



## Lever du jour

*Je vous ai traduit dans le numéro 57 du bulletin de Voice Dialogue le début du deuxième chapitre du témoignage de Hal sur son propre processus. Ce témoignage est paru en 1993 sous le titre Embracing Heaven and Earth (Embrasser le ciel et la terre) et n'a encore jamais été traduit en français. Hal a repris ce deuxième chapitre de son livre pour les « Voice Dialogue Tips » qui nous viennent de John Coroneos (Australie). J'ai plaisir à vous traduire ici la suite du numéro 57.*

## II. Zurich : le processus s'approfondit

*Entre le moment où j'ai commencé mon service militaire civil et le moment où j'ai été libéré, six années se sont écoulées. Ce fut une expérience hors du commun sur tous les plans. J'avais prévu de retourner à Los Angeles, où mon second enfant devait naître vers la fin de l'année 1957, et j'avais demandé auprès de la fondation Bollingen une bourse pour étudier à Zurich pendant trois mois. La bourse m'ayant été accordée, j'ai installé ma famille à Los Angeles et je suis parti pour Zurich. J'ai passé ces trois mois au Jung Institute dans un intense travail d'analyse, d'étude, de peinture et de sculpture.*

*Ce temps à Zurich me fut très précieux : trois mois entiers où je pus me consacrer uniquement à moi-même. Je vivais pratiquement comme un moine, n'ayant qu'un minimum de vie sociale. Trois jours par semaine, je faisais un travail d'analyse et je passais énormément de temps à effectuer un travail personnel sur mes rêves, et d'une façon plus générale, sur moi-même. À un certain niveau, cela n'avait rien d'une vie équilibrée. À un autre niveau, j'exploisais littéralement, tant sur le plan créatif que sur le plan personnel, et mon horizon s'élargissait dans tant de directions merveilleuses que la tête m'en tournait... Après tout, personne ne va au Jung Institute pour mener une vie équilibrée. On y vient pour s'immerger dans l'inconscient, et c'est exactement ce que j'ai fait.*

*Durant ces mois à Zurich, j'ai fait un certain nombre de rêves remarquables. Le fait d'être ainsi séparé de ma famille, dispensé de toute responsabilité, permettait à mon inconscient de s'ouvrir très profondément. L'opportunité d'être seul pour travailler sur moi et sur mon processus a été une expérience très particulière. Il existait peu de distractions extérieures, mes énergies intérieures pouvaient s'exprimer avec une totale liberté et une grande exubérance. L'inconvénient de ce type d'expérience est le danger de perdre le contact avec le monde extérieur... Revenir à la société après avoir goûté l'atmosphère détachée du monde de Zurich peut être assez difficile. Cela est arrivé plus tard, cependant... À ce moment-là, l'heure était à l'immersion. Mon premier rêve à Zurich fut très simple et très précis...*

### **Rêve du vent puissant**

*Un vent géant souffle sur Los Angeles. Il souffle sur le campus d'UCLA et le nivelle totalement.*

*Ce fut pour moi un merveilleux rêve initiatique. Il signifiait bien sûr qu'UCLA, la citadelle de la raison, avait été détruite par le vent de l'esprit. Manifestement, je faisais l'expérience d'énergies très différentes, et j'attendais avec impatience de voir ce que ces trois mois allaient m'apporter.*

*Le deuxième rêve que je désire partager concerne mon père. Ma relation avec mon père avait toujours été problématique. Il était européen, comme je l'ai mentionné, et nous n'avions rien en commun. Avec les années, je me sentais devenir plus en plus négatif envers lui... J'aurais voulu avoir un père fort, un père avec qui l'on peut parler, que l'on puisse prendre comme modèle. J'aurais voulu quelqu'un qui puisse m'inspirer, quelqu'un que j'aurais pu admirer. Silencieux, broyant du noir, simple, assez grossier et solide buveur, tel était le portrait de mon père. J'ai réalisé très tôt qu'il était alcoolique. Physiquement, il était extrêmement fort, il était bâti comme un lutteur. Lui et ma mère étaient propriétaires d'un café en plein air où l'on buvait de la bière à Détroit, et je me souviens de lui portant sans difficulté des tonneaux de bière de 50 kilos.*

*Son pouvoir physique et ses qualités très terriennes ne m'impressionnaient pas du tout. Pour moi, il était continuellement décevant et, quelque part, je me sentais complètement étranger à lui. Lorsque mon processus de développement est devenu plus spirituel, il n'y avait en apparence rien d'autre à faire que de le laisser en arrière et de l'oublier. Ceci, du moins, jusqu'à ce que je fasse le rêve suivant, lors de mes premières semaines à Zurich...*

### **Rêve de mon père et de Jung**

*Je suis en route pour mon rendez-vous avec le D<sup>r</sup> Jung. (Dans la réalité, j'ai réellement un rendez-vous prévu quelques semaines plus tard.) Le problème est que mon père est avec moi et que je n'arrive pas à m'en débarrasser. Je fais tout ce que je peux pour qu'il parte, mais il me suit comme s'il était collé à moi. J'arrive finalement à la maison du D<sup>r</sup> Jung, et mon père et moi sommes introduits dans la salle d'attente. Je me sens extrêmement mal à l'aise, très gêné. J'ai honte de mon père ; je suis sur le point de rencontrer le grand homme lui-même, et il y a tant de choses dont je veux lui parler, que je veux lui demander... J'entends des pas qui descendent l'escalier, la porte s'ouvre, voici le D<sup>r</sup> Jung. Je me lève pour aller à sa rencontre et lui serrer la main.*

*À mon grand étonnement – choc serait un mot plus exact –, il m'ignore complètement, marche jusqu'à mon père ; et ils s'embrassent. Puis, à ma grande surprise, ils commencent à parler d'une façon très animée, en yiddish. Jung met un bras autour des épaules de mon père, ils sortent ensemble de la pièce et montent les escaliers en direction de son bureau. Durant tout ce temps, ils continuent de parler yiddish, une langue qui me met vraiment mal à l'aise. Je les suis tandis qu'ils montent les escaliers, réalisant que tout cela a un sens et que j'ai quelque chose d'important à apprendre.*



*Voir l'inconscient en action m'a toujours sidéré, et cela n'a jamais cessé de me réjouir, surtout lorsqu'il veut mettre en évidence un point précis à propos de quelque chose. Quelle que soit cette incroyable intelligence qui se tient derrière les rêves, elle fonctionne de façon organisée. Elle établit des priorités. Elle a très souvent un incroyable sens de l'humour ! Lorsqu'elle veut attirer notre attention, elle peut nous poursuivre avec une précision implacable. Cela ne semble jamais être son travail de distribuer des récompenses pour le travail accompli : dès qu'un travail est fait, elle est prête pour la suite. J'ai une fois entendu le rêve d'une femme qui marchait sur un chemin, en forêt... Et tandis qu'elle marchait, les arbres refermaient le chemin derrière elle, si bien qu'il n'y avait pas de retour possible. C'est une belle image de cette progression inexorable.*

*Ce type de rêve n'est pas fait par tout le monde. Ces songes semblent se mettre en route lorsqu'une personne s'ouvre à ses rêves, à son inconscient, au processus de transformation.*

*Dans un sens, l'inconscient agit exactement de la façon dont vous et moi agissons. Lorsque nous sommes aimés et honorés, lorsque ceux qui sont proches de nous nous accordent du temps, nous nous épanouissons et donnons le meilleur de nous-mêmes. Lorsque nous sommes rejetés et ignorés, lorsque nous ne sommes pas honorés, la colère nous gagne, nous sommes amers et cherchons à nous venger. Le travail de conscience est très semblable au jardinage : si nous bêchons et plantons sans cesse de nouvelles graines, si nous arrosons, nous verrons les choses pousser. L'inconscient répond à ce travail de la façon la plus étonnante ; il fleurit lorsque nous lui prêtons attention.*

*Mon père était ma subpersonnalité reniée. Qu'est-ce qu'une subpersonnalité reniée ? C'est une part de nous qui est niée lors de notre processus de croissance, il en existe habituellement plusieurs. Ce sont généralement des parties de nous dont nous avons honte. Nous grandissons identifiés à certaines parties de nous-mêmes en raison de notre famille ou de certains schémas culturels. J'avais appris à m'identifier à la raison, aux accomplissements et, un peu plus tard, à la spiritualité. J'avais renié mon pouvoir physique et ma sexualité. Je n'entretenais pratiquement aucune relation avec mon corps physique. J'avais toujours été un rêveur, sans réel lien à la terre... Je savais cela depuis bien des années, mais c'est devenu encore plus clair à cette époque. Mon père avait une*

énergie « terre ». Il n'était absolument pas un intellectuel. Son travail était de veiller à ce que ses fils aient ce qui leur était nécessaire pour réussir en Amérique. Cela n'était peut-être pas une réalité consciente pour lui, mais c'était celle selon laquelle il vivait.

Ce rêve m'a amené une autre énergie reniée : celle en lien avec le fait d'être né juif. Ce que je commençais à réaliser avec ce rêve, c'était que j'avais un sérieux problème avec tout ce qui concernait le fait d'être juif. J'acceptais complètement les aspects mystiques, culturels, intellectuels du judaïsme, mais quelque chose me dérangeait dans le fait d'être yiddish. C'était une question sur laquelle j'allais devoir me pencher durant les nombreuses années à venir... « Yiddish », pour moi, était un mot associé à l'Europe et à la terre.

Je n'ai jamais connu mes grands-parents, ce qui est vraiment triste, car les grands-parents nous aident à nous relier à nos origines. Mes origines avaient grand besoin d'être appréciées... Jung portait l'énergie de la nouvelle conscience qui émergeait à cette époque. Ce nouveau niveau d'éveil m'a permis de comprendre le réel sens pour moi d'avoir un père tel que le mien, quel équilibre cette relation pourrait me donner lorsque j'aurais appris à l'honorer. La pulsion spirituelle en moi était déjà extrêmement puissante, elle l'a toujours été... Les énergies de mon père l'équilibraient. Il était la terre dans laquelle un processus spirituel peut s'épanouir en toute sécurité.

Jung lui-même portait cette terre. Il était physiquement fort et plein de vitalité. Lorsque je l'ai rencontré, j'ai été frappé par ses qualités de paysan et d'homme de la terre. Lorsque je me suis assis pour mon entretien avec lui, il remplissait sa pipe et il m'a demandé ce que je voulais. J'ai réalisé qu'il n'avait probablement jamais lu la longue lettre que je lui avais écrite pour sécuriser ce rendez-vous... Aussi lui ai-je répondu que je ne désirais pas travailler avec lui sur des questions personnelles, que je voulais juste le voir. Il a incliné son visage de lutin vers moi, à quelques centimètres de moi, et m'a dit d'une voix forte et retentissante : « Eh bien, mets-en plein les yeux ! » Il savait très bien comment « parler yiddish ».

Une des clés du processus de transformation est de développer un niveau d'éveil de la conscience qui la rende capable d'apprendre à reconnaître et à honorer toutes les parties de nous-mêmes. Ce n'est certainement pas une tâche facile. Nous sommes identifiés à certaines parts de nous-mêmes et nous ne savons rien de cette identification. Nous avons renié d'autres parts de nous, et nous ne savons pas que nous les avons reniées... Il existe néanmoins certains indices qui peuvent nous aider dans ce processus de découverte : les gens que nous n'aimons pas, les gens qui poussent nos « boutons émotionnels », les gens que nous jugeons, les gens que nous surévaluons sont des représentations directes de nos subpersonnalités reniées.

Durant ces années-là, si j'avais su ce que je sais maintenant, il aurait été clair pour moi que mon père était l'une de mes subpersonnalités reniées. Heureusement, il existait une part de moi qui le reconnaissait ; cela m'a donné l'opportunité de voir ce qui jusqu'ici ne faisait pas partie de ma réalité. Ce processus de reconnaissance a pris de nombreuses années. Je pourrais presque dire que, sous une forme un peu plus légère,

il se poursuit aujourd'hui encore. Tout adulte qui a signé pour un voyage de transformation a maintenant cette nécessité : celle d'embrasser la terre et le ciel, celle d'embrasser à la fois les énergies spirituelles et les énergies instinctives.

J'ai eu un autre rêve à Zurich ; un rêve sur le même thème qui est venu un peu plus tard... Mais l'approche était différente. Depuis le tout début de mon analyse, une ouverture spirituelle très intense avait commencé à opérer. Avec les expériences religieuses vécues durant mon service militaire, ce processus spirituel est devenu de plus en plus puissant et s'est accéléré. À Zurich, avec l'intense implication qui était la mienne pour aborder mes rêves et, de façon plus générale, mon processus créatif, cela n'a fait que s'accroître. L'inconscient, cependant, ne faisait pas que m'amener des rêves spirituels... L'inconscient m'amenait des rêves pour équilibrer une spiritualité qui manquait d'équilibre. Le rêve avec mon père a été l'un d'eux. En voici un autre :

### **Rêve de l'église**

J'entre dans une très belle église. Il semble que ce soit une église catholique. Elle est vide, mais un orgue joue le Te Deum. C'est une magnifique musique, dans un endroit magnifique. Je marche doucement vers le chœur, rempli de respect et de révérence. J'arrive à l'avant de l'église, derrière le lutrin, et là, deux femmes sont couchées sur le sol, une mère et sa fille. Sous mon regard, la fille s'assied lentement, et d'une façon très alanguie et très sensuelle, elle étire les bras au-dessus de sa tête tout en disant, comme si elle se parlait à elle-même : Je suis fatiguée d'attendre l'expérience christique.

Une fois encore, l'inconscient m'amenait un équilibre... Mon père, dans une certaine mesure, portait l'énergie instinctive, à présent s'éveillait en moi un nouveau principe, un principe féminin qui dormait (qui était inconscient)... Qu'est-ce qui se réveillait ? Nous ne savons pas exactement, mais nous pouvons supposer que cela a trait au fait de vivre davantage de plaisirs sensuels dans le monde quotidien.

Il est difficile, lorsqu'une personne a profondément touché la réalité spirituelle, de ne pas en désirer davantage. Il est difficile, lorsqu'une personne vit la réalité symbolique pendant un long laps de temps, de revenir à ce qui semble être un monde réellement superficiel. Les questions ayant trait à la personnalité ne semblent guère palpitantes lorsqu'une personne a été touchée par Dieu.

C'est une situation paradoxale. D'un côté, nous avons besoin de la réalité des énergies spirituelles ; nous avons besoin de connaître Dieu, quel que soit le nom que nous aimons lui donner ou avec lequel nous nous sentons à l'aise. Puis, cette expérience même crée un déséquilibre avec l'autre côté et nous sommes projetés dans un conflit entre le ciel et la terre, essayant d'équilibrer les deux et d'honorer chacun d'une façon juste. Lorsque nous ne le faisons pas, l'inconscient, si nous désirons l'entendre, nous aide à voir le déséquilibre.

L'expérience de Zurich fut une expérience en or pour moi. Elle a été rendue possible par une bourse de la fondation Bollingen, et je suis très reconnaissant envers les personnes qui ont établi cette fondation. Elles ont aidé de nombreux étudiants à étudier à Zurich à un moment où le monde

ressemblait à un désert spirituel. (Le souvenir de cette expérience a été l'un des facteurs qui m'ont poussé à créer la fondation Hermès pour aider les étudiants à poursuivre leur étude de la conscience, où que cela puisse les mener.)

Je n'ai partagé qu'une toute petite partie de mes expériences à Zurich. J'ai pu m'immerger totalement, durant trois mois, dans mes rêves et dans mon processus créatif. J'ai commencé à peindre durant cette période, et j'ai réalisé ma première sculpture. J'avais fait venir par bateau au moins une trentaine de livres, et tous m'attendaient à mon arrivée à Zurich. Après une première tentative de lecture avortée, je n'ai plus jamais ouvert un seul livre de tout mon séjour. Mon actif académique et scolaire était en hibernation. Il n'a pas disparu, vous pouvez en être sûrs, mais pendant ces trois mois, il est resté invisible. Ce fut un temps consacré uniquement à l'expérience.

Les expériences d'immersion de cette sorte présentent des dangers... Lorsqu'on travaille d'une façon aussi intensive sur des plans intérieurs, il est nécessaire d'être assez solide pour être capable de supporter les forces qui sont libérées. Je me souviens d'une soirée où j'étais en train de peindre. Je dessinais un oiseau, un oiseau énorme qui volait vers le haut. Je me concentrais sur cet oiseau d'une façon méditative, et je me suis senti voler vers le haut avec cet oiseau... Les énergies libérées étaient intenses, et je savais que j'étais en danger. J'ai arrêté la méditation, posé la peinture par terre, et je suis allé marcher. J'ai réalisé qu'à cet instant, j'aurais pu aller dans un espace qui se serait révélé très destructeur pour moi. J'ai pris conscience du fait que je n'avais pas de vie extérieure pour équilibrer une telle introversion. Après cette expérience, j'ai pris en compte tout ce qui pouvait signaler une surcharge des circuits intérieurs.

L'autre problème avec ces expériences d'incubation continues et très intenses, c'est que revenir à la vie quotidienne est très difficile. La vie normale semble terriblement ordinaire... Après ces trois mois passés à Zurich, je suis retourné à Los Angeles, auprès de ma femme et de mon fils ; ma fille n'allait pas tarder à naître. Je n'avais pas d'argent. Les trois mois suivants, j'ai pris deux emplois différents et j'ai commencé ma pratique privée. Les deux jobs me demandaient de longs déplacements, au moins 130 kilomètres par jour... Cinq mois plus tard, je suis tombé malade, une pneumonie, une réaction symptomatique au problème qui était le mien : ajuster deux réalités complètement différentes, celle de mon monde intérieur et celle de mon monde extérieur. Le contraste entre la magie de Zurich et les exigences de la vie à Los Angeles était trop difficile à vivre pour mon corps.

### **III. Les années jungiennes, suite du développement des énergies spirituelles**

Les années suivantes furent extrêmement intenses et très satisfaisantes. Je suis entré de façon officielle dans le programme de formation jungienne de Los Angeles, et j'ai passé les quatre années suivantes à développer une pratique privée tout en étudiant et en travaillant énormément à l'institut.

Ma première analyste, durant ces années, fut Hilde Kirsch. De nouveau, ce fut une immersion dans l'inconscient... Hilde était une personne profondément spirituelle et une très fine analyste. Sa force venait de ce côté spirituel et de cette aptitude à comprendre les symboles, ce furent donc ces parts de moi qui furent approfondies, les autres restant inconscientes et reniées. Le problème était que je ne savais pas ce qui était renié. Je n'avais pas, dans ces années-là, la compréhension des subpersonnalités reniées que j'ai maintenant, et je ne savais pas lire les signes qui se manifestaient pourtant de façon évidente.

À ce point de ma vie, j'étais totalement jungien. Je détestais toutes les autres formes de psychothérapie. Je n'aimais pas, tout particulièrement, la Gestalt et les systèmes néo-reichiens. Il me semblait très primitif que les gens puissent faire autant de bruit, faire toutes ces choses bizarres que la Gestalt demandait, ou s'allongent en sous-vêtements sur des tables pour respirer comme le demandait le travail selon les méthodes de Reich. Je rejetais le travail de groupe et les groupes de travail. Pour moi, rien n'avait vraiment de sens en dehors de l'approche jungienne. Je vivais dans une gamme particulière, une fréquence énergétique précise appelée jungienne.

Voici l'un des premiers rêves que je fis lors de l'analyse avec Hilde...

#### **Rêve de la Déesse sexuelle**

Je suis dans un champ et j'arrive à une gigantesque statue de la Déesse Mère représentée sous la forme d'une déesse sexuelle. Elle est à genoux, comme au milieu d'un rite sexuel pour la fertilité. Dans le rêve, la statue fait 12 ou 15 mètres de haut, et, à sa vue, je suis empli de respect et de crainte.

En réponse à ce rêve, Hilde m'a dit que j'avais eu l'opportunité de voir un puissant archétype en action ; j'avais besoin de comprendre que cette représentation était une configuration archétypale, et je ne devais pas la confondre avec l'archétype lui-même. J'ai commencé à travailler de façon créative avec cette image. J'en ai fait des peintures et des sculptures ; cela a mis en route une très puissante vague d'énergies créatives et érudites. J'ai commencé à lire et à étudier tout ce qui concernait la Déesse Mère. J'ai commencé ce que j'appellerais aujourd'hui un processus jungien. Je ne veux pas dire que n'importe quelle personne se référant à Jung aurait vécu le même processus, mais simplement que c'était une approche tout à fait normale dans un processus jungien. Si j'avais été en psychanalyse, je pense que l'analyste m'aurait orienté vers mes propres fantasmes, et que nous ne nous serions pas orientés vers ma compréhension du monde des archétypes.

Je veux qu'il soit clair qu'aujourd'hui, je n'ai aucun jugement sur cette façon de travailler. Il me semble qu'il est important de comprendre ces différents processus, leur raison d'être, et ce qui est renié dans chaque approche. Ce processus m'a permis de développer mon côté spirituel et mon aptitude à comprendre les symboles ; mais il ne m'a jamais permis de prendre en compte mes fantasmes. Le côté sexuel et la part de moi en rapport avec le pouvoir personnel n'ont reçu que peu d'énergie. oulait dire être gentil et aimant ; comme j'étais né gentil et

aimant, il ne m'était pas difficile d'agir de façon gentille et aimante, et cela me semblait être ma normalité...

Dans la communauté jungienne, tous agissaient ainsi, aussi ce comportement était-il largement renforcé. Mon développement est donc devenu unilatéral, uniquement spirituel, si bien qu'un jour j'ai écrit un article très savant sur la sexualité et sur les raisons pour lesquelles elle n'était pas réellement nécessaire dans la société contemporaine... Heureusement, je n'ai jamais essayé de le publier, et je suis très heureux de dire aujourd'hui que j'ai largement changé d'avis.

J'avais une relation très personnelle avec Hilde. Elle était la mère, toujours là pour moi ; elle était le guide spirituel ; elle était l'amie toujours disponible. Comme nous n'abordions jamais les questions sexuelles ou le pouvoir, il existait tout un champ qui restait inexploré. Je n'ai jamais exprimé de négativité envers elle, tout comme je n'ai jamais tenu compte de la structure fantasmée qui existait en moi dans ma relation avec elle. Une séparation était inévitable. Un jour, cette séparation est arrivée...

J'ai complété mon parcours analytique en 1961, et je suis devenu très actif dans la Société Jungienne de Los Angeles. Le problème était que je commençais à réaliser certaines choses dont je n'avais pas conscience auparavant. Je commençais à m'apercevoir que je n'avais pas l'impression d'être un adulte et je me demandais quand j'allais sentir que j'étais un homme... Les hommes, dans les autres disciplines psychologiques, avaient tous l'air de se sentir adultes. Ils n'avaient pas ma compréhension des rêves et des contes de fées, ni ma connexion avec le monde des réalités spirituelles, ils n'étaient pas aussi aimants que je l'étais, mais ils donnaient l'impression de se sentir des hommes. Bientôt, j'ai commencé à sentir que j'abandonnerais volontiers certains de mes bons côtés pour me sentir être un homme. Les banques me terrorisaient, j'étais un enfant dans le monde de l'argent. J'ai également commencé à réaliser combien j'étais immature au niveau sexuel. Je commençais à être conscient de la négativité qui existait en moi...

J'ai travaillé pendant des années sur « mon ombre », mais j'avais le sentiment que cela n'avait rien à voir avec moi, avec ma vraie réalité. Je ressentais à nouveau cette énergie primitive qui était déjà apparue lors de l'incident à l'hôpital psychiatrique dans lequel je travaillais <sup>1</sup>... Je commençais à ne pas me sentir si gentil. Dans mon travail analytique, à chaque fois que j'étais sur le point de perdre le contrôle au niveau émotionnel, j'avais accepté le concept selon lequel c'était mon anima qui se manifestait sous sa forme non développée. (L'anima, dans le vocabulaire jungien, est le côté féminin de l'homme.) J'avais littéralement cessé d'être émotionnel, car je voyais l'émotion comme étant mon côté féminin non développé. J'ai alors commencé à me pencher sur ces idées...

### Le niveau de vision consciente

Les questions que je me posais sur la vie, sur moi-même, sur mon travail ont continué à se multiplier. Je ne l'ai pas réalisé sur le moment, mais mon inconscient était graduellement en train de former un momentum pour un nouveau saut en avant. Ce saut en avant allait finalement me conduire à quitter le confort et la sécurité de la communauté jungienne pour aller explorer d'autres domaines jusqu'ici négligés de la psychologie. Je me rappelle clairement le premier moment de séparation entre ma pensée jungienne et le nouveau niveau de vision consciente qui commençait à émerger en moi.

J'étais assis dans mon bureau, en train de conduire une séance d'analyse régulière. Je parlais à propos d'un rêve que mon client m'avait relaté, lorsque soudain ma vision consciente se sépara du moi qui était en train de parler. Ce fut une expérience stupéfiante. Il existait un moi jungien qui parlait du rêve du client – d'une façon très brillante, je dois le dire –, et



sur un autre niveau, je regardais toute cette séance avec étonnement. Je réalisai à cet instant que toute la connaissance et le langage qui venaient de moi avaient très peu à voir avec ma réalité profonde. J'avais l'impression de découvrir un programme d'ordinateur... Je ne dis rien au client, mais je savais que quelque chose d'irrévocable avait eu lieu.

Lorsqu'on se sépare d'une organisation ou d'un ensemble conceptuel, cela se fait de façon souterraine, bien longtemps avant le moment où nous sommes capables de prendre cette séparation en compte de façon consciente. Ce qui est difficile dans ces séparations, c'est que certaines personnes sont toujours impliquées dans ce changement... Ma relation avec Hilde avait été au centre de ma vie pendant pratiquement dix années. À présent, quelque chose commençait à changer. J'ai eu, à cette période, en 1964, un rêve important qui a clairement marqué le point de rupture dans ma relation avec elle. Il montrait très clairement pourquoi je devais me séparer d'elle. Mais d'abord, laissez-moi vous donner le contexte pour que vous puissiez comprendre le rêve.

<sup>1</sup> Hal parle ici d'une expérience relatée dans le premier chapitre de son livre. Cela se produit alors qu'il termine ses études en psychologie. « Je travaillais comme surveillant dans le département des patients violents à l'hôpital de Brentwood, à Los Angeles. Un après-midi, un homme noir, un patient habituellement catatonique, est devenu fou furieux. Nous avons dû le juguler physiquement car il blessait les autres patients. Nous n'étions que deux surveillants présents. Nous avons appelé du secours, puis nous avons essayé de le mettre au sol et de l'y maintenir. Dans le cours de l'action, il m'a frappé très durement, plusieurs fois. Je n'étais pas une personne très physique, et se battre était une chose qui m'était totalement étrangère. Cependant, après avoir reçu plusieurs coups sérieux, quelque chose s'est déclenché en moi et je suis devenu, moi aussi, fou furieux. Je n'ai pas la conscience de ce qui est arrivé, mais je me suis retrouvé sur le plancher, un moment plus tard, frappant cet homme en criant : « Toi, foutu négro ! ». Je ne peux vous décrire le choc que j'ai ressenti en me réveillant de cet état de brève inconscience pour m'entendre hurler ces mots. J'étais complètement identifié au fait d'être une personne sans préjugés, compréhensive, non raciste. J'étais né juif, et même si je n'étais pas particulièrement identifié au fait d'être juif, le fait de ne pas avoir de préjugés et de ne pas être raciste avait une profonde signification pour moi. À présent, tout d'un coup, j'avais une brève vision de ce qui se tenait sous le vernis de l'homme civilisé... Je ne l'ai jamais oublié, même si c'était bien des années avant que je ne commence à m'occuper de ce que j'appellerais plus tard les énergies démoniaques.

*Je suis le plus jeune de trois frères. Mon frère aîné a huit ans de plus que moi, et le second six. Joe, l'aîné, est mon opposé absolu. C'est un brillant avocat qui a réussi, qui a beaucoup voyagé, qui est très à l'aise dans le monde réel, celui du pouvoir et de la sexualité. J'étais le plus jeune frère, celui de tous les contes de fées. J'étais le rêveur. Pendant de nombreuses années, nous avons été les opposés l'un de l'autre. Plus j'étais pris dans le cadre jungien, plus j'avais de bonnes raisons de renier cette part de moi, le Joe intérieur. J'étais déjà devenu conscient des différents aspects de schémas reniés qu'il représentait au niveau archétypal. Il apparaissait à présent dans mon rêve d'une façon qui prenait tout son sens...*

### **Le rêve de séparation**

*Je suis dans une séance d'analyse avec Hilde. Elle est en train de me parler, quand tout d'un coup la porte s'ouvre, et mon frère Joe entre. Sa femme est avec lui. Ils arrêtent la séance et m'emmènent avec eux. Ils s'assurent que Hilde ne puisse rien faire pour contrecarrer leurs plans et, pour en être certains, ils la bloquent dans un autre espace. Puis, ils commencent à me faire faire le tour de toutes les boîtes de nuit de L.A. Le but est de me montrer que la sexualité est une bonne chose. Ils m'emmènent dans des boîtes de strip-tease, dans des night-clubs, dans les lieux où l'on danse, dans absolument tous les endroits où l'anatomie des femmes et des hommes est dévoilée. Cela dure toute la nuit. Finalement, ils me montrent des panneaux d'affichage avec des corps de femmes et me disent : « Tu sais, Harold, tout cela est normal. Tout cela fait partie de nous, tout cela est OK. » Après cette dernière affirmation, ils me ramènent à ma séance d'analyse et relâchent Hilde. Le rêve se termine là.*

*J'ai fait ce rêve en 1964. Mon analyse s'est encore poursuivie quelque temps, mais cette relation se terminait. Quelques mois plus tard, j'ai fait le rêve suivant...*

### **Rêve de Khrouchtchev et Satan**

*Il y a eu une longue guerre. Une guerre qui a duré des années. Finalement, c'est terminé, la guerre a cessé. Je suis debout face à un « no man's land ». De l'autre côté, nos anciens ennemis arrivent. Ils traversent ce « no man's land ». C'est mon frère Joe. Mais il n'est pas une seule personne... Il est trois personnes. Il est lui-même, il est Khrouchtchev et il est Satan. Ils arrivent jusqu'à nous, se joignent à nous, et nous commençons à parler.*

### **IV. Le reniement des énergies instinctives**

*Mes années jungiennes m'ont amené beaucoup de richesse. J'ai développé à un très haut niveau les énergies liées à la spiritualité et au symbolisme. L'artiste en moi a pu naître. Ma créativité a fleuri. Ce qui n'avait pas encore été regardé, c'était la vie instinctive. En dehors de la communauté jungienne, j'avais très peu de contacts avec mon côté pouvoir. Je n'avais pas accès à mon agressivité ni à ma sexualité. Je n'avais pas le sens de l'argent, des affaires et des finances. La psychologie jungienne continuait de nourrir des parts de moi qui étaient déjà extrêmement développées. Je ne pouvais pas le voir à cette époque, aussi mon inconscient amena-t-il mon frère dans mes*

*rêves pour m'aider à me séparer de Hilde. Ce frère, dans le rêve, m'a vraiment amené à entrer en contact avec ma sensualité, avec ma nature dionysienne et celle d'Aphrodite. Puis, le rêve avec Satan et Khrouchtchev a complété le travail. Je ne pouvais*



*plus continuer à projeter mon pouvoir, ma sexualité et mes énergies démoniaques. Je devais en prendre la responsabilité...*

*Les gens sont terrifiés lorsqu'ils entendent des mots comme démoniaque ou satanique. Mais ce que je décris par ces mots, ce n'est rien d'autre que des instincts qui ont été réprimés. Ils se sont altérés. Si vous reniez l'agressivité, elle s'altère. Si vous reniez la sexualité, elle s'altère. Ces énergies se corrompent, se détériorent, se faussent parce qu'elles retournent dans l'inconscient, et là, elles fermentent et s'enveniment. À ce moment-là, nous les nommons démoniaques car elles peuvent agir de façon destructive.*

*J'aimerais clarifier ce point avec un exemple. Une petite fille de 10 ans a fait le rêve suivant :*

*Je vois une grosse machine qu'un méchant homme fait marcher. Cette machine a un filet à l'arrière, et l'homme méchant presse un bouton et attrape des animaux... De gentils animaux, amicaux, qui jouent dans la rue. Les animaux entrent dans la machine et là, quelque chose se passe. Ils deviennent méchants. Le héros arrive, et quand le méchant homme le voit, il presse le bouton et relâche les animaux qui ont été enfermés et transformés. Les animaux sortent de la machine et attaquent le héros.*

*La question que se pose la petite fille, dans le rêve, est la suivante : le héros va-t-il s'apercevoir que les animaux sont, en réalité, gentils et qu'ils agissent ainsi simplement à cause de ce que la machine leur a fait ; ou le héros va-t-il penser que les animaux sont réellement mauvais et essayer de les tuer ?*

*Ce rêve remarquable fait par une enfant de 10 ans nous donne une image vivante de ce que je vous décris. La machine du rêve, c'est la machine de la civilisation qui capture notre côté animal, nos instincts, et qui les enterre, parfois très profondément, parfois un peu moins. Lorsqu'ils sont enterrés, ces instincts se transforment. Ils reçoivent encore davantage d'énergie, et ils se corrompent. Ensuite, ils attaquent ou sortent*

et agissent d'une façon très excessive. Lorsqu'ils sortent de façon négative, nous prenons cela comme la preuve que les instincts sont dangereux, et nous pensons qu'ils doivent absolument être réprimés. Tout comme le héros du rêve, il est possible que nous ne réalisons pas que les animaux, en fait, sont bons, et que s'ils agissent de manière pervers, c'est à cause des exigences répressives de notre civilisation.

Satan, pour moi, est la personnification mythique et symbolique de certaines tendances en moi qui ont été réprimées pendant des décades. Elles ont été projetées sur les gens qui faisaient partie de mon environnement. Je ne pouvais plus me comporter ainsi ! Je devais, à présent, rencontrer Satan et Khrouchtchev et reconnaître qu'ils faisaient réellement partie de moi. Le concept de l'ombre devenait à présent une réalité vivante ; ce n'était plus une compréhension purement théorique. L'innocence de l'enfance prenait fin...

Comment tout cela s'est-il produit ? Comment ai-je été amené à renier si complètement ma vie instinctive ? Comment « l'homme méchant » a-t-il pu capturer tant d'animaux dans sa machine et les transformer en énergie négative ? Je désire, au risque de me répéter, résumer ce processus, car c'est une question vraiment cruciale pour beaucoup d'entre nous.

Chacun de nous est venu au monde totalement vulnérable. Nous découvrons très tôt dans la vie qu'être vulnérables n'est pas une manière facile ou sécurisante de vivre sur cette planète Terre. Nous apprenons que nous devons nous protéger et, pour cela, faire ce que l'on attend de nous. Nous apprenons à contrôler notre environnement pour ne pas être blessés. Nous développons une partie de nous qui commence à contrôler notre vie et cet environnement.

Ce contrôleur travaille comme un gigantesque ordinateur. Son premier travail est de recueillir des informations. Il regarde autour de lui et voit ce qui se passe. Il remarque quelle sorte de comportement satisfait notre mère et notre père. Il évalue le comportement qui va nous aider à réussir dans la vie et celui qui ne va pas nous le permettre. Il détermine comment nous allons pouvoir devenir puissants au lieu de simplement rester vulnérables.

Ce contrôleur est généralement confondu avec l'entité que nous nommons l'ego. Lorsque la plupart des personnes se réfèrent à l'ego, elles se réfèrent, en fait, à ce contrôleur. Ce contrôleur est comme un marionnettiste passé maître dans la façon d'utiliser les autres subpersonnalités pour accomplir ses buts et réaliser ses désirs.

Mon contrôleur a appris à utiliser la partie de moi que l'on nomme le chic type. J'étais quelqu'un de gentil et d'agréable. Je

ne demandais jamais rien. J'avais appris à agir d'une façon qui n'était pas égoïste et je faisais passer les besoins des autres avant les miens. Mon contrôleur s'est aussi allié à mon ambitieux et aux voix qui désiraient réussir : j'avais un bon intellect, et le contrôleur reconnaissait que le succès académique et le fait de savoir parler étaient utiles pour assurer ma sécurité dans le monde.

Toutes les activités du contrôleur visent à assurer la sécurité. Son travail est de prévenir toutes les blessures possibles. Le contrôleur est une sorte de parent pour l'enfant intérieur, mais un parent qui le rejette complètement, puisque le fait de nous garder loin de notre vulnérabilité est le seul moyen qu'il connaisse pour s'occuper de cet enfant... Le contrôleur est toujours essentiellement rationnel, et il doit faire tout ce qui est en son pouvoir pour nous éviter souffrance et peine.

Le contrôleur, en moi, avait bien fait son travail. En tant qu'enfant, j'avais été totalement vulnérable. J'avais appris à utiliser mon côté mental et je m'étais servi de l'énergie d'un actif très ambitieux et puissant pour accomplir un grand nombre de choses. Lorsque ma nature spirituelle et mon aptitude à comprendre la nature des symboles ont commencé à émerger, le contrôleur les a pris en compte également. C'était une opportunité de devenir encore plus puissant, vraiment puissant... Je commençais à devenir un leader dans le domaine spirituel, je commençais à donner des conférences et à enseigner. Dans la communauté jungienne elle-même, j'avais réussi à me faire une place très agréable.

Pour le contrôleur, cela signifiait que j'étais en sécurité et que je n'avais plus à me sentir vulnérable. C'était un moyen d'être responsable de moi-même. Après être resté pendant tant d'années un étudiant et un disciple, j'étais moi-même devenu un enseignant-guru. Je ne savais pas que tout cela se passait en moi, à cette époque... C'est toujours a posteriori que les dynamiques deviennent claires. Mais toujours est-il que le développement de ma vision consciente et un sentiment d'insatisfaction ont commencé à interférer avec les plans du contrôleur.

Il est incroyable de découvrir à quel point l'énergie va dans le sens de la négation de la vulnérabilité ! L'enfant intérieur est celui qui porte notre tristesse, notre vulnérabilité, notre sensibilité. Un autre de ses aspects, très différent, est son côté joueur et spontané. Ce n'est pas uniquement l'enfant qui porte ces qualités, mais c'est lui qui, dans une grande mesure, est à l'origine de ces énergies.

Un grand nombre d'années ont suivi, où les activités professionnelles ont pris une large place. Ce fut aussi un temps

## ADHÉSION À L'ASSOCIATION

Jan. 2011 à

Jan. 2012

Je m'inscris à l'Association Voice Dialogue Sud :

Nom ..... Prénom .....

Adresse .....

Profession ..... Tél ..... E-mail .....

Fait à ....., le ..... / ..... / .....

Signature :



d'intégration de différentes parties de moi-même avec lesquelles je n'avais jusqu'ici jamais été en contact. Je suis devenu de plus en plus actif au sein de la communauté jungienne mais, en même temps, je la remettais de plus en plus en cause, et les discussions étaient nombreuses. J'étais encore très loin de comprendre l'enfant intérieur. Ma relation avec Hilde, ma place dans la communauté constituaient pour lui un nid confortable où il se sentait en sécurité. C'est l'une des choses les plus importantes que nous devons comprendre au sujet de l'enfant : si nous ne le connaissons pas, si nous ne prenons pas soin de lui, il va chercher quelqu'un dans notre entourage pour prendre soin de lui. Au fur et à mesure que ma séparation psychologique avec la psychologie jungienne se poursuivait, mon enfant intérieur perdait sa protection ; du coup, il était nécessaire, pour lui, de disparaître complètement. Comme je n'étais pas conscient de ses besoins, sans le vouloir, je l'exposais beaucoup trop et le mettais en danger. Ce qui commençait à se développer en moi était mon côté pouvoir, ma capacité à réagir, ma relation à mon corps physique. En bref, je commençais à accepter les énergies démoniaques, l'héritage instinctif qui, essentiellement, n'avait encore jamais été à ma disposition dans ma vie. Cela prenait parfois des directions très amusantes, tandis que d'autres ne l'étaient pas du tout. Mon frère a eu une influence déterminante pour m'aider à revendiquer cet héritage instinctif.

## V. Intégrer les énergies instinctives

L'un des premiers domaines dont j'ai dû apprendre à tenir compte est celui du corps physique. Je n'ai jamais été un enfant sportif. Je pense que cela a quelque chose à voir avec le fait que je vivais le plus souvent dans des mondes imaginaires lorsque j'étais jeune. L'éducation accorde beaucoup d'importance au sport de compétition, surtout dans les grandes classes, ce qui donne de bons résultats pour certains enfants. Cela n'en donne guère pour les enfants plus introvertis, ceux qui vivent davantage dans le monde du rêve. Au lycée, j'ai trouvé une solution à ce problème en rejoignant le R.O.T.C. program <sup>2</sup>, et j'ai fait la même chose durant mes deux premières années à l'université (UCLA). Il y a eu une période, lorsque j'ai pris un peu de poids, où j'ai pris l'habitude de m'entraîner avec un ami, Harvey Mindess. Au début, nous avons pris cela très au sérieux, mais j'ai vite laissé tomber. Mon énergie guerrière brillait par son absence...

Le choix de ma profession n'était pas en rapport avec le développement du corps. Il peut difficilement y avoir une profession plus sédentaire que la pratique de la psychologie. L'inconscient, cependant, commençait à me préparer pour la découverte d'une nouvelle subpersonnalité reniée : la réalité de mon corps physique. Le développement de mon côté spirituel, symbolique et intellectuel m'avait éloigné de mon corps.

J'ai commencé ma pratique privée en 1957. Entre 1964 et 1965, j'ai commencé à avoir des douleurs dans le bas du dos, dans les jambes et un peu partout dans le corps. J'étais convaincu d'avoir un cancer. Mon père était mort d'un cancer en

1963, et c'était mon « époque cancer ». Plus tard, je suis passé aux maladies cardiaques et à un large éventail d'autres symptômes...

Avec le recul, mon expérience avec ce type de peurs est que leur fonction est de bloquer l'énergie. J'avais certainement de nombreuses énergies bloquées. Mon inquiétude à propos du cancer m'a finalement conduit à consulter et à faire un examen approfondi et complet, avec tous les tests médicaux et toutes les analyses possibles. Lorsque tout fut terminé, le bilan a révélé que j'étais en parfaite santé, à l'exception de quelques douleurs d'arthrite dans le bas du dos. Le médecin m'a donné quelques exercices d'étirement à faire, une fois ou deux par jour. Je les ai pratiqués religieusement pendant une semaine, puis je les ai complètement oubliés. Après tout, puisque je n'avais pas de cancer, pourquoi me soucier d'un dos qui ne me dérangeait pas tant que ça ?

Deux mois plus tard, j'ai fait un rêve qui, une fois encore, a marqué un tournant majeur dans ma vie, tout au moins en ce qui concerne mon corps. Je suis né à Détroit, dans le Michigan, j'ai fréquenté le lycée connu sous le nom de Central Hight. C'était un lycée où les élèves étaient en majeure partie juifs et qui avait la réputation d'être une école pour enfants intellectuellement doués. À l'opposé, il existait dans cette ville une communauté du nom de Hamtramack qui étudiait dans le lycée de Hamtramack. Il avait la réputation d'être le lycée du muscle. Lorsque les deux équipes disputaient un match de football, ce qui arrivait une fois par an, dans les bons jours pour Central Hight, le score était de 75 à 6... Voici donc pour le contexte de ce rêve.

### Rêve de Krupnick

Je suis assis dans mon bureau, en train de travailler. C'est l'endroit où je passe la majorité de mon temps. Cette pièce fait face à la route. J'entends une voiture s'arrêter. C'est une voiture étrangère, peut-être une Volkswagen. De cette voiture sortent quatre gigantesques garçons polonais, probablement dans les 18, 19 ans. Ils ont l'air énormes et puissants. Ils se tiennent à côté de la voiture et forment une sorte de carré. Puis leur coach sort de la voiture et se place au milieu du carré. Son nom est Krupnick. Ils marchent jusqu'à la porte d'entrée et commencent à frapper. Il semble, en fait, qu'ils vont la réduire en miettes. J'ai très peur et j'ouvre timidement la porte. Ils me saisissent et me disent : « Tu viens avec nous. » Aucune discussion n'est possible. Ils me tirent hors de la maison et je me réveille.

La manière dont nous renions certaines parties de nous-mêmes est vraiment incroyable... Une fois que nous sommes devenus conscients de ces parts de nous, nous nous demandons comment nous avons bien pu faire pour passer tout ce temps sans prendre conscience d'elles. Je peux me souvenir d'avoir regardé des gens qui faisaient du jogging, ils me semblaient complètement idiots. Appartenir à un club de gymnastique n'avait aucun sens pour moi. J'étais identifié au mental, à la vie de l'esprit, avec mon contrôleur en arrière-plan, et cela représentait ce que je pensais être mon ego. Ces parties de moi niaient mon corps.

<sup>2</sup>. Entraînement pour officiers de réserve, ce qui permet ensuite de faire son service en tant que coopérant.

*Dans ce rêve, une fois de plus, j'étais séparé du nid où l'introverti se sentait bien. Depuis ce rêve, mes copains de Hamtramack et mon nouveau coach Krupnick sont toujours restés présents dans ma vie. J'ai rejoint la YMCA le jour suivant, et depuis lors, je n'ai plus jamais été séparé de mon corps. Je dirais même qu'avec les années, j'ai pris mon corps de plus en plus au sérieux. Krupnick est une entité réelle en moi, et un bon conseiller en ce qui concerne le corps.*

*La maladie peut être la source d'un grand enseignement. Tout dépend de notre attitude envers elle. Si nous tombons*



*malades et considérons cette maladie uniquement comme un ensemble de symptômes qui doivent être éliminés, alors nous faisons tout ce que nous pouvons pour les éradiquer. Mais si nous considérons la maladie comme un processus naturel, une opportunité que nous offre la vie afin de devenir conscients de certains déséquilibres ou de certains blocages énergétiques, alors la maladie devient un incroyable professeur. Nous commençons à prendre en considération ce que nous mangeons, nos blocages émotionnels, les schémas de pensées qui forment nos croyances. Nous commençons à penser au sens et au but de notre vie, à découvrir s'il en existe ou non pour nous. Nous commençons à regarder notre environnement de manière différente, tout comme nos relations, et à voir où nous nous sentons libres et où nous nous sentons piégés. Le concept de la maladie comme professeur est l'une des idées les plus significatives qui ait émergé du mouvement de médecine holistique contemporain.*

*De la même façon, lorsque nous avons peur de certaines maladies ou lorsque nous rêvons que nous tombons malades, ces expériences peuvent aussi être regardées comme des professeurs potentiels. Où existe-t-il un manque d'équilibre dans nos énergies ? Où sont-elles bloquées ? Qu'est-ce que je fais que je ne veux pas faire ? Qu'est-ce que je veux faire que je ne fais pas ? Tous nos « symptômes », maladies, rêves de maladies, phobies de certaines maladies, sont de merveilleuses opportunités pour une nouvelle vision consciente.*

*Commencer à intégrer mes énergies physiques a réellement*

*été la suite du processus qui avait commencé avec le rêve sur mon père fait à Zurich. La relation avec mon père a considérablement changé durant ces années. Il est resté un homme qui parlait peu, mais graduellement, l'amour s'est développé entre nous ; cet amour a duré jusqu'à sa mort. Lorsqu'il est tombé malade en 1961, ma mère a préféré qu'il ne sache pas qu'il avait un cancer. Ce n'était pas du tout quelque chose que j'approuvais, mais j'ai ressenti le besoin d'honorer son souhait. Cette maladie a duré deux ans, il est resté à la maison jusqu'à environ dix jours avant la fin.*

*Un après-midi, ma mère m'a appelé dans une sorte de panique, en me disant que mon père avait des hallucinations. Je me suis rendu chez eux aussi vite que possible ; mon père avait la vision persistante de la « mort » essayant d'entrer dans la pièce par la porte du fond. Il était très effrayé ; après quelques minutes, il s'est calmé. Il m'a regardé et m'a posé la question que je ne pouvais plus éviter : « Je suis en train de mourir, n'est-ce pas ? » J'ai hoché la tête pour indiquer que c'était la réalité. Cela a marqué la fin des hallucinations, et quelques jours plus tard, il a été transporté à l'hôpital où il est mort peu de temps après.*

*Il n'est pas agréable de mourir sans savoir que vous êtes en train de mourir... Ce n'est pas agréable pour la personne qui meurt. Tout devient forcé et artificiel, toute la beauté du processus est niée. Nous pouvons tous être reconnaissants du travail qui a été fait sur la mort et autour de ceux qui meurent, car cela change complètement la relation à la mort et l'atmosphère qui entoure ce processus. Il est assez rare, à présent, de se trouver en présence d'une personne qui va mourir et qui ne le sait pas. En nous taisant, nous pensons protéger la personne, mais en fait, nous ne protégeons que nous-mêmes. Nous voulons éviter les pleurs et la tristesse.*

## **VI. Le départ : quitter le nid**

*Du milieu à la fin des années soixante, il y a eu pour moi un mouvement d'élargissement, aussi bien dans ma vie personnelle que dans ma vie professionnelle. En plus de mes activités au sein de la Société Jungienne de Los Angeles, j'ai commencé à avoir des contacts intéressants et à travailler à d'autres endroits. Sur le plan personnel, j'étais en contact avec mes émotions, particulièrement avec ma colère et ma rage. Le chic type était en train de mourir, et à sa place apparaissait une personne totalement nouvelle pour moi. J'étais sans cesse en train de discuter et de me battre lors des réunions professionnelles. La situation allait de mal en pis, car plus j'étais en colère, plus les gens autour de moi devenaient calmes. À la place qui était la mienne, et qui avait été la leur*

auparavant, l'expression de la colère n'était pas considérée comme quelque chose qui convenait.

En fait, j'allais dans un autre archétype sans avoir la vision consciente de ce qui arrivait. De l'archétype de l'homme spirituel dans lequel j'avais vécu tant d'années de ma vie, je passais à celui de l'homme démoniaque. Je revenais à la maison après ces réunions et j'avais des rêves me disant que mes électrocardiogrammes indiquaient un problème de cœur. J'étais littéralement hors de contrôle... Pendant quatre ans, c'était comme si j'étais passé des énergies du Christ à celles de Satan.

Ce qui séduit, dans la rage et la colère, c'est qu'elles nous donnent beaucoup d'énergie. Pendant ces années, j'étais rempli d'énergie. Ce qui est aussi très séduisant, c'est le sentiment d'avoir raison que nous éprouvons lorsque nous sommes en colère. Nous sommes comme aveugles, et nous continuons à réduire en miettes nos opposants, en ayant l'impression que notre comportement est totalement justifié. Les gens avaient peur de moi, à juste titre. Cependant, durant toute cette période, je sentais que je devenais un homme. Je ne me réveillais plus jamais le matin en me demandant quand j'allais commencer à me sentir homme. Cet homme était là.

Au cours de ces années, j'ai fait beaucoup de rêves qui tournaient autour de l'intégration des énergies primitives et instinctives. Je veux partager ces rêves car, dans le processus de transformation, ceci est un passage très critique.

### **Rêves d'intégration des énergies instinctives**

**Rêve 1 :** Je suis allongé dans mon lit en train de regarder un arbre dans le jardin. Il y a un chat dans l'arbre ; il est sur le point de bondir sur un oiseau, pour le tuer et le manger. Je ne peux pas supporter l'idée que le chat agisse ainsi et, dans le rêve, j'arrête le processus. J'empêche que cela se produise. En agissant ainsi, j'interfère avec le cours naturel des choses. Le chat commence à tourner autour de l'arbre, hors de contrôle, comme victime d'une force centrifuge.

Je me réveille avec l'image du chat swingant autour de l'arbre, ayant perdu tout contrôle. Le sentiment de ce chat en train de tourner restera présent toute la journée.

**Rêve 2 :** Une maman chat donne naissance à une portée de dix chatons. Puis, la mère commence à manger le plus jeune. Je réalise qu'il doit y avoir quelque chose qui ne va pas avec la portée, c'est pourquoi elle agit ainsi. Je réalise aussi que je suis forcé de regarder ce processus naturel, un processus qu'il m'est très difficile d'accepter.

Quel message l'inconscient essayait-il de me donner ? J'avais besoin d'être plus en lien avec la nature, avec les lois naturelles de la vie, avec l'instinct qui gouverne le royaume animal. Que je le veuille ou non, mon héritage instinctif était en train de se restaurer. J'étais certes désagréable dans ma vie sociale, mais à un niveau très profond, une transformation très importante avait lieu. Deux autres rêves ont suivi.

### **Rêves des guerriers mongols**

**Rêve 3 :** Je suis chez moi, quand soudain, je deviens

conscient que la Californie est envahie par une horde de guerriers mongols d'origine chinoise. Ils sont primitifs et sanguinaires, or ma famille est au loin. Je sors de la maison et cours pour aller les chercher, mais je suis arrêté par un homme qui est le chef de l'invasion. C'est cependant un homme blanc, il me force à m'asseoir à une table et à écrire. Il me dit qu'il est le leader de l'invasion mais qu'il n'a aucun contrôle sur elle. Ces invasions doivent se produire de temps en temps, et rien ne peut être fait pour les éviter. La chose essentielle est d'utiliser correctement l'expérience, d'écrire et de ne pas paniquer. Je commence à écrire.

Une fois de plus, l'inconscient m'apportait le pouvoir des énergies instinctives. Cela avait commencé avec mon père dans le rêve de Zurich, cela a continué avec Krupnick et ses hommes, puis avec l'énergie du chat, et c'étaient à présent les guerriers mongols. De telles invasions brisent « la forme » des civilisations traditionnelles. Elles mettent un terme à la forme de conscience dans laquelle nous vivons. La forme de ma vie était détruite, les gens autour de moi en payaient le prix... Puis suivit un autre rêve, que je désire aussi partager.

**Rêve 4 :** Je me bats avec un puissant Mongol. Nous savons tous deux que c'est une lutte à mort. Il est très puissant, mais je sais que moi aussi je suis puissant. La bataille continue encore et encore, aucun de nous n'est capable de prendre l'avantage sur l'autre. Je suis blessé à la hanche gauche, mais cela ne me décourage pas. Finalement, nous sommes épuisés, nous commençons à nous passer mutuellement de l'huile sur le corps. Nous nous éteignons, ni l'un ni l'autre n'avons gagné et nous sommes tous deux victorieux. Je suis conscient de ma blessure à la hanche.

Ces deux rêves de Mongols ont été des expériences très puissantes ; les deux sont restés très présents durant de nombreuses années. Le Mongol est la personnification parfaite des énergies primitives terriennes. Ils étaient puissants et cruels. Ils étaient les maîtres et les conquérants. Dans le rêve de la bataille, je luttais finalement face à face avec cette énergie que j'avais combattue avec ardeur et reniée pendant tant d'années. Au fil des ans, cependant, j'étais devenu plus fort, à présent, aucun des deux ne pouvait plus vaincre l'autre.

La blessure à la hanche entraînait d'autres associations. Immédiatement m'est venue l'image de Jacob se battant avec un ange envoyé par Dieu, au gué de Jabbok. Jacob aussi fut blessé à la hanche lors de ce combat... Se pouvait-il que mon opposant mongol soit un ange envoyé par Dieu ? Penser ainsi était-il un blasphème ? Ce n'est pas blasphémer que de penser que tous nos schémas d'énergies reniées sont des aspects de l'énergie universelle qui doivent être intégrés par chacun de nous.

L'intelligence de l'univers était de nouveau active à travers ma psyché inconsciente et me donnait une série de rêves pour m'aider à amener davantage d'ordre dans ma vie. Cette intelligence est une intelligence mathématique. Elle a le sens de l'harmonie et de l'équilibre. Elle pose les priorités. Elle semble viser un but pour chacun d'entre nous : elle veut que nous

devenions conscients de tous les schémas d'énergie qui existent, que nous honorions tous les dieux et toutes les déesses. Le côté puissant était en train d'être intégré, dans un but extérieur dont je ne savais rien.

J'ai décrit à quel point j'étais devenu impossible avec mes associés durant cette période. J'ai aussi rencontré un psychanalyste, Ernie White, et je me suis lié d'amitié avec lui. Nous avons commencé à nous rencontrer régulièrement, le lundi soir. Nous faisons un échange, il me psychanalysait et je l'analysais à la manière jungienne. Ce travail était très important pour moi, pour plusieurs raisons. Depuis que j'avais commencé à me séparer psychologiquement de la communauté jungienne, je me sentais de plus en plus isolé professionnellement. J'étais devenu peu à peu conscient de mon manque d'amis, je réalisais combien j'avais joué le rôle de celui qui voit et de celui qui sait, au niveau professionnel. Dans cette relation, nous étions égaux. J'ai commencé à m'occuper de la façon dont mes fantasmes étaient structurés, ce à quoi je n'avais jamais touché lors de mon analyse jungienne. Je retournais au rêve de la Déesse Mère et commençais, à partir de là, à explorer le matériel personnel qui avait été négligé jusqu'ici. Ce fut une expérience de guérison.

Mon identification au méchant garçon a pris fin, un matin, alors que je conduisais pour me rendre à mon bureau à Westwood. J'étais en train de tourner à droite et un vieil homme traversait la route ; il était infirme et se servait d'une canne. Attendant qu'il passe, j'ai commencé à l'injurier pour qu'il se dépêche. À ce moment-là, je me suis éveillé de mon sommeil archétypal. Vivre identifié à un archétype, c'est comme être endormi... J'étais endormi à un certain niveau. Ma vision consciente, à présent, était témoin de la voix du démoniaque, exactement comme elle avait été témoin quelques années plus tôt de la voix de celui qui était formé au travail jungien.

Je n'ai pas tout saisi à ce moment-là, mais j'en ai compris suffisamment pour être certain que je devais quitter cette scène, partir et prendre du temps pour réfléchir. J'étais passé de Jésus-Christ à Satan, et c'était vraiment assez. Ce matin-là, j'ai réservé un vol pour Londres, puis un retour sur le paquebot SS France pour New York. Trois semaines plus tard, je suis parti pour Londres, et l'étape suivante de mon voyage a commencé.

J'avais toujours aimé l'océan, et cette croisière était un voyage extraordinaire pour moi. J'étais avec un agréable groupe de personnes et, en quelques jours, ces gens sont pratiquement devenus des amis. Le deuxième ou troisième jour, ils ont passé la version de Roméo et Juliette qui venait juste de sortir. Pour moi, c'était exactement ce que le docteur avait ordonné. Vers le milieu du film, j'ai commencé à pleurer, et j'ai pleuré sans m'arrêter pendant quatre heures... C'était comme si tout ce qui était dureté en moi commençait à fondre.

Lorsque cela s'est terminé, j'ai ressenti une clarté que je n'avais encore jamais connue. J'ai vu où j'avais été et d'où je venais, et je me suis senti libre. Je retournais à Los Angeles, et il est devenu clair pour moi que je ne pouvais plus être affilié à la communauté jungienne. Ce n'était plus une question de colère, même si je n'en étais pas encore complètement libéré. Simplement, ce n'était plus « chez moi ». À cette époque, j'étais président de la

Société de Los Angeles. J'y ai travaillé encore deux ou trois mois, jusqu'à la fin de mon mandat ; j'ai participé à la dernière réunion ; puis mon lien avec eux s'est rompu.

J'ai appris plusieurs choses... L'une des leçons les plus significatives est qu'il existe toujours quelque chose sous et derrière le fait d'être continuellement en colère. Nous devons regarder ce que c'est. Je n'ai jamais été une personne qui sait mettre un terme à quelque chose... Ma tendance a toujours été de couper, et pas forcément de façon très élégante. De cela, je suis désolé... D'un autre côté, j'ai vécu des changements majeurs de conscience, et bien peu de personnes ont été là pour me soutenir.

Peu avant ma décision finale de quitter la Société Jungienne, j'ai rêvé que je quittais la maison de la mort et que, si je ne parlais pas, j'allais mourir. Cela a rendu ma décision irrévocable. J'ai réalisé qu'il était question, dans le rêve, d'un état de conscience, et que pour moi, se séparer de ce groupe était essentiel pour vivre cet état de conscience. L'aspect le plus difficile, le plus dur du processus de transformation est de résoudre les problèmes posés par nos liens personnels tandis que nous passons à travers certains changements majeurs dans nos vies.

Je serai éternellement reconnaissant de mes années jungiennes. La richesse et la qualité qu'elles ont amenées dans ma vie sont et restent sans prix. Il était toutefois devenu clair pour moi que je ne pouvais pas continuer d'être identifié à quoi que ce soit. Je sentais que continuer d'être un membre de la communauté jungienne, c'était être dans un moule qui m'empêchait d'aller là où je devais aller... Au niveau psychologique, c'était le moment de la mort, un temps de fin pour de nouveaux commencements.

