

Retenues du livre " L'âme et la vie " de C.G.Jung. Jacques Sanna. Mai 2000

La théorie des **compensations** est une règle fondamentale du comportement psychique.

Une insuffisance en un point crée un excès en un autre. Les compensations possibles sont inépuisables et innombrables.(p.85)

Les rapports entre le conscient et l'inconscient sont de nature compensatoire : Ceci constitue une des règles techniques les mieux vérifiées de l'analyse onirique. Il y a toujours profit, dans la pratique de l'analyse, à se poser la question : "Quelle est l'attitude consciente que le rêve tend à compenser ?".(p.94)

Le rêve survient quand la conscience et la volonté sont en majeure partie éteintes. (p.100)

En règle générale, un rêve appartient à une série. Il ne faut pas instruire le rêveur d'une vérité, ce serait s'adresser uniquement à sa tête. Il vaut mieux qu'il parvienne à cette vérité. Ainsi, on atteint son cœur et on agit plus profondément et plus énergiquement. **Tandis que l'interprétation juste est récompensée par une animation, la fausse est condamnée à l'arrêt, à la résistance, au doute et à l'ensablement réciproque.**(p.102)

En chacun de nous existe un autre être que nous ne connaissons pas. Il nous parle à travers **le rêve** et nous fait savoir qu'il nous voit bien différent de ce que nous croyons être. Donc, quand nous nous trouvons dans une situation difficile et insoluble, cet autre, étranger, peut parfois **nous éclairer d'une lumière**, plus propre que toute autre à modifier l'attitude qui nous a mis dans la situation difficile.(p.107)

On réfléchit au **Soi**, on ne réfléchit pas au **Moi**, on réfléchit sur ce Soi étranger qui nous est originellement propre, qui est notre souche, d'où naquit un jour le Moi et qui nous est étranger parce que nous l'avons **perdu par suite des errements de la conscience.**(p.108)

Même quand tout au monde se disloque, jamais cette liaison universelle de l'âme obscure ne peut se briser et plus s'élargissent et se multiplient les failles de la surface, plus grandit dans la profondeur, la force de **l'Unité.**(p.108)

La névrose est désunion avec soi-même. Le **névrosé** est malade parce qu'il n'a pas conscience de ses problèmes, tandis que le problématique souffre sans être malade, des problèmes qui lui sont conscients.(p.118)

Ce n'est pas **la névrose** qui est l'objet de la thérapie, **c'est l'être qui souffre d'une névrose.**(p.120)

La psychologie de la femme repose sur le principe du grand Eros, qui unit et sépare.

Eros : Fils de la Déesse de l'amour Aphrodite. "Relations psychiques".

L'homme s'attache depuis toujours au Logos comme principe suprême.

Logos : Dans la philosophie Grecque : Raison, discours, Esprit. "Intérêts objectifs".(p.150)

Virilité : Savoir ce que l'on veut et faire le nécessaire pour atteindre le but.(p.161)

Empiriste : Qui tire ses fondements uniquement de l'expérience.

Ce qui importe, ce ne sont pas les bons et les sages discours, c'est uniquement l'action.

" **Soit celui que tu es réellement** " .

De tous temps, ce n'est pas ce dont on est persuadé, mais le fait qu'on est persuadé qui agit.(p.279)

On veut des certitudes et non des doutes, on veut des résultats et non des expériences, sans s'apercevoir que **les certitudes ne peuvent provenir que des doutes et les résultats, que des expériences.**(p.287)

Le Soi est l'ensemble complexe de la personnalité englobant le conscient et l'inconscient.

L'instinct donne toujours à penser à celui qui le ressent ; et si l'on y pense pas librement, on est contraint d'y penser, c'est-à-dire qu'il se produit une pensée obsédante et contraignante, tant il est vrai que les deux pôles de l'âme, le pôle physiologique et le pôle spirituel, sont indissolublement soudés l'un à l'autre.

C'est pourquoi, il n'existe point de libération unilatérale de l'instinct, pas plus que de l'esprit d'ailleurs qui, s'il est séparé de la sphère instinctuelle, est voué à la malédiction de **tourner perpétuellement à vide.**

Que serait l'esprit finalement, s'il n'y avait en face de lui un instinct qui le veille ? Il ne serait que **forme vide.**(p.343)

De même que notre **corps** possède, dans beaucoup d'organes vieillissés ou atrophiés, les vestiges de fonction et d'états anciens, de même notre **esprit**, en apparence sorti de ses tendances archaïques, porte toujours les traces de l'évolution parcourue, et revit, au moins dans les fantaisies oniriques, les époques les plus reculées.(p.347)

Le reniement de notre propre condition historique serait une folie : Ce serait le plus sûr moyen de nous mener à un nouveau déracinement. C'est uniquement en nous tenant fermement sur notre propre terrain que nous pourrions assimiler l'esprit de l'Orient.(p.381)

L'endroit obscur auquel on se heurte **n'est point vide** ; On y rencontre la "**Mère dispensatrice**", les "images" et la "semence". Quand la surface est déblayée, tout peut venir de la profondeur. Les hommes croient toujours qu'ils se sont trompés lorsqu'ils y aboutissent. Mais, s'ils ne savent aller plus loin, la seule réponse, le seul conseil qui ait du sens, c'est "**d'attendre ce que l'inconscient a à dire sur la situation**".

Rien n'est plus stérile que de parler de ce qui devrait ou pourrait être, et rien n'est plus important que de trouver la route qui mène à ces buts lointains.(p.388 et 389)

Quand on a absolument rien à créer, **peut-être se crée t-on soit même.**

Le développement de la personnalité est un bonheur tel qu'on ne peut le payer que très cher. **Sans nécessité, rien ne change, surtout pas la personnalité humaine.** (p.403)

Nous pouvons admettre que la personnalité est composée de deux éléments : D'abord du **conscient** et de tout ce qu'il contient et ensuite d'un arrière pays infiniment vaste de **psyché inconsciente**.(p.410/411)

Il n'y a pas de lumière sans ombre et pas de totalité psychique sans imperfection. **La vie** nécessite pour son épanouissement, non pas de la perfection mais de la plénitude. Cela comporte "l'écharde dans la chair", l'expérience douloureuse des imperfections, sans lesquelles il n'y a ni progression, ni ascension.(p.412)

La raison(le Logos) cherche toujours la solution sur la voie raisonnable, conséquente, logique. Lorsque la voie de la raison est devenue une impasse – et elle le devient toujours au bout d'un certain temps – alors la solution vient d'où on ne l'attendait pas. (p.416)

La naissance de l'homme est grosse de significations; pourquoi sa mort ne le serait-elle pas ?

Pendant vingt années et plus, on prépare le jeune être humain au déploiement complet de son existence individuelle; pourquoi celui-ci ne se préparerait-il pas ensuite, pendant vingt ans et plus à sa fin ? (p.421)

Chaque mère renferme en soi sa fille et chaque fille sa mère; et aussi, chaque femme se prolonge en arrière dans sa mère et en avant dans sa fille.(p.422)

C'est de ces données psychologiques de base, de ces fondements tournés à la fois vers le passé et vers l'avenir, que se dégage avec légitimité l'idée d'immortalité.(p.423)

Le secret, c'est que **seul vit ce qui est susceptible de se supprimer après coup soi-même**.(p.247)

Si nous résumons ce que les hommes peuvent et savent raconter de leur expérience de la **totalité**, nous pouvons le formuler à peu près ainsi : Ces êtres, à ce moment d'élection, se sentirent devenir conformément à eux-mêmes. Ils purent s'accepter eux-mêmes, furent en mesure de se réconcilier avec eux-mêmes, et, grâce à cela, ils furent marqués au cœur d'une adversité qui leur semblait inacceptable jusque-là.(p.435)

Le paradoxe, aussi étrange que cela semble, est une de nos progressions spirituelles suprêmes. Alors que la **pensée univoque**, est un signe de faiblesse. Seul le paradoxe se montre capable d'embrasser, ne fût-ce qu'approximativement, la **plénitude de la vie**. Ce qui est sans équivoque et sans contradictions, n'exprime forcément qu'un côté des choses, et, par conséquent, est inapte à exprimer **l'Insaissable et l'Indicible**.(p.468)