

Jung- Anima și animus, umbra, arhetipuri, inconștientul colectiv

Orha Diana

În opinia lui Jung persoana se opune atitudii interioare, adică modului personal în care ne raportăm la lumea internă, subiectivă, această ultimă raportare fiind denumită anima și animus. Noțiunile de anima și animus explică concepția lui Jung după care natura umană este una bisexuală, doar expectațiile sociale fiind diferite de la un sex la altul. Anima reprezintă aspectul feminin întâlnit în inconștientul masculin, pe când Animus reprezintă inconștientul masculin al inconștientului feminin. Jung arată că între Persona, Anima și Animus există raporturi de complementaritate: cu cât atitudinea exterioară (Persona) are mai multe note caracteristice sexului masculin (agresivitate, dominanță, persuasiune, raționalitate), cu atât mai multe trăsături feminine (Anima) își fac apariția în inconștient. (Macsinga, 2003).

Jung spunea în acest sens că: "După cum la bărbați în general în atitudinea exterioară logica și obiectivitatea precumpănesc, sau sunt, cel puțin, considerate ideale, la femei acest rol îl are sentimentul; pe plan inconștient, însă, raportul se inversează, în interior bărbatul simte, iar femeia reflectează." (Jung, 1990).

Jung a identificat anima ca fiind componenta feminină a subconștientului bărbatului și animus ca fiind componenta masculină a subconștientului femeii. Jung a declarat că anima și animus acționează ca ghizi ai subconștientului și că formează o conștiință, iar o conectare cu anima sau animus este unul dintre cei mai dificili și mai importanți pași în creșterea psihologiei. El a raportat că și-a identificat anima vorbind cu el, ca o voce interioară, pe neașteptate, într-o zi. Deseori, când oamenii ignoră complexul anima sau animus, anima sau animus rivalizează pentru atenție.

Acest lucru explică, conform lui Jung, de ce suntem câteodată atrași de anumiți străini: ne vedem anima sau animus a noastră /al nostru în ei. Dragostea la prima vedere este un exemplu de proiecție a animei sau animus-ului.

De multe ori oamenii care se identifică cu rolul genului lor (de exemplu bărbați care acționează agresiv și nu plâng niciodată) nu și-au recunoscut propria anima sau propriul animus. Jung s-a gândit că atributele rațiunii umane sunt de natura bărbătească, în timp ce aspectele iraționale sunt de natură femeiască. În consecință, iraționalitatea este anima părții bărbătești a umbrei iar raționalitatea este animus a părții feminine.

Figuri ale Animei

1. *Mama* – prima imagine-simbol a animei; pământul – simbol al fecundității și regenerării, naște toate ființele și le hrănește, pământul fiind simbolul trupului matern; acest aspect dă foarte multă energie și o imensă bucurie de a trăi.

Aspecte pozitive: atitudine maternă, oferă protecție, stabilitate afectivă și o mare căldură sufletească, tinde ca, în permanentă, să aibă grijă de ceilalți, dă naștere unui imbold în căutarea frumosului și a plăcerii.

Aspecte negative: dacă e hiperprotectivă, poate împiedica dezvoltarea copilului, apărând astfel acel „copil etern”.

2. *Imagine simbol – Elena lui Faust*, care are la bază un nivel estetic și romantic.

Aspecte pozitive: simbol al purificării și al regenerării, femeia activă, curajoasă, care are inițiativă, curaj, vigoare, domină situațiile în care e implicată, știe întotdeauna ce vrea și acționează în conformitate cu țelul propus, luptând pentru a și-l atinge, femeie expansivă și plină de viață.

Aspecte negative: nu este bine să folosească forța, orgoliu, brutalitate, lipsa de control, tiranie afectivă, gelozie.

3. *Imagine simbol – Fecioara Maria*, mama spirituală.

Aspecte pozitive: discreție, răbdare, intuiție, așteptare și reflectare, protecție, inteligență și rafinament, mental foarte puternic, este înzestrată cu o mare putere de a iubi necondiționat, are capacitatea de a iniția bărbații în tainele spiritualității.

4. *Imagine simbol – Sofia*

Aspecte pozitive: cea care reprezintă înțelepciunea, calmul, ghidează bărbatul spre o viață interioară, mediază în mod conștient continuturile inconștiente; simbol al spiritualizării, reprezintă lumea subtilă, aflată între „cer” și „pământ”, revelația, chemarea, rugăciunea, transcendența, profeția, vindecarea, miracolul, transcende puritatea și sanctitatea.

Aspecte negative: absența, indiferența, nerabdare, lipsa de comunicare, nehotărâre, persoană schimbătoare.

Figuri ale Animus-ului

1. *Imagine simbol* – forța fizică, personificată de *Tarzan*; în acest stadiu, relațiile sunt pur instinctive și biologice.

Aspecte pozitive: încurajare la luptă, forța fizică, curaj, vigoare.

Aspecte negative: orgoliu, brutalitate, tiranie afectivă, gelozie.

2. *Imagine simbol* – regele, prototipul omului de stat, personificat de *Alexandru cel Mare*; acțiunea sublimează forța fizică și sexualitatea.

Aspecte pozitive: capacitate de a lucra organizat dublată de spirit de inițiativă, autoritatea, temeiul rădăcinile, realism, stabilitate, putere, vârsta matură, virilitate, forță echilibrată, fermitate, este bine să te impui, să te afirmi, voința, fermitate, responsabilitate.

Aspecte negative: rigiditate excesivă, tiranie.

3. *Imagine-simbol* – magicianul, prototip *Merlin*.

Aspecte pozitive: îndemănare, potențialitate, veselie, cunoaștere imediată, inteligență, spirit deschis, spontaneitate, vigoare, spirit de observație, bun vorbitor.

Aspecte negative: vrăjitorul cel rău, superficialitate, persoana influențabilă, ambivalența – sub masca binelui, poate să se ascundă răul.

4. *Imagine simbol* – înțeleptul, profetul, preotul; verbul ia locul acțiunii fizice – prototipul *Ghandi*.

Aspecte pozitive: filosof, savant, îndrumător, vede în cele trei planuri ale conștiinței, știința lui se întinde de la adâncimile insondabile până la sferele superioare, reputație întemeiată pe valori adevărate, căutare spirituală, explicare, rezolvare a problemelor, pune la încercare tăria oamenilor.

Aspecte negative: neînțelegeri, mânie, false valori, fanatism.

Umbra

Umbra simbolizează haosul, sălbăticia, latura inconștientă a personalității noastre. De fapt noi îl recunoaștem cel mai ușor în ceilalți, adică proiectăm partea întunecată a personalității noastre asupra celorlalți. Umbra aceasta este partea ascunsă, deghizată. Umbra este deci personificarea părții umane care o negăm în noi, și o proiectăm asupra celorlalți. Scopul nostru ar fi deci să integrăm și acele părți pe care ni le negăm, să le scoatem la suprafață și să le acceptăm. Pentru că se întâmplă de multe ori, ca la nivelul subconștientului să avem o imagine a unui arhetip, dar comportamentul nostru este opusul acestuia. Adică ne reprimăm o dorință, considerând că ne facem o datorie, un lucru moral, dar subconștientul este încărcat, și atunci apare stresul. El apare atunci când o parte din noi trage spre o anumită direcție iar alta parte (cea inconștientă) în direcția opusă.

Arhetipuri și inconștientul colectiv

Arhetipurile sunt niște predispoziții înnăscute, ereditare. Carl Jung consideră că ne naștem cu ele și că ne pot conduce viața pentru că sunt ca niște tipare care ne structurează

imaginația, conștiința. Jung este de opinie că oamenii nu au minți inconștiente personale, ci împărtășesc un singur inconștient colectiv.

Jung face o diferențiere între inconștientul personal și inconștientul colectiv. Inconștientul personal se dezvoltă ca urmare a experiențelor personale, unice ale individului uman, din aceasta făcând parte Umbra, Anima și Animus.

Inconștientul colectiv reprezintă o moștenire psihică, conținând imagini ancestrale, primordiale ale experienței speciei, de care nu suntem direct conștienți. Aceste imagini primordiale sunt denumite arhetipuri și acționează ca principii organizate, funcționând la nivelul tuturor popoarelor și tuturor indivizilor unei națiuni, declanșând în general, aceleași reacții. Arhetipul, ca imagine cu caracter arhaic, exprimă materiale predominant colectiv-inconștiente, imaginea primordială fiind întotdeauna colectivă, dând naștere la o anumită trăire psihică și la reacții similare membrilor unui popor. Ele sunt premergătoare ideii. Ca exemple de arhetipuri, sunt arhetipul mamei, al copilului, al eroului. (Macsinga, 2003).

Despre autor:

Diana Orha este psihoterapeut în formare în cadrul Asociației de Cercetare, Consiliere și Psihoterapie Integrativă