

Murray Stein

HARTA SUFLETULUI

MOȘTENIREA LUI JUNG

Traducere din limba engleză de
ROBERTA CAROLINA TRIF

EDITURA  HERALD
București

CUPRINS

MULȚUMIRI	9
INTRODUCERE	11
1. SUPRAFAȚA (CONȘTIINȚA-EU)	25
Relația Eului cu conștiința	26
Poziționarea Eului	40
Tipurile psihologice	46
Libertatea personală	49
2. INTERIORUL POPULAT (COMPLEXELE)	53
Accesul la inconștient	54
Complexele	57
Nivelurile inconștientului	66
Imagini psihice	69
Fragmente de personalitate	72
Structura complexelor	74
Emergența complexelor	77
3. ENERGIA PSIHIČĂ (TEORIA LIBIDOULUI)	81
Sexualitate și libido	83
Transformarea energiei psihice	88
Fizica, un model	95
Sursa de energie	101

Măsurarea energiei psihice	103
Unitatea trup–minte	104
Energie, mișcare și orientare	106
Transformări și simboluri	109
4. GRANITELE PSIHICULUI (INSTINCTELE, ARHETIPURILE ȘI INCONȘTIENTUL COLECTIV)	113
Arhetipurile (Universaliiile psihice)	118
Inconștientul	122
Instinctele	126
Relația dintre arhetipuri și instincte	132
5. REVELATUL ȘI OCULTATUL ÎN RELAȚIILE CU CEILALȚI (PERSONA ȘI UMBRA)	137
Umbra Eului	138
Formarea Umbrei	141
Persona	143
Cele două surse ale Personei	148
Evoluția Personei	151
Transformările Personei	155
Integrarea Personei și a Umbrei	158
6. CALEA CĂTRE CENTRU (ANIMUS ȘI ANIMA)	161
Definind Anima și Animus	162
Genul și Anima / Animusul	171
Dezvoltarea structurii Anima/Animus	177
Extinderea conștiinței cu ajutorul sufletului (Anima/Animus)	182
Sexualitate și relații	186
7. CENTRUL TRANSCENDENT ȘI TOTALITATEA PSIHICĂ (SINELE)	193
Trăirea Sinelui la Jung	194
Definiția jungiană a Sinelui	200
Simboluri ale Sinelui	204
Sinele ca mister central al psihicului	213

8. EMERGENȚA SINELUI (INDIVIDUAREA)	215
Durata psihologică de viață	217
Individuarea	219
Cele cinci stadii ale conștiinței	224
Individuarea – studiu de caz	238
Mișcările Sinelui	244
9. DESPRE TIMP ȘI ETERNITATE (SINCRONICITATEA)	249
Tiparele haosului	250
Dezvoltarea ideii de sincronicitate	253
Sincronicitate și cauzalitate	255
Sincronicitatea și teoria arhetipurilor	260
Minte și materie	262
Cunoaștere absolută	264
O nouă paradigmă	267
Cosmologie	274
GLOSAR	277
INDEX	281



INTRODUCERE

„Puteai explora timid coastele Africii la sud, însă, mergând spre vest, nu întâlneai nimic altceva decât frică, o mare de necunoscut, nu «marea noastră», ci Marea Misterelor, *Mare Ignotum*¹.”

Carlos Fuentes, *The Buried Mirror*

În vara în care a murit Jung, eu mă pregăteam să merg la facultate. Era anul 1961. Oamenii începeau să exploreze spațiul cosmic și se dăduse startul în cursa către Lună, fără a se ști încă cine erau cei care vor ajunge primii: americanii sau rușii? Toții ochii erau ațintiți la aventura grandioasă a explorării spațiului. Pentru prima oară în istoria umanității, omul reușea să părăsească *terra firma*² și să călătorească spre stele. Personal, nu realizam în acel moment că secolul nostru fusese marcat la fel de decisiv de călătoriile spre interior, de grandioasele explorări ale lumii interioare întreprinse de oameni asemenea lui Carl Gustav Jung în deceniile ce au precedat lansarea lui Sputnik³ și misiunile Apollo⁴. Ceea ce John Glenn și Neil Armstrong au însemnat pentru noi ca exploratori ai spațiului cosmic a reprezentat Jung pentru spațiului interior al omului – un explorator curajos și întreprinzător al necunoscutului.

¹ Lat., Marea Necunoscută. (N. tr.)

² Lat., teren solid. (N. tr.)

³ Sputnik 1 a fost primul satelit (rusec) lansat pe orbita Pământului, în 1957. (N. tr.)

⁴ Programul Apollo a fost un important program de zboruri spațiale dezvoltat de NASA, SUA, încununat în decursul anilor de mai multe reușite, între care Apollo 11 a fost misiunea care a dus primii oameni pe Lună, în 1969. (N. tr.)

Jung s-a stins liniștit din viață, în casa lui din apropiere de Zürich, într-o cameră poziționată la vest și cu vedere spre lac. Dacă priveai spre sud, puteai vedea Alpii. Cu o zi înainte să moară, l-a rugat pe fiul său să-l ajute să meargă la fereastră pentru a privi pentru ultima dată îndrăgiții săi munți. Și-a petrecut întreaga viață explorând spațiul interior al omului și descriind ce descoperea în scrierile sale. Coincidența face ca în anul în care Neil Armstrong pășea pe Lună, eu să-mi încep călătoria spre Zürich, Elveția, pentru a studia la Institutul Jung. În acest volum vă voi împărtăși chintesența celor aproape 30 de ani ai mei de studiu ai hărții sufletului așa cum a creat-o Jung.

Scopul acestei cărți este să descrie descoperirile lui Jung, prezentate în lucrările pe care le-a publicat. Primul contact cu Jung poate părea asemenea cufundării în „Marea Misterelor” descrise de Fuentes în povestea sa despre exploratorii care au pornit din Spania pentru a străbate Atlanticul. Când cineva se aventurează în astfel de tărâmurî îndepărtate și străine, trăiește un sentiment de exaltare, dar și de spaimă. Îmi amintesc primele mele încercări. Eram atât de entuziasmat de acest gând, încât am cerut nerăbdător sfatul mai multor profesori de-ai mei de la universitate. Mă întrebam dacă e ceva „sigur”. Jung era așa de interesant, încât suna prea bine ca să fie adevărat! Oare aveam să mă pierd, să devin confuz, să mă las păcălit? Din fericire pentru mine, acești mentori mi-au dat undă verde și de atunci, neîntrerupt, călătoresc și descopăr comori.

Călătoria originală a lui Jung a fost chiar mai înfricoșătoare. Realmente, nu avea idee dacă va găsi o comoară sau dacă va cădea în gol, de la marginea lumii în spațiul cosmic. Inconștientul chiar era o *Mare Ignotum* când a pornit el pentru prima dată în necunoscut. Însă era tânăr și curajos, și era hotărât să descopere lucruri noi. Așa că dus a fost!

Jung s-a referit adesea la el însuși ca la un pionier sau un explorator al misterului necartografiat care este sufletul uman. Pare să fi avut un spirit foarte aventuros. Pentru el – și pentru noi încă – psihicul uman era și este un teritoriu vast,

iar în timpul său acest teritoriu nu fusese studiat prea atent. Era un mister care îi provoca pe cei aventuroși și le promitea bogății până atunci necunoscute și care îi speria pe cei sfioși cu pericolul nebuniei. Totodată, pentru Jung studiul sufletului a devenit o chestiune de importanță istorică, pentru că, așa cum spunea la un moment dat, întreaga lume atârnă de un fir de ață, iar acel fir de ață este psihicul! Este vital ca noi, toți, să ne familiarizăm mai mult cu el.

Marea întrebare este, desigur: va putea fi sufletul uman vreodată cunoscut în întregime, profunzimile sale vreodată sondate, iar vastul său teritoriu, cartografiat? Probabil că ceea ce i-a determinat pe unii pionieri ai psihologiei abisale, asemenea lui Jung, Freud și Adler, să se angajeze într-un astfel de demers și să creadă că vor putea să definească inefabilul și insondabilul psihic uman, era un soi de reminiscență a grandorii științifice specifice secolului al XIX-lea. Indiferent de motiv, ei s-au imbarcat în această călătorie pe *Mare Ignotum*, iar Jung a devenit un fel de Cristofor Columb al lumii interioare. Secolul XX a fost o epocă a marilor descoperiri științifice și a minunilor tehnologice; a fost, deopotrivă, o epocă a introspecției profunde și a sondării obișnuitei subiectivității umane, fapt care a dus la nașterea domeniului pe care astăzi îl cunoaștem sub denumirea generică de psihologie abisală.

Un mod prin care ne putem familiariza cu psihicul este să-i studiem hărțile – hărți elaborate și oferite nouă de acești mari pionieri. În lucrările lor putem găsi o sumedenie de repere orientative și poate că noi, la rândul nostru, ne vom simți stimulați să investigăm mai adânc și să descoperim lucruri noi. Harta psihicului realizată de Jung, chiar dacă este doar o variantă preliminară, încă nerafinată și deschisă la modificări și adăugiri – așa cum sunt, de altfel, toate încercările inițiale de a cartografia teritoriului necunoscute –, poate fi totuși un dar de valoare și poate servi drept ghid aceluia care vor să pătrundă în spațiul interior, în lumea psihicului, pentru ca ei să nu se piardă cu totul pe acest tărâm misterios.

În cartea de față, îl accept pe Jung în rolul autodesemnat, acela de explorator și cartograf și las această imagine să mă ghideze în prezentarea introducerii în teoria sa despre psihicul uman. Teritoriul, tărâmul necunoscut pe care el îl explora este psihicul; teoria sa reprezintă harta pe care el a creat-o pentru a le comunica celorlalți modul în care el l-a înțeles. Așadar, ceea ce eu voi încerca să descriu în această carte este harta sufletului elaborată de Jung și voi face asta purtându-te pe tine, cititorul, pe teritoriul scrierilor sale. Ceea ce fac este să prezint o hartă a unei hărți, însă una care sper să îți fie de folos în viitoarele tale călătorii în viața și opera lui Jung.

Asemenea tuturor cartografilor, Jung a lucrat cu instrumentele și informațiile avute la dispoziție în vremea lui. Născut în 1875, și-a terminat studiile medicale de bază la Universitatea din Basel din Elveția, în 1900, iar formarea psihiatrică și-a definitivat-o în 1905, la Spitalul Burghölzli din Zürich. Importanta colaborare cu Freud s-a desfășurat între anii 1907 și 1913, la finalul căreia a petrecut câțiva ani într-un proces profund de autoanaliză, ca mai apoi să-și creeze propria și deosebita teorie psihologică – numită psihologie analitică –, pe care a prezentat-o lumii în anul 1921, în cartea *Tipuri psihologice*¹. Până la vârsta de 55 de ani, în anul 1930, crease deja mare parte din teoria sa, însă anumite concepte nu fuseseră încă detaliate. Detaliile vor fi prezentate abia după 1930 și vor continua să curgă din stiloul lui Jung până la moartea sa, în anul 1961.

Proiectul de explorare științifică a psihicului uman începuse devreme în viața sa de adult. Prima sa expediție oficială este descrisă în studiul său doctoral, *Despre psihologia și patologia așa-numitelor fenomene oculte*². Această lucrare descrie din punct de vedere psihologic lumea interioară a unei tinere și înzestrate

¹ Jung, *Collected Works*, vol. 6. (N. a.) [Vezi Jung, Carl Gustav, *Opere complete*, vol. 6. *Tipuri psihologice*, Editura Trei, 2004. (N. tr.)]

² Jung, *Coll. Wks.*, vol. 1, pp. 3–88. (N. a.) [Vezi Jung, Carl Gustav, *Opere complete*, vol. 2: *Psihologia fenomenelor oculte*, Editura Trei, 2004, pp. 9–96. (N. tr.)]

femei, despre care știm acum că era chiar verișoara lui Jung, Helene Preiswerk. Din adolescență, ea avea neobișnuită abilitate de a funcționa ca medium pentru spiritele morților, care vorbeau prin ea cu voci și accente verificabile din punct de vedere istoric. Jung a fost fascinat de acest enigmatic fenomen psihologic și și-a propus să-l înțeleagă și să-l interpreteze. Cu perseverență, a folosit testul asociativ-verbal¹ pentru a descoperi trăsături ascunse ale peisajului psihic, care nu fuseseră până atunci clasificate. Acestea au fost relatate în nenumărate lucrări, adunate în prezent în volumul 2 din *Opere complete*. El a numit aceste nou-descoperite trăsături ale psihicului „complexe”, un termen care avea să prindă la public și să-l facă faimos. După aceea a abordat două probleme ardente ale psihiatriei la aceea vreme, psihoza și schizofrenia, și a scris o carte, *Psihologia demenței praecox*², pe care i-a trimis-o lui Freud ca un exemplu al muncii sale și ca o sugestie pentru cum o parte dintre ideile lui Freud ar fi putut fi aplicate în psihiatrie (Freud era neurolog). Ca urmare a răspunsului cald și plin de entuziasm, Jung a început să colaboreze cu Freud și foarte curând a devenit liderul noii mișcări psihanalitice. Așa și-a început studiul regiunilor întunecate ale afecțiunilor nevrotice, ajungând să descopere fantezii sau tipare de funcționare universale (arhetipurile), mai mult sau mai puțin invariabile, într-o zonă a psihicului profund pe care el a numit-o „inconștient colectiv”. Descrierea și explicarea în detaliu a arhetipurilor și a inconștientului colectiv vor deveni semnătura sa, o amprentă care face ca harta realizată de el să fie diferită de oricare alta întocmită de vreun alt explorator al psihicului profund, inconștientul.

Anul 1930 împarte viața profesională a lui Jung în două jumătăți: în 1900 și-a început formarea și studiile psihiatrice la spitalul psihiatric din Burghölzli și în 1961 a murit bătrân și înțelept în casa sa din Küsnacht, de pe malul lacului Zürich.

¹ Vezi nota 1 de la p. 55 din această carte. (N. red.)

² Jung, *Coll. Wks.*, vol. 3, pp. 1–152. (N. a.) [Vezi Jung, Carl Gustav, *Opere complete*, vol. 3: *Psihogeneza bolilor spiritului*, Editura Trei, 2005, pp. 11–167. (N. tr.)]

Privind retrospectiv, putem observa că primii săi 30 de ani de activitate profesională au fost profund creativi. Pe durata acestor ani, nu doar că a generat elementele de bază ale unei teorii psihologice monumentale, dar s-a ocupat, de asemenea, de cele mai importante tematici colective ale timpului. Următorii 30 de ani au fost, probabil, mai puțin inovativi în ceea ce privește constructele teoretice, însă succesul cărților și articolelor sale era chiar mai mare decât în anii anteriori. Și-a extins teoria pentru a include o verigă-cheie care îi lega descoperirile de fizica modernă. În prima parte a vieții sale profesionale, lucrul clinic cu pacienți psihiatrici și travaliul analitic cu cei care veneau la el în analiză era intens și consumator de energie; lucrul acesta s-a diminuat mult, atingând un minimum după 1941, în momentul în care războiul a întrerupt viața colectivă obișnuită din Europa, iar Jung, la puțin timp după începerea războiului, a suferit un atac de cord.

Investigarea psihicului a fost pentru Jung și una foarte personală. El a explorat mintea inconștientă nu doar în lucrul cu pacienții săi și cu subiecții experimentelor sale, ci și în lucrul cu el însuși, în propriul proces de autoanaliză. De fapt, pentru o perioadă, și-a devenit sieși principalul subiect. Prin observarea atentă a propriilor vise și dezvoltând tehnica imaginației active, el a descoperit o nouă cale de a intra chiar mai în adânc în spațiile ascunse ale lumii sale interioare. Pentru a-și înțelege pacienții și pentru a se înțelege pe sine, a pus bazele unei metode de interpretare inspirată din studiile comparative ale culturii umane, miturilor și religiilor lumii; de fapt, a folosit în elaborarea acestei metode orice material din istoria umană care avusese o influență asupra proceselor mentale. El a numit această metodă „amplificare”.

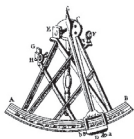
Nenumăratele surse și origini ale gândirii jungiene nu au fost încă descoperite pe deplin. În scrierile sale, își exprimă recunoștința față de o mulțime de autori care l-au precedat, printre care Goethe, Kant, Schopenhauer, Carus, Hartmann și Nietzsche; dar ceea ce este și mai important este faptul că el își plasează munca pe filiera

gnosticilor antici și a alchimiștilor medievali. Filosoful său preferat era Kant. Influența dialecticii lui Hegel este, de asemenea, vizibilă în modul în care și-a construit teoria. Desigur, și Freud și-a pus amprenta. Deși se poate vedea cu ușurință faptul că gândirea lui Jung s-a dezvoltat și extins de-a lungul anilor carierei sale, munca sa este totuși marcată de o continuitate remarcabilă în ceea ce privește orientarea sa intelectuală de bază. O parte dintre cititorii operelor lui Jung au descoperit semințele muncii sale ulterioare chiar într-o serie de lucrări pe care el le elaborase în facultate, scrise pentru frăția din care făcea parte și publicate sub denumirea *Prelegerile Zofingia*. Acestea au fost scrise înainte de 1900, pe vremea când era încă student la Universitatea din Basel. Istoricul Henri Ellenberger chiar pretinde că „celula germinală a psihologiei analitice întemeiate de Jung poate fi găsită în dezbaterile sa din cadrul Asociației studenților din frăția Zofingia și în experimentele sale desfășurate alături de tânăra sa verișoară medium, Helene Preiswerk”¹. Prelegerile Zofingia arată eforturile timpurii ale lui Jung de a aborda și înțelege tematici de care avea să se ocupe întreaga viață. De exemplu, investigarea empirică, științifică a experiențelor religioase și mistice. Încă din tinerețe, Jung a susținut vehement că aceste subiecte ar trebui să fie deschise cercetării empirice și să fie abordate cu mintea deschisă, lipsită de prejudecăți. Momentul în care l-a întâlnit pe William James, în anul 1909, la Universitatea Clark, a avut o mare însemnătate pentru el, deoarece James adoptase aceeași poziție în lucrarea intitulată *Tipurile experienței religioase*², folosind exact metoda propusă de Jung.

Extrăgând concluzii din toate studiile și experiențele sale, Jung a creionat apoi harta sufletului uman. Este o hartă care descrie psihicul cu toate dimensiunile sale și care încearcă să explice, de asemenea, dinamica interioară. Dar Jung a avut întotdeauna un respect aparte în fața misterului ultim al psihicului.

¹ Henri Ellenberger, *The discovery of the Unconscious*, p. 687.

² În original, *Varieties of Religious Experience*. (N. red.)



1. SUPRAFAȚA (CONȘTIINȚA-EU)

O să încep prezentarea hărții psihicului concepută de Jung cu descrierea pe care el o face conștiinței umane și celui mai important constituent al său, *Eul*. „Eul” este un termen tehnic ale cărui origini sunt date de cuvântul latinesc *ego*, însemnând „eu”. Conștiința este starea de conștientă, iar în centrul său există un „Eu”. Acesta este un punct de pornire clar și reprezintă intrarea în vastul spațiu interior pe care îl numim psihic. Este, de asemenea, o componentă complexă a psihicului, una care încă ridică nenumărate întrebări fără răspuns și înglobează multe necunoscute.

Cu toate că Jung a fost mai interesat să descopere ceea ce se afla dincolo de conștiință, în zonele neexplorate ale psihicului, și-a asumat totodată sarcina de a descrie și explica astfel conștiința umană. Pentru că își dorea să creeze o hartă completă a psihicului, acest lucru era imposibil de evitat: Conștiința-eu este o componentă fundamentală a teritoriului pe care el l-a explorat. Deși Jung nu poate fi numit un psiholog al Eului, a acordat acestuia o importantă valoare socială. A vorbit despre funcțiile Eului și a recunoscut importanța vitală a lărgirii conștiinței pentru viitorul speciei și culturii umane. Mai mult decât atât, era extrem de conștient de faptul că, efectiv, Conștiința-eu este condiția preliminară a investigației psihologice. Este unealta. Cunoștințele pe care noi le avem ca ființe umane despre orice de pe lumea aceasta sunt condiționate de capacitățile și limitările conștiinței noastre. Prin urmare, studierea conștiinței înseamnă direcționarea atenției către instrumentul folosit pentru investigarea și explorarea psihologică.

De ce este atât de important, mai ales în psihologie, să înțelegem natura Conștiinței-eu? Întrucât avem nevoie de acesta pentru a ajusta distorsiunile. Jung a spus că fiecare psihologie este un crez¹ personal. Orice psiholog creativ este limitat de propriile sale prejudecăți personale și de presupunerile sale neexaminată. Nu tot ceea ce pare adevărat, chiar și în cazul celor mai onști și merituosi investigatori, este cunoaștere precisă. Mare parte din ceea ce circulă ca fiind cunoaștere printre ființele umane sunt, de fapt, la o inspecție mai atentă și mai critică, doar prejudecăți sau credințe bazate pe distorsiuni, discriminări, speculații sau pură fantezie. Credințele devin cunoaștere și sunt considerate certitudini. Faimoasa remarcă a Sfântului Augustin „Cred pentru a înțelege” ar putea suna ciudat pentru urechile noastre moderne și, cu toate acestea, așa stau de multe ori lucrurile când oamenii încep să vorbească despre realitatea psihologică. Jung a muncit cu seriozitate, examinând temeiul propriei sale gândiri, prin examinarea critică și temeinică a instrumentului pe care îl folosea pentru a face aceste descoperiri. A susținut mereu că înțelegerea critică a conștiinței este esențială pentru știință, în măsura în care este și pentru filosofie. Înțelegerea clară a psihicului sau a oricărui alt lucru depinde de starea noastră de conștiință. Jung și-a dorit să ofere o înțelegere critică a conștiinței. Acesta a fost obiectivul său major în scrierea lucrării sale cheie *Tipuri psihologice*, care descrie cele opt stiluri de cogniție care se disting în conștiința umană și care procesează informația și experiențele de viață în mod diferit.

Relația Eului cu conștiința

Prin urmare, Jung scrie destul de mult despre Conștiința-eu în lucrările sale. Pentru scopul lucrării de față, voi supune discuției în principal primul capitol din opera târzie *Aion*, intitulat „Eul”,

¹ Jung, *Coll. Wks.*, vol. 4, par. 772. [Vezi Jung, Carl Gustav, *Opere Complete*, vol. 4: *Freud și psihanaliza*, Editura Trei, 2008, par. 772. (N. tr.)]

dar și alte texte și pasaje conexe. Acestea sintetizează adecvat poziția lui Jung și reprezintă gândirea matură asupra subiectului. La finalul acestui capitol voi include și câteva referințe din *Tipuri psihologice*.

Aion poate fi citit pe mai multe niveluri. Este una dintre lucrările scrise de Jung în ultimii săi ani și reflectă atât angajamentul său profund față de istoria intelectuală și religioasă a Vestului și viitorul acestora, dar este și o expresie a celor mai detaliate idei despre arhetipul Sinelui. Primele patru capitole au fost adăugate mai târziu cărții, pentru a-i oferi cititorului neinițiat o introducere în teoria psihologică generală, dar și posibilitatea de a se familiariza cu limbajul psihologiei analitice. Deși aceste pagini introductive nu sunt nici prea detaliate, nici prea tehnice, conțin totuși cele mai condensate idei despre structurile psihice denumite Eu, Umbră, Anima, Animus și Sine.

Aici Jung definește Eul după cum urmează: „El constituie întru câțva centrul câmpului conștiinței și, în măsura în care acesta cuprinde personalitatea empirică, Eul este subiectul tuturor actelor personale ale conștiinței”¹. Conștiința este „un câmp”, iar ceea ce Jung numește aici „personalitate empirică” este personalitatea noastră așa cum suntem noi conștienți de ea și cum o experimentăm în mod direct. Eul, în calitate de „subiect al tuturor actelor personale ale conștiinței”, ocupă centrul acestui domeniu. Termenul Eu se referă la cum se trăiește fiecare dintre noi pe sine drept centru al voinței sale, al dorințelor, al reflecțiilor și al actelor sale. Această definiție a Eului drept centru al conștiinței se regăsește de-a lungul întregii opere jungiene.

Jung continuă acest text comentând despre funcțiile Eului în psihic: „relația unui conținut psihic cu Eul reprezintă criteriul conștiinței acestuia, deoarece niciun conținut nu ar fi conștient dacă nu ar fi prezentat subiectului”².

¹ Jung, *Coll. Wks.*, vol. 9/ii, par. 1. [Vezi Jung, Carl Gustav, *Opere Complete*, vol. 9/2: *Aion. Contribuții la simbolistica Sinelui*, Editura Trei, 2005, par. 1. (N. tr.)]

² *Ibid.*