

Symboles pour une vie plus créative

Nous souffrons d'une déficience de symbolisation. La raison règne sur notre pensée. Les contes de fées ne sont que des contes de fées et les mythes des histoires surannées. Parfois, des symboles font irruption dans nos vies et nous secouent pour nous réveiller. Savoir transposer le message de ces images ancestrales peut mener à une vie accomplie et créative. *Jürg Lendenmann*

Dans la Grèce antique, quand une personne liée à une autre (amis, partenaires contractuels) partait en voyage, elle brisait un objet en deux (bris de terre cuite, dé ou anneau). Chacun emportait une moitié qui, durant la séparation, lui rappelait l'absent. Au moment des retrouvailles, le lien se renouvelait dans le geste de rassembler les morceaux.

Tout peut devenir symbole

Un symbole (grec, la réunion) signale une chose qui n'est pas présente. En principe, tout peut être symbole: image, mot, mélodie, chiffre, geste, acte, être vivant, objet.

Les symboles jouaient un rôle crucial dans la vie et l'œuvre de C. G. Jung. Comme, à ses yeux, les véritables symboles possédaient toujours plusieurs sens tout en signalant l'inconnu, ils se démarquaient du signe (pictogramme, signet, marque) qui représente notamment une croix de pharmacie, l'enseigne d'un droguiste, H₂O ou Ω une chose bien précise.

L'homme occidental souffre d'une déficience de symbolisation, souligne Verena Kast, professeur de psychologie, enseignante universitaire et chargée d'analyses didactiques à l'Institut C. G. Jung. En fait, les symboles qui apparaissent de diverses manières dans l'art et la religion ne nous touchent plus guère, même si nous comprenons intellectuellement ce à quoi ils se réfèrent.

Quand une rose est plus qu'une rose

Pourquoi les roses figurant sur les cartes à jouer ont-elles cinq pétales au lieu de six, ce qui serait botaniquement correct? Cette question pourrait inciter à s'intéresser aux symboles. En règle générale, le voyage dans l'univers des symboles commence par une rencontre dans le monde réel alors que la pensée rationalise immédiatement toutes choses. Nous portons attention aux symboles quand – avec plus ou moins de force – ils font irruption dans la vie par le rêve ou l'imaginaire. Cela se produit souvent au moment de changements, de transformations: puberté, midi de la vie ou à la retraite, mais aussi après un coup du destin: séparation, perte, accident.



Archétypes – images ancestrales de l'âme

Selon Jung, ces symboles produits par l'activité psychique trouvent leurs fondements dans les structures informes de l'âme. Les archétypes se manifestent souvent sous forme de figures ou de motifs qui semblent issus de contes de fées et de mythes: le diable, l'ange, la mort, le dragon, les métamorphoses, le divin enfant, l'aïeule – images et motifs qui, chez l'enfant de six à neuf ans, participent de la perception du monde. Or, nous autres adultes, nous dérivons souvent involontairement dans ce monde magico-mythique, ce qui nous rend réceptifs à certains messages et non seulement à la publicité.

Les rencontres avec les images ancestrales peuvent nous bouleverser à tel point qu'elles agissent pendant toute une vie.

Comprendre les symboles

Si ces symboles provenant de contenus psychiques que nous avons refoulés dans l'inconscient resurgissent sans cesse et expriment parfois la présence d'une maladie psychique qui risque de perturber la vie quotidienne, il faut s'aider à temps d'un professionnel (psychiatre ou psychologue). Mais si nous nous sentons suffisamment forts pour analyser le sens de ces ma-

nifestations, cela vaut la peine de s'y intéresser. Car si nous parvenons à les «traduire/transposer dans le quotidien présent», dit Verena Kast, «nous gérerons notre vie de façon plus créative». Les lexiques de symboles peuvent nous aider à apprendre à distinguer et à comprendre les facettes d'un symbole, du moins intellectuellement. Mais, pour saisir leur message, il est important d'y consacrer un intérêt accru: une réflexion sérieuse tout comme l'intuition y contribuent aussi bien que la structure créative d'un rêve ou de l'imaginaire, la peinture, l'écriture, la musique ou la danse, et tenir un journal quotidien de ses rêves aide à relier ces images aux événements de la vie quotidienne.

Les symboles sont partout

Nous changeons et les symboles aussi. Certains se vident de sens, d'autres se métamorphosent. Même si la vie ne devient pas plus facile, elle s'enrichit. Les symboles sont alors capables de se manifester dans une porte, un passage, des limites ou dans les vitraux et rosaces d'une cathédrale. Les formes rappellent souvent les mandalas, figures circulaires souvent divisées en quatre ou six éléments (ou davantage) tels le cadran d'une montre ou les roses des cartes de jass. ■