

**Notes retenues de la lecture de « Rencontres avec l'Âme »**  
**« L'imagination Active selon C.G. Jung »**  
**De Barbara Hannah le 23 avril 2008** (notes prises le 25/07/06)  
**Par Jacques Sanna**

La + simple définition de l'imagination active serait de dire qu'**elle nous donne l'occasion d'ouvrir des négociations** et, à terme, **de trouver 1 arrangement avec ces forces ou figures de l'inconscient.**

**Techniques concrètes pour être en imagination active :**

- **Être seul**, sans risques d'être dérangé.
- **S'asseoir** et se concentrer sur ce que je vois ou entend monter de l'inconscient.
- Pour empêcher l'image de retomber dans l'inconscient, **écrire, dessiner**, peindre tout ce qui a été entendu ou vu.
- Empêcher les images de changer comme dans 1 kaléidoscope.
- Garder son attention sur la 1<sup>ère</sup> image ou son, tant qu'il n'a pas révélé pourquoi il est apparu, quel message de l'inconscient il a ou ce qu'il veut savoir de moi.
- Tout **le but de l'imagination active** (« Fantaisie » par B. Hannah) est d'en venir à **s'expliquer avec l'inconscient.** (24)

Jung le répète constamment : « Le seul endroit où nous pouvons faire qlq chose, c'est l'individu, c'est en nous-même. »

Quand 1 individu est en **TAO** – endroit où les opposés sont réunis – il y a une influence inexplicable sur son environnement. (voir le principe du faiseur de pluie). (82)

L'inconscient n'est pas dans notre espace temps et par conséquent **il tient relativement peu compte de la mort.** Mais ce qui l'intéresse est : « **Oui ou non, vivons nous notre vie pleinement afin de permettre au Soi de se manifester sur la terre ?** »

**Virilité** signifie (pour Jung) : Savoir ce que je veux et faire le nécessaire pour atteindre le but.

Se laisser aller vers la mort —→ Attitude féminine de l'homme  
 « Toute hâte est du *Diable* » - Rosarium

L'Imagination Active (**IA**) fonctionne sur le mode du donnant/donnant – Ecouter l'inconscient et lui donner, à partir de notre côté conscient, l'information nécessaire. (120)

L'attente et l'écoute passive sont totalement insuffisantes. Ce n'est que si nous **donnons aussi le maximum avec son conscient**, que qlq chose d'important peut-être réalisé. (137)

**L'inconscient** a 1 point de vue extrêmement empirique et la suggestion n'a pas d'effet durable sur lui. Il est vrai qu'il réagit parfois à la suggestion, mais il finit toujours par faire volte-face et demander **des faits.** (146)

Une violente émotion concernant les défauts des autres est pratiquement souvent provoquée par une **projection** car une faiblesse qui nous tape vraiment sur les nerfs est **toujours la nôtre**.(148)

Il n'y a rien qui offense + l'inconscient qu'une attitude de pouvoir de la part de **l'Ego**. (154)

Si dans **l'IA** une solution trop « unilatérale » est trouvée, la question revient forcément à la « surface ». C'est ce qui arrive souvent en **IA** lorsque la solution est trop superficielle ou quand elle ne fait pas assez de place à l'1 ou l'autre côté.(156)

Aussi longtemps qu'une femme est inconsciente de cette figure d'**Animus** dans sa psyché, celui-ci est 1 maître trop puissant, capable de la fasciner jusqu'à prendre **complètement possession d'elle**.

Une autre figure intérieure, **l'Ombre**, cette contrepartie sombre de l'Ego conscient, est **souvent refoulée**.

Selon Jung, il est extrêmement important d'être aussi conscient que possible de son Ombre car, si **l'Animus**(ou **l'Anima**) et **l'Ombre** sont tous 2 inconscients, alors **l'Ego se bat inégalement contre 2 adversaire** et il n'est probablement pas assez fort pour les vaincre.(171)

P : « Est-ce que mon vide est le vide de Dieu ? Est-ce que l'Anima de Dieu est projetée sur moi ? »

G.M : « Pas seulement sur toi, sur l'Humanité. Dieu veut devenir conscient, et pourtant Il ne veut pas. Son ambivalence est mise à la charge du genre humain. »(219 voir la suite)

Jung met en garde contre le fait d'interpréter une **IA au moment** où elle a lieu, de façon à ne **pas influencer son développement**.(237)

Les gens sont fortement intéressés par les interprétations de leur analyste. Pourtant, ils ne les incorporent jamais vraiment dans leur vie réelle tant que leur propre inconscient ne leur a pas donné **Sa** version.

L'analyste serait d'ailleurs sot de s'en mêler, car la seule chose qui soit importante est que **l'analysant soit vraiment ébranlé par la signification** .(238)

Il est nécessaire en **IA** de bien distinguer les éléments **collectifs** et **individuels**(**Animus négatif personnel/Satan – Esprit inconscient individuel/Grand Esprit**).

Dans la technique d'**IA** : il faut d'abord parler ou questionner soi-même, mais rendre ensuite son esprit tout à fait vide de façon à pouvoir entendre la réponse.(242)

**L'Animus** est celui qui apporte des opinions irréfutables chez une femme, sur ce qu'elle devrait faire ou ne pas faire. Tandis que **l'Ombre** se glisse dans les actes concrets et négatifs.(247)

**Les rêves** qui se reflètent dans les événements extérieurs sont très importants.(261)