jung 1963 : 272). Or, selon Jung, le sens doit émerger de la matière même du chaos : « Le malade cherche ce qui l'empoigne et qui confère enfin au désordre, au chaos de son âme névrotique, une forme *qui ait un sens* » (Jung 1993 : 282, souligné dans le texte). Comme nous venons de le voir, cette « forme » qui a un sens et qui « empoigne le malade » est l'expérience religieuse. Elle « empoigne » parce qu'elle « comble d'une source de vie, de signification et de beauté » (Jung 1958 : 198), parce qu'elle transforme l'individu qui la reçoit en lui donnant un « savoir » de type gnostique. Selon Henri-Charles Puech, le savoir gnostique opérait aussi une quelconque guérison psychique :

La gnose n'est donc pas pure connaissance intellectuelle ou spéculative, enseignant les solutions théoriques de problèmes plus ou moins abstraits : elle est révélation effi-

ce, apportant avec soi la réponse concrète et globale aux questions nées de l'angoisse ou de l'inquiétude humaine, constituant par elle-même, par son avènement dans la conscience de celui qu'elle illumine, le dénouement d'une situation existentielle qu'elle a permis de percevoir et de déterminer avec plus de netteté et d'acuité. (Puech 1978 : 192)

Jung explique que le « sens » de l'expérience religieuse provient du fait qu'elle est la matrice de quatre grandes « vertus » — qu'il nomme *charismata* — à savoir la croyance, l'espérance, l'amour et la connaissance [entendre « gnose »]. L'être humain a besoin de ces quatre *charismata*, « faute de quoi [il est] la proie du non-sens » comme le mentionne Jung à propos d'une de ses propres expériences religieuses (Jung 1966 : 60). Or, le terme *charismata* est issu du grec *charisma*, dont la signification est « grâce, faveur ». De fait, Jung explique que l'expérience religieuse est une *grâce*. C'est la grâce qui donne à l'être humain la croyance, l'espérance, l'amour et la connaissance : « [Les quatre "vertus"] sont liées à une condition irrationnelle, soustraite à l'arbitraire humain, à savoir l'expérience vivante que l'on en fait » (Jung 1993 : 283). On ne peut donc produire volontairement l'expérience religieuse.

Mais puisqu'elle est involontaire, qu'elle est reçue comme une grâce, en quoi la psychologie analytique jungienne peut-elle aider l'individu à atteindre cet état de guérison exhaustive ? Jung répond qu'il « est des voies qui acheminent dans le voisinage des expériences » (Jung 1993 : 283) en question, c'est-à-dire qu'il existe des chemins que l'être humain peut parcourir et qui lui permettent de se rendre tout près du « lieu » ou du moment de l'expérience religieuse. Jung écrit : « Que l'on m'entende bien : il s'agit au mieux ou au pire de *rendre cette expérience possible* et non pas de l'assurer. [...] Car il y participe des facteurs que nous ne contrôlons pas » (Jung 1970 : 27-28, souligné dans le texte). Autrement dit, on peut certes se rendre disponible à l'expérience religieuse, mais son avènement (s'il advient) demeure toujours spontané et involontaire. Or, ces voies qui rendent la conscience disponible à l'expérience religieuse sont, pour Jung, celles de sa thérapie analytique. Ainsi, afin de bien comprendre ce qu'est la guérison thérapeutique par l'expérience religieuse, nous devons aborder la question du processus thérapeutique jungien qui doit y mener.

2. La voie menant dans le voisinage de l'expérience religieuse

Comme nous l'avons vu, on ne peut provoquer cette expérience, mais seulement favoriser sa possibilité. Or, la voie qui peut la favoriser correspond à un stade avancé et rare de la thérapie jungienne (Jung 1964a : 226). Voyons en quoi consiste ce processus.

L'expérience religieuse, telle qu'entendue par Jung, est toujours une expérience des contraires vécue par la conscience : « Tout ce qui est heurt des contraires émane de Dieu et l'exprime ; c'est pourquoi l'homme doit assumer ses contraires » (Jung 1964b : 128-129). Ces contraires que doit

assumer l'être humain, et qui s'unifient dans l'expérience religieuse, sont ceux de sa dualité conscient/inconscient, dualité qui constitue la psyché : « Il faut bien nous habituer à la pensée que le conscient n'est pas un "ici" et l'inconscient un "là". La psyché représente bien plutôt une totalité consciente-inconscient » (Jung 1971 : 521). Ainsi, la plus grande expérience que l'individu peut faire des contraires est l'expérience de l'unité de sa psyché. Jung nomme cette expérience *complexio oppositorum* (Jung 1980 : 177-193).

Dans l'expérience religieuse, le conscient s'expérimente nécessairement comme faisant partie d'une totalité qui le dépasse (la psyché). De plus, une telle expérience d'union avec l'inconscient (qui est le contraire du conscient) est vécue comme un contact avec le « Tout autre que soi » : « Le malade se trouve soudain confronté avec quelque chose qui jaillit de l'empire obscur de l'âme, qui n'émane pas du moi et qui partant est soustrait à tout ce que pourrait tenter l'arbitraire du moi » (Jung 1993 : 302). Ce « quelque chose » qui se soustrait à l'arbitraire du moi est ainsi perçu comme doué d'autonomie :

Tout se passe comme si, au point culminant de la maladie, les éléments destructeurs se transmutaient en éléments de salut. Cela se produit grâce au fait que ce que j'ai appelé *les archétypes s'éveillent à une vie indépendante, assumant la conduite de la personnalité psychique en lieu et place du moi incapable*, de ses volitions et de ses aspirations impuissantes. Un homme religieux dirait que Dieu a pris la direction. (Jung 1993 301, nous soulignons.)

Nous n'entrerons pas dans les détails de ce que Jung entend par « archétype », car cela nous ferait sortir des limites de cet article. Mais sachons à tout le moins que pour Jung, *grosso modo*, la psyché représente (est l'*archétype* de) la totalité et qu'*elle est expérimentée* comme telle. Par l'expérience religieuse, le conscient se découvre donc comme faisant partie d'une totalité qui le dépasse, qui est autonome, *et qui le dirige*.

Pour Jung, la numinosité d'une expérience est toujours le résultat de la confrontation du conscient avec une telle « autonomie » émanant de l'inconscient (le caractère numineux équivaut à cette autonomie : Jung 1982 : 356), et c'est ce qui donne à une telle expérience sa texture religieuse (au sujet du rapport entre le religieux et le numineux, voir la section 1).

Selon Jung, le « centre » à partir duquel la psyché assure alors la conduite de la personnalité est inconscient, inconnu et inconnaissable. Or, puisque qu'il est inconnu et inconnaissable, nous ne pouvons rien en dire, outre qu'il se manifeste dans la psyché. N'est-il *que* psychique ou est-il aussi l'expression d'une réalité « divine » métaphysique ? Comme nous l'avons vu, du point de vue psychologique, selon Jung, rien ne permet de trancher la question.

Voyons maintenant quelle est la voie qui favorise la possibilité de l'union des contraires psychiques. Pour qu'un individu puisse se rendre disponible à l'expérience religieuse, il doit favoriser les rapports entre son conscient et

son inconscient. Ainsi, les premiers pas de la méthode jungienne sont identiques à ceux de l'approche psychanalytique en général, laquelle porte une attention constante au monde onirique. Mais pour ceux et celles qui doivent s'acheminer sur la voie qui mène dans « le voisinage de l'expérience religieuse », l'attention aux rêves ne sera pas suffisante. À propos de ces *rare*s individus, Jung dit : « Je constate simplement qu'il existe certains cas de patients dont le développement psychologique suit une voie de cette sorte, non point, d'aventure, parce que j'y amène ou y contrains le malade, mais, tout simplement, parce que son évolution inattendue procède et découle de ses nécessités intérieures » (Jung 1964a : 226). Cette voie n'est pas simple ; elle est même dangereuse, car elle met l'individu en contact avec les éléments efficaces constitutifs de la psychose. C'est pourquoi il est nécessaire qu'il l'entreprenne sous les auspices d'un thérapeute qualifié. Et c'est aussi pourquoi il est impératif d'insister sur le fait que Jung n'a jamais affirmé qu'il fallait à *tout prix* acheminer un adulte vers l'expérience religieuse. Une telle expérience est certes conçue comme la *fin idéale* de la guérison psychologique d'un individu adulte, mais elle ne justifie surtout pas tous les *moyens*. Bien au contraire, de l'avis de Jung, la plupart des hommes et des femmes ne doivent pas s'approcher d'une telle expérience car, chez l'être qui n'a pas la solidité psychique suffisante pour l'accueillir, elle n'agira pas comme une grâce salvatrice mais comme un raz-de-marée submergeant sa conscience et emportant tout avec lui. À l'écrivain, philosophe et pédagogue suisse Walter Corti, Jung écrivait : « Plus Dieu est proche, plus le danger est grand. Dieu veut naître dans la flamme toujours plus haute de la conscience humaine. Et si celle-ci ne plonge pas ses racines dans la terre ? Si ce n'est pas une maison de pierre capable d'abriter le feu divin, mais une misérable hutte de paille qui prend feu, se consume dans les flammes et disparaît ? Dans ces conditions, Dieu a-t-il pu naître ? Il faut pouvoir supporter Dieu » (Jung 1999 : 22). De tels éclaircissements s'imposent, d'une part, afin que l'on comprenne bien qu'il ne s'agit pas ici d'une recette thérapeutique infaillible applicable à toutes les situations et, d'autre part, parce que tout intervenant ou intervenante qui traite avec la psyché doit connaître l'extrême prudence qu'exige sa tâche. Le danger de la psychose étant considéré, le conseil suivant de Jung ne saurait être trop médité : « Il ne devrait pas se passer de jour sans que le psychothérapeute se rappelle humblement qu'il a encore tout à apprendre » (Jung 1980 : 119).

Nous disions donc que, pour ceux et celles qui s'acheminent sur la voie de l'expérience religieuse, l'attention aux rêves ne peut suffire pour favoriser les rapports entre le conscient et l'inconscient. L'individu doit maintenant descendre en lui, *consciemment*, et entrer *consciemment* en rapport avec ses contenus inconscients. C'est ce dont traite essentiellement le livre *Dialectique du moi et de l'inconscient* (Jung 1964a). La « dialectique du moi et de l'inconscient » opère l'harmonisation des tendances du conscient avec celles de l'inconscient. Jung nomme l'effet de cette harmonisation, la « *fonction transcendante* » (Jung 1990 : 145-178). Il appelle la voie que l'individu entre-

prend pour réaliser cette harmonisation, « *imagination active* ». Et il qualifie le processus qui y est vécu d'« *individuation* ».

L'imagination active concerne le « rêve éveillé », ce que Jung nomme « fantasme ». Le fantasme est donc identique au déroulement d'un rêve, mais celui-ci étant vécu dans la conscience éveillée plutôt que dans le sommeil. Ceci étant dit, nous pouvons définir l'imagination active comme l'exercice intérieur de prendre part, consciemment et activement, au déroulement du fantasme : « [L'individu] qui en est le théâtre et l'[acteur] y participe activement » (Jung 1964a : 221). Cela implique que le moi conscient agisse comme sujet à part entière dans les scénarios (images, paroles, *etc.*) des fantasmes qui surgissent en lui. À la suite des expériences d'imagination active, l'individu doit les traduire au moyen d'une quelconque voie artistique, puis tenter d'y discerner un minimum de compréhension intellectuelle (avec l'aide du thérapeute, bien sûr) (Jung 1990 : 145-178).

Ce processus pourrait sembler puéril, mais il est en soi une réelle pratique qui nécessite un travail intérieur assez difficile : « Ces perceptions visuelles au cours de l'imagination active exigent, en général, pour être perçues, un entraînement déjà assez poussé » (Jung 1964a : 223). Le processus pourrait aussi sembler banal, mais Jung nous assure de son efficacité : « Les fantasmes de l'inconscient agissent ! » (Jung 1964a : 211-212). Or, cette efficacité de l'imagination active consiste précisément en l'harmonisation des tendances du conscient avec celle de l'inconscient (fonction transcendante) : « Du fait de sa participation active, le sujet se mêle aux processus inconscients et il en devient détenteur en se laissant pénétrer et saisir par eux. Ainsi, il relie en lui les plans conscients et les plans inconscients » (Jung 1964a : 225). La proximité, l'harmonisation des contraires conscient/inconscient favorisent, pour ainsi dire, leur possibilité d'union. C'est donc par la voie de l'imagination active que l'être humain peut se rendre davantage disponible à l'expérience de l'union des contraires en lui, c'est-à-dire à l'expérience religieuse.

Plus haut, nous citons Jung qui disait : « Tout se passe comme si, au point culminant de la maladie, les éléments destructeurs se transmutaient en éléments de salut » (Jung 1993 301). Faut-il donc que le patient ou la patiente, par la voie de l'imagination active, atteigne le point culminant de sa maladie, soit en contact avec ses éléments destructeurs, pour que l'expérience religieuse ait lieu ? Il semble que oui. Abordons immédiatement cette question.

Il est bien connu que dans le processus psychanalytique — qu'il soit freudien ou jungien — la première chose que l'on rencontre en soi est l'« ombre ». Nous pouvons donc en déduire que le chemin jungien de l'union des contraires passe au moins par le contact avec l'ombre. Or, cela appuie ce que nous avons vu plus haut : car s'approcher du « Tout-autre en soi » implique aussi le contact avec le « Tout-autre "refoulé" que nous ne voulons pas voir ou admettre », ce qu'est précisément l'« ombre ». L'ombre est

constituée, d'une part, de ce que nous avons rejeté, refoulé et non admis comme faisant partie de nous-même, puis, d'autre part, de la présence du mal absolu en soi : « Il appartient au domaine du possible de reconnaître le mal relatif de notre nature, tandis qu'avoir un regard direct sur le mal absolu représente une expérience aussi rare que bouleversante » (Jung 1983 : 23). Le mal relatif, selon Jung, est déterminé par l'action de l'individu, et il n'est ainsi *que* relatif puisqu'il prend différents visages selon les cultures et les époques. Quant au mal absolu, Jung n'en parle jamais en termes métaphysiques mais toujours en termes psychologiques, et il souligne que l'être humain peut certes en faire l'expérience mais qu'il demeure toujours en lui-même indéfinissable ou, en quelque sorte, ineffable : « Le bien et le mal sont [...] pleinement réels, et pourtant on ne sait pas ce qu'ils sont en eux-mêmes » (Jung 1999 : 431).

Cependant, l'expérience « aussi rare que bouleversante » que l'individu peut faire du mal absolu est conjointe à l'expérience religieuse. Car c'est par le contact avec le mal absolu qu'il atteindra la limite de sa maladie et des éléments destructeurs en lui. Nous sommes ainsi forcé d'aborder le thème, cher à Jung, de l'*énantiodynamie*.

L'*énantiodynamie* est la loi qui décrit l'effet d'un revirement d'une réalité unilatérale dans son contraire lorsque l'on pousse celle-ci jusqu'à sa limite. Plus haut (section I), nous constatons que c'est du chaos même de la névrose que doit émerger le sens et, par le fait même, aussi l'expérience religieuse. Jung constate que c'est de la rencontre en soi-même avec le « mal absolu » que doit pouvoir surgir le « bien suprême » qu'est l'expérience religieuse. Ainsi, dans la voie de l'imagination active, l'individu doit assumer son « contraire l'ombre » jusque dans son incarnation du mal absolu. La prise de conscience de cette incarnation du mal absolu en soi-même est certes très déchirante et, puisque l'incarnation du mal est toujours repoussante pour les autres, l'être humain qui l'assume est mené à une profonde solitude. Mais ce n'est qu'au sein de cette solitude qu'il pourra trouver l'entière disponibilité intérieure nécessaire à l'action de la loi énantiodynamique, c'est-à-dire à l'action du revirement en son contraire du point culminant de sa maladie. Jung écrit ainsi :

En outre, ce n'est qu'au sein de l'abandon et de la plus profonde solitude avec soi-même que le sujet *peut faire l'expérience des puissances secourables qui sommeillent en lui*, peut les redécouvrir pour son compte. Quand on a observé à plusieurs reprises des évolutions de cette nature, on ne peut plus nier que ce qui était le mal est devenu la source du bien, et que ce qui semblait bon ne faisait qu'entretenir le mal en action. *Un égoïsme luciférien devient ainsi la voie royale vers ce silence peuplé qu'exige pour se produire toute expérience originelle religieuse*. Nous rencontrons ici cette grande loi de la vie qu'est l'*énantiodynamie*, le renversement dans le contraire, qui rendra petit à petit possible la réunion des composantes adverses de la personnalité et qui mettra ainsi fin à la guerre civile [intérieure qu'entretenaient entre eux les contraires de la psyché]. (Jung 1993 : 295-297, nous soulignons.)

Pour Jung, le type idéal de la loi de l'*énantiométrie* dans le domaine de l'expérience religieuse est représenté par la conversion de saint Paul : « Saul ne doit sa conversion ni à l'amour vrai, ni à la croyance vraie, ni à une quelconque vérité ; seule sa haine des Chrétiens l'a fait se rendre à Damas et l'a acheminé vers cette expérience qui devait devenir déterminante pour toute son existence. Il a vécu son erreur la plus grande avec conviction, et c'est précisément cela qui déterminait en lui l'expérience qu'il vécut » (Jung 1993 283). Ce n'est donc pas une métaphore que de dire que le patient ou la patiente doit se rendre au point culminant de sa maladie et de ses éléments destructeurs.

À ce point, on serait en droit de se demander quel rôle tient l'analyste face à son patient ou sa patiente qui foule cette voie de l'individuation. On laisse Jung y répondre :

On m'a souvent demandé : « Et qu'en faites-vous [de la confrontation du patient avec la moitié obscure de sa personnalité] ? » — Je ne fais rien ; je ne puis rien faire qu'attendre, avec une certaine confiance en Dieu, jusqu'à ce que le conflit supporté avec patience et courage promeuve la solution que je ne pouvais prévoir et qui était impartie à cet individu en particulier. Je ne reste pas inactif ou passif pour autant, mais j'aide mon patient à comprendre tout ce que l'inconscient produit durant la période de conflit. Que l'on veuille bien m'en croire, il ne s'agit point là de banalités. Au contraire, ce que l'inconscient produit alors fait partie de ce qu'il m'a été donné de rencontrer de plus significatif. (Jung 1970 : 45-46)

Toute cette question de la guérison thérapeutique par l'expérience religieuse est difficile. Comme nous l'avons vu, elle implique des expériences vécues intérieures, intimes et personnelles qui ne sont pas renouvelables à volonté ni, d'ailleurs, à la portée de tous les individus. Ainsi, scientifiquement, le sujet pose ses propres limites, qui ne sont pas minces. Pour autant, devant ces limites, nous ne devons pas baisser les bras car, selon les témoignages de la psychologie moderne, de telles expériences se produisent bel et bien. Dans les pages précédentes, nous les avons principalement traitées sous l'angle de leurs effets les plus heureux. Mais nous avons aussi entrevu que le même type d'expérience peut tout autant balayer soudain la santé psychique d'un individu. Or, la possibilité de l'existence de ces effets heureux exige que les spécialistes les considèrent avec sérieux, au moins d'un point de vue psychologique ; tandis que les effets destructeurs exigent à leur tour que l'on fasse tout ce qui est possible pour mieux maîtriser ces mécanismes de la psychologie profonde et ainsi mieux prévenir de tels dommages psychiques qui menacent, plus que jamais aujourd'hui, les individus.

Nous vivons à une époque où la perte d'influence des institutions religieuses fait que l'être humain est laissé à lui-même face à son besoin et à sa quête de sens et de religieux. Or, d'une part, c'est ainsi, seul face au désenchantement du monde, qu'il a davantage besoin d'avoir la chance de redécouvrir par lui-même et en lui-même un sens sacré à sa vie ; d'autre part, c'est lorsque les points de repère de la vie intérieure sont surannés qu'il est

urgent de pouvoir le mettre convenablement au courant des naufrages potentiels qu'il risque dans sa quête solitaire.

Références

Puech, Henri-Charles

1978 *En quête de la Gnose. La gnose et le temps*. T. I. Paris, Gallimard (Bibliothèque des Sciences Humaines).

Jung, Carl Gustav

1958 *Psychologie et religion*. Traduit de l'allemand par Marthe Bernson et Gilbert Cahen. Paris, Buchet/Chastel.

1962 *Présent et avenir*. Traduit de l'allemand par Roland Cahen. Paris, Buchet/Chastel.

1963 *L'âme et la vie*. Traduit de l'allemand par Roland Cahen et Yves Le Lay. Paris, Buchet/Chastel.

1964a *Dialectique du Moi et de l'inconscient*. Traduit de l'allemand par Roland Cahen. Paris, Gallimard.

1964b *Réponse à Job*. Traduit de l'allemand par Roland Cahen. Paris, Buchet/Chastel.

1966 *Ma vie. Souvenirs, rêves et pensées*. Traduit de l'allemand par Roland Cahen et Yves Le Lay. Paris, Gallimard.

1970 *Psychologie et alchimie*. Traduit de l'allemand par Henry Pernet et Roland Cahen. Paris, Buchet/Chastel.

1971 *Les racines de la conscience*. Traduit de l'allemand par Yves Le Lay. Paris, Buchet/Chastel.

1980 *Psychologie du transfert*. Traduit de l'allemand par Étienne Perrot. Paris, Albin Michel.

1982 *Mysterium conjunctionis*. T. 2. Traduit de l'allemand par Étienne Perrot. Paris, Albin Michel.

1983 *Aïon. Études sur la phénoménologie du Soi*. Traduit de l'allemand par Étienne Perrot et Marie-Martine Louzier-Sahler. Paris, Albin Michel.

1985 *C. G. Jung parle. Rencontres et interviews*. Traduit de l'allemand par Marie-Martine Louzier-Sahler et Benjamin Sahler. Paris, Buchet/Chastel.

1989 *La vie symbolique. Psychologie et vie religieuse*. Traduit de l'allemand par Claude Maillard et Christine Pflieger-Maillard. Paris, Albin Michel.

1990 *L'Âme et le Soi. Renaissance et individuation*. Traduit de l'allemand par Claude Maillard, Christine Pflieger-Maillard et Roland Bourneuf. Paris, Albin Michel.

1993 « Des rapports de la psychothérapie et de la direction de conscience » [d'après l'exposé fait à la Conférence pastorale de Strasbourg, en mai 1932]. Dans C. G. Jung, *La guérison psychologique*. Traduit de l'allemand par Roland Cahen. Genève, Georg éditeur, 277-304.

1999 *Le divin dans l'homme. Lettres sur les religions choisies et présentées par Michel Cazenave*. Paris, Albin Michel.