

# Les archétypes de Jung et leur symbolique au service des Héros au quotidien

## Introduction

Nous avons déjà établi dans l'article précédent (lire [ici](#)) que nous répondons toutes et tous à une forme d'héroïsme dans la vie de tous les jours. Pour aller plus loin dans cette réflexion, il peut être intéressant de rappeler que l'humanité "produit" des héros et des héroïnes depuis des temps immémoriaux.

Selon les travaux de C.G. Jung, notre psyché est influencée par cette mémoire collective au point de créer des représentations universelles qu'il a nommé archétypes. Ces représentations animent nos inconscients et peuplent nos rêves sous des formes symboliques.

Et en même temps, ces archétypes se manifestent également de manière subtile dans notre quotidien.

- Quelles sont les grandes classes d'archétypes et leurs caractéristiques propres ?
- Par quel(s) archétype(s) êtes-vous le plus influencé.e ?
- Quelles sont les ressources et les "pièges" de ces automatismes inconscients ?
- Comment les utiliser aujourd'hui à notre avantage ?

L'objectif de cet article est de vous donner quelques éléments d'information pour répondre à ces questions.

1. Quelles sont les grandes questions auxquelles les archétypes de C.G. Jung répondent ?

Des archétypes universels au niveau de l'humanité entière ne peuvent exister que s'ils sont en lien avec l'expérience universelle des êtres humains : naître, faire partie d'une famille, rêver du futur, ...

Les travaux de Carol Pearson sont très inspirants à plus d'un titre. Cet auteure et chercheuse a en effet développé une structure pour catégoriser 12 archétypes qui nous lient à notre statut de héros au quotidien.

Les douze archétypes représentent des réponses à deux types de questions (transformées pour rencontrer le propos de l'article) :

- Qu'est-ce qui me pousse à agir, à prendre mon rôle de héros au quotidien ? Quel est le but existentiel recherché ? Il y a 4 grands motivateurs (et trois archétypes par motivateur).
- Quelle partie ou fonction de mon identité est exprimée par cet archétype ? Il y a trois « parties » ou « fonction » (et quatre archétypes par partie »).

Détaillons quelque peu ces deux questions et surtout les catégories qui en découlent.

## **Les quatre buts existentiels de l'Humanité**

- « Retrouver » le « Paradis » perdu

Au-delà de cette métaphore biblique, il y a une recherche constante chez l'être humain de vivre dans un monde « parfait » où l'on peut oublier les tracasseries et le brouhaha du quotidien. Un monde de rêves réalisés. D'aucuns lient cette aspiration à notre passage dans le ventre de nos mamans. Quelle qu'en soit l'origine, nous aspirons tous plus ou moins au « job » de rêve, à la maison de rêve, ...

- Laisser une trace, sa « marque » dans le « Monde »

Transformer le monde autour de soi. Faire bouger les choses, les faire progresser. Contribuer par nos actions à la création d'un monde un peu meilleur. Nous avons tous à certains moments donné envie de passer à l'action, à clamer haut et fort nos convictions afin que les mentalités changent. Nous sommes parfois à l'origine de perturbations de l'ordre et de la stabilité... pour un mieux (en tous cas nous l'espérons).

- Appartenir à une « Tribu »

L'être humain n'aurait jamais pu survivre sans la force de la collectivité. La Tribu, la famille, la Cité, la Nation, l'Organisation, l'Association sont autant de « groupes » auxquels l'humain peut se relier, auxquels il/elle peut se sentir appartenir. Nous sommes immergés dans ce mode de pensées. Nous nous revendiquons de tel ou tel groupe (famille, amis, club, fédération, entreprise, métier, groupe d'experts, labels, marques, groupe de fans, ...). Les différents confinements ont certainement contribué à mettre cette aspiration profonde en évidence.

- Organiser, stabiliser ou sécuriser le « Monde »

Le Monde est plein de dangers et d'imprévus, il est important de trouver des moyens de diminuer le risque et d'augmenter la sécurité. Comment contribuer, aider, inventer voire piloter le monde dans cette direction ? Construire, consolider, stabiliser, préserver l'héritage du passé sont de nobles causes.

Nous sommes traversés par ces quatre dimensions dans nos aspirations et nos motivations quotidiennes. Et en même temps, il est probable que certaines de ces

dimensions sont plus présentes ou plus porteuses pour nous dans notre vie aujourd'hui. Cela a pu changer dans votre histoire personnelle et professionnelle. Il est également possible que certaines dimensions soient plus présentes dans le monde professionnel et d'autres dans le privé. Notre monde intérieur est d'une richesse incroyable et nous n'avons pas terminé de l'explorer.

## **Les trois modes d'expression de notre « Identité »**

Lorsqu'on parle de héros, on pense aux causes qui les animent, mais également à leur personnalité. Leur fonction unique. Dans l'univers des superhéros, chacun d'entre eux a une identité secrète et une identité publique souvent masquée. Les « comics » jouent souvent sur la différence entre le mode héroïque et le mode normal en termes de positionnement dans le monde et la société.

Les héros au quotidien en tant qu'humains ont également des « couches » comme dirait l'âne dans Shrek. Ce que nous présentons de nous-mêmes au monde est parfois très différent de ce que nous avons en nous.

Il y a plein d'écoles différentes en psychologie. Elles ont chacune leur modèle de la structure de la personnalité. Pour le propos de cet article, nous nous baserons encore sur les travaux de Carol Pearson qui distinguent trois grandes « Forces » dans notre psyché.

La première est la force opérante de notre personnalité. On l'appelle souvent Ego (qui veut dire « je » en latin). L'Ego est souvent égratigné et pointé du doigt comme étant la source de beaucoup de problème. Et il est vrai qu'il peut jouer un rôle important dans les conflits, les crises et les guerres. Il est néanmoins inimaginable de ne pas avoir d'Ego. La question de l'Ego ramène au phénomène d'identification.

Comment est-ce que « je » me définis face au monde ? La couche égotique de notre identité a en effet deux fonctions :

- Protéger notre partie perçue comme vulnérable, assurer notre sécurité psychologique
- Créer une interface avec les autres pour communiquer « qui nous sommes », nous aider à prendre une place dans le monde

Sans cette force en nous comment rentrer en relation, comment communiquer, comment exprimer les choses ? Le plus grand sage utilise cette fonction pour rentrer en contact avec nous.

Il y a donc lieu de distinguer la fonction égotique et la manière de l'utiliser. Si je m'identifie totalement à l'image que j'ai de moi ou à l'image que les autres ont de moi, je risque de rentrer dans un cercle vicieux ou plus mon « image » sera en péril plus je vais devoir la renforcer. Je risque de rentrer en mode survie. Dans ce mode, j'en deviens réduit à lutter, fuir ou me cacher pour me protéger du danger.

La deuxième « force » identitaire est inspiratrice. On peut l'appeler notre Essence. Elle tire son énergie de nos mécanismes inconscients. Ceux-ci se manifestent sous forme de rêves, d'aspirations, de pulsions, de désirs. Ils ne sont pas toujours compréhensibles à par notre cerveau conscient plus rationnel et pragmatique. Cette force s'exprime souvent de manière symbolique. Les artistes, les créateurs, les visionnaires, les grands séducteurs sont des expressions de cette force identitaire. Elle représente également notre potentiel, ce que nous sommes appelés à devenir mais ne sommes pas encore. Nous ne réalisons pas tous nos potentiels sur le temps d'une vie, nos choix conscients vont permettre à certaines parties de nous de s'exprimer, les autres resteront dans le domaine des rêves et des fantaisies.

La troisième « force » identitaire est intégrative. On peut l'appeler le Soi. Elle constitue la symbiose et la synthèse des deux premières forces. Elle s'alimente de notre inconscient et pilote notre conscient. Lorsque nous agissons à travers cette force, nous sommes nous-mêmes sans artifices. Nous sommes dans l'Être. Conscients que ce qui nous anime et alimente notre image est au service de qui nous sommes vraiment. Cette couche identitaire est en fait un processus en constante évolution. Comme une rivière qui coule, « qui nous sommes » évolue continuellement au gré de l'expression de nos inspirations et aspirations profondes de notre Essence et des expériences qui confrontent notre Ego à d'autres et à nous-mêmes. Nos épreuves et nos manques nous façonnent et nous révèlent. La quête ultime de toute une vie consiste à être de plus en plus présent à un Soi riche et serein. Nous sommes appelés à le nourrir par notre conscience et à laisser émerger ce qui s'exprime.

Dans chacune de ces forces, quatre archétypes ont été identifiés, un par but existentiel présenté plus haut.

Comme il y a une logique de développement dans les trois forces identitaires : nous démarrons dans la survie de l'Ego, pour être ensuite bousculés par nos aspirations profondes qui nous font quitter la sécurité pour lâcher ce qui est superflu et garder ce qui nous est propre. Un peu comme un.e sculpteur.se qui commence avec un bloc de matière brut et l'affine sans cesse pour exprimer ce qu'il.elle avait vu dedans dès le départ, la vie et nos décisions nous sculptent et nous invitent à laisser la matière brute se déliter pour laisser la place à notre « nature profonde ».

Ainsi nous allons maintenant explorer chacune des quatre finalités à l'aide de ces trois forces identitaires.

## **Les 12 Archétypes des Héros au quotidien**

Chaque archétype pourrait être et a été détaillé de nombreuses manières. Des ouvrages entiers existent. Pour cet article, nous allons mettre l'accent sur le héros au quotidien et en présenter un profil simplifié. A vous d'explorer plus loin si le cœur (ou votre force inspiratrice) vous y invite !

## 1. Retrouver un paradis perdu

Au niveau de l'Ego, nous retrouvons l'archétype de **l'Innocent**, qui rêve d'un monde meilleur et qui veut le vivre nonobstant les vicissitudes de la Vie.

L'Innocent en nous garde précieusement à l'intérieur un idéal, une version lumineuse du monde et s'y accroche, parfois désespérément pour survivre aux difficultés de la réalité.

Dans le monde du cinéma, le film « La vita e bella » montre un père qui préserve l'Innocence de son fils en transformant un camp de concentration en une aventure extraordinaire, un grand jeu.

Nous sommes connectés à cet archétype lorsque :

- Nous souhaitons préserver nos rêves en nous fermant à certaines réalités
- Nous rêvons de situations où nous serons, dans le futur, parfaitement heureux
- Nous gardons notre foi en l'humain malgré les horreurs perpétrées quotidiennement dans le monde
- Nous sentons au fond de nous cette envie forte de vivre des moments de grâce

Nos ressources sont l'optimisme et la croyance que tout peut s'améliorer. Nous pensons qu'il va y avoir un basculement (parfois « magique ») et que les choses vont rentrer dans l'ordre.

Le piège de l'Innocent est le déni. Si vous constatez que vous vous repliez dans un monde imaginaire, que vous vous empêchez de vivre ou d'accepter certains aspects de votre vie (le vieillissement, la violence de votre environnement de travail, la prise de poids, ...), il y a des chances que vous rentriez dans un excès égotique de cet archétype et que vous pourriez avantageusement explorer d'autres archétypes pour équilibrer cet excès.

Au niveau de l'Essence, nous avons l'archétype du **Pèlerin**, qui part à la recherche de son rêve, l'Eldorado symbolique.

Le Pèlerin est autonome, il ambitionne de trouver le « Graal », le « Filon d'or », le « monde perdu ». Il ne tient pas en place et poursuit un horizon toujours plus lointain.

Le roman « L'Alchimiste » de Paulo Coelho est une belle métaphore de notre voyage initiatique qu'est la Vie.

Nous sommes connectés à cet archétype lorsque :

- Nous sommes attaché à la valeur « Liberté », nous nous battons pour notre autonomie

- Face à un challenge, un évènement douloureux, nous décidons de bouger, de changer
- Nous sortons de notre zone de confort pour aller vers un monde « inconnu » probablement meilleur
- Nous sommes à peine arrivés que nous souhaitons déjà repartir pour un mieux

Nos ressources sont notre ambition et notre mobilisation à progresser.

Le risque en vous enfermant dans cet archétype de manière trop prononcée est de vous perdre en voyage. En partant à la recherche du mieux et en le cherchant à l'extérieur de vous-mêmes, vous vous enrichissez et vous apprenez énormément. Et en même temps, vous pourriez vous oublier et errer sans cesse vers des chants de sirènes

Si vous vous sentez fatigués par le voyage, il est peut-être temps de poser votre bâton et d'écouter la chanson de Francis Cabrel « Les murs de poussières ». C'est une belle introduction à l'archétype suivant dans la recherche du « Paradis perdu ».

Au niveau du Soi, nous nous inspirons de l'archétype du **Sage**, qui recherche des causes profondes aux évènements et au monde d'aujourd'hui.

Le Sage cherche et trouve le « Paradis » à l'intérieur. Il a compris que le « bonheur n'est pas d'avoir le meilleur de toute chose mais de toute chose en faire le meilleur ». Pour y arriver, le Sage étudie, dépasse les apparences pour dévoiler les mécanismes qui sous-tendent à la réalité d'aujourd'hui.

Le Dalaï Lama est un bel exemple de l'archétype du Sage, non seulement parce qu'il incarne une religion du détachement mais également parce qu'il organise chaque année une retraite d'experts pour comprendre comment fonctionne le monde et imaginer comment le transformer.

Nous sommes connectés à cet archétype lorsque :

- Nous envisageons une situation comme une énigme à résoudre, un mystère à élucider
- Nous nous intéressons à de multiples champs et courants de pensées (sciences, philosophie, politique, technique, spiritualité, ...) afin de comprendre comment fonctionne le monde et l'humain
- Nous nous rendons compte que nous nous sommes piégés dans certaines représentations étriquées de la réalité, que nous pensions connaître alors qu'il n'en est rien
- Nous nous observons en train de faire, de dire, de penser et que nous nous rendons compte que nous sommes plus larges que ces actions, paroles et idées

Nos ressources sont notre esprit critique et notre capacité à vous détacher des apparences pour aller au cœur des choses.

Le piège du Sage est de devenir l'étudiant éternel, savant mais reclus dans son antre, sa bibliothèque. Si vous vous vivez dans une tour d'ivoire, déconnectés des autres et de la réalité et rentrant dans une certaine forme de moralisation, de dogmatismes, il est sans doute temps de revenir dans le monde et de lui faire profiter de votre « sagesse ».

Et c'est donc naturellement que vous pouvez rentrer en lien avec les trois archétypes suivants qui visent à avoir un impact sur le monde.

## **2. Laisser votre « marque » dans le monde**

Au niveau de l'Ego, nous développons une affinité pour le **Chevalier**, qui va utiliser sa « force » et son courage pour faire bouger les choses.

Le Chevalier défend sa cause envers et contre tout. Il s'entraîne pour maîtriser son art, devient un expert et peut ainsi étayer ses propos et ses actes. Sûr/sure de lui/d'elle-même, le Chevalier s'engage dans des tournois, dans des compétitions pour prouver sa valeur au service d'une cause.

Le film Erin Brockovitch (basé sur une histoire vraie et une vraie personne) et d'autres films qui montrent une ou plusieurs personnes qui luttent jusqu'au bout pour faire bouger les choses mettent bien en évidence cet archétype.

Nous sommes connectés à cet archétype lorsque :

- Nous exprimons ouvertement nos opinions même lorsque nous risquons une confrontation
- Nous poursuivons notre objectif alors que les obstacles s'accumulent
- Nous posons des limites claires que nous ne dépasserons pas ou que d'autres ne pourront pas dépasser vis-à-vis de nous
- Nous nous insurgons contre une injustice et que nous agissons pour la corriger ou l'atténuer à notre niveau

Nos ressources sont notre courage, notre discipline et le développement de nos compétences. Nous aiguïsons nos « armes » que sont notre esprit, notre expertise pour mieux pourfendre l'ignorance, l'obscurantisme et les inégalités.

Le piège du Chevalier est l'arrogance, l'obsession de gagner à tout prix et une certaine forme d'irrespect pour les autres. Si vous vous rendez compte que vous essayez de convaincre, d'atteindre votre objectif par tous les moyens même si cela signifie « écraser quelques pieds » ou froisser certaines personnes, vous avez peut-être besoin d'équilibrer votre force en passant à l'archétype suivant, même s'il semble plus confrontant que le Chevalier, il renferme une ressource importante.

Au niveau de l'Essence, nous retrouvons l'archétype du **Rebelle**, qui navigue à contre-courant de la bienséance.

Le Rebelle constitue une forme d'antithèse du Chevalier, il pointe du doigt les zones d'hypocrisie de la société humaine. Le Rebelle choisit de dénoncer les règles asphyxiantes et injustes qui existent dans tout système. Qu'il/elle soit humoriste, révolutionnaire, lanceur.se d'alerte, leader.euse de mouvement à contre-courant, le Rebelle met en évidence nos zones d'ombres collectives.

Un très bel exemple de Rebelle est Coluche qui utilisait à la fois l'humour pour dénoncer des injustices et en même temps qui lance un mouvement pour aider les sans-abris. Mouvement qui perdure après son décès tragique, il y a déjà plusieurs décennies.

Nous sommes connectés à cet archétype lorsque :

- Nous désobéissons sciemment à une règle ou une loi qui nous semble inadaptée
- Nous nous démarquons de la pensée unique en exprimant un avis contraire quel qu'en soit le risque
- Nous nous associons à des mouvements qui se démarquent des habitudes de la société
- Nous utilisons des mots, des images, des idées choquantes pour « réveiller » les endormis

Nos ressources sont notre libre-pensée, notre positionnement « iconoclaste », notre lâcher-prise par rapport au « qu'en dira-t-on » et notre humilité par rapport aux limites de nos actions. La force du Rebelle est de savoir qu'il ne changera sans doute pas le système, en tous les cas, il n'y arrivera pas seul. Et pourtant, cela ne l'empêche pas d'agir comme il le fait.

Un excès de cet archétype vous emmène vers l'autodestruction (par les addictions par exemple) et la criminalité. Les adages « qui veut la fin veut les moyens » et « l'enfer est pavé de bonnes intentions » sont des bonnes représentations de ce qu'il peut advenir d'un.e Rebelle qui se « perd ». Si vous sentez que vous vous durcissez par rapport aux règles et aux lois, que vous commencez à manipuler et conspirer pour votre Cause, il est sans doute opportun d'apprendre à lâcher-prise et à passer à une autre forme d'action.

C'est ce qu'offre l'archétype suivant.

Au niveau du Soi, nous avons l'archétype du **Magicien**, qui se transforme lui/elle pour transformer le monde.

Le Magicien comprend que l'action la plus puissante arrive lorsqu'il.elle est complètement aligné.e et qu'il.elle a intégré le changement de manière de penser. Une action « décentrée » peut faire plus de mal que de bien. L'action



« juste » est celle qui préserve l'équilibre intérieur de la personne. Avec cet équilibre et ses convictions, le Magicien va pouvoir influencer le monde en étant le parangon de ce qu'il.elle prône.

Ghandi par son action de rébellion passive et sa capacité à « incarner le changement qu'il veut voir dans le monde » est un exemple de Magicien. Le fait que je le cite montre qu'il a réellement laissé une trace dans le monde bien longtemps après sa mort. Il a dépassé le stade du Chevalier et du Rebelle parce qu'il a cherché à intégrer les différences. Il était tellement dangereux pour « l'establishment » qu'il a été assassiné.

Nous sommes connectés à cet archétype lorsque :

- Nous commençons par nous réajuster « de l'intérieur » face à une situation inacceptable
- Nous pratiquons une forme de méditation qu'elle soit immobile, en mouvement, à travers un art, ...
- Nous faisons preuve d'intuition, que nous trouvons les paroles et les actions justes pour débloquer une situation de manière naturelle, sans y avoir trop réfléchi
- Nous induisons des changements dans notre entourage par la force de l'exemple, sans essayer de convaincre ni d'avoir raison

Nos ressources sont notre capacité à trouver des accords gagnants pour toutes les parties par notre esprit intégratif et notre puissance personnelle liée à notre « alignement » intérieur (agir en parfait accord avec ses convictions profondes).

Le piège du magicien est d'utiliser son influence pour aller plus vite et être encore plus fort. Le pouvoir d'influence peut rapidement se transformer en manipulation. Jouer sur les leviers motivationnels des autres personnes pour la bonne cause peut rapidement basculer dans de la démagogie et de la prise de pouvoir sur les autres. Si vous vous surprenez à utiliser la séduction, à charmer votre public, à utiliser le flou artistique ou des fausses réalités pour atteindre vos objectifs, il est peut-être intéressant de passer à une autre catégorie d'archétype qui va tenir beaucoup plus compte des relations.

### **3. Appartenir à une « Tribu »**

Au niveau de l'Ego, nous développons une affinité pour le **Gars/la Fille simple**, l'humain dans toute sa simplicité avec son bon sens pratique et sa capacité à se fondre dans la masse.

L'homme ou la femme commun.e tire son énergie de notre peur du rejet ou d'être seul ou abandonné. Nous respectons un certain nombre de « conventions sociales » pour être acceptés dans un groupe. Les « fans » ont tous un code de reconnaissance qui montre qu'ils font partie de la « famille ».

Cet archétype est particulièrement visible à l'adolescence et chez les jeunes adultes. Dans cette période, les jeunes vont souvent adopter un code vestimentaire, un style, utiliser telle ou telle application, telle manière de parler pour « faire partie de ». Certaines personnes conservent ce mode de vie toute leur vie.

Nous sommes connectés à cet archétype chaque fois que :

- Nous nous habillons en conséquence du lieu et de l'évènement où nous nous rendons dans le but d'être accepté
- Nous nous montrons tels que nous sommes sans artifices, même si cela peut sembler contradictoire avec le point précédent, cela ne l'est pas. Il est possible de respecter les conventions tout en se montrant soi-même
- Nous faisons preuve de sens pratique, d'esprit terre-à-terre face à des idéologies ou des stratégies un peu trop volatiles ou vides de sens.
- Nous considérons les autres comme nos égaux, chacun est différent, ni mieux ni moins bien

Les ressources de cet archétype sont la simplicité et l'authenticité dans les relations, le réalisme, l'empathie pour le vécu de chacun.

Un des pièges est la perte de contact avec soi au profit du paraître. Vivre de manière superficielle, stéréotypée, montre un visage parfait mais vide. Un autre piège est de perdre l'estime de soi et de blâmer les autres de sa non réussite rentrant dans un cercle vicieux où tout revers est vécu comme une preuve de son inadéquation au monde. Cela peut aller jusqu'à utiliser son statut de « loser » comme excuse pour se plaindre et ne rien changer. Si vous sentez que vous vous victimisez de situations où vous n'êtes pas accueilli et accepté comme vous le souhaiteriez, si vous privilégiez l'apparence sur le fond, il devient intéressant de se détacher de cet archétype et d'aller chercher des ressources, par exemple dans le suivant.

Au niveau de l'Essence, nous avons l'archétype de l'Amoureux, qui va rechercher une intimité avec l'autre et renouer avec la sensualité.

Le mécanisme central de cet archétype est de tomber amoureux. Mais, cela peut être pour une personne, une organisation, une cause, son travail, un produit ou une marque. L'amitié est une valeur importante de cet archétype parfois plus que la passion amoureuse. L'intimité d'une longue amitié est parfois plus grande que celle d'une relation passionnelle. L'enjeu est la qualité de la relation. On veut connaître l'autre et s'assurer que l'autre nous connaisse intimement. Il y a cette idée de faire « un » avec l'autre.

Nous sommes en lien avec cet archétype lorsque :

- Nous nous passionnons pour quelque chose ou quelqu'un et cela nous amène à nous investir « corps et âme » sans compter

- Nous nous développons pour nous rendre plus attractifs tant personnellement que professionnellement, cela inclut l'achat d'objet et l'adhésion à des organisations qui donnent du statut
- Nous prêtons attention à l'ambiance, la camaraderie, la beauté des lieux où nous travaillons ou ceux où nous nous rendons
- Nous cherchons à développer des relations intimistes avec les personnes qui nous importent.

Nos ressources dans cet archétype sont notre engagement relationnel, notre passion, notre reconnaissance et gratitude pour la beauté des choses et de la vie.

Le piège de l'Amoureux est de faire tout et n'importe quoi pour se faire aimer, apprécier. La spirale de la recherche d'attractivité conduit souvent à une perte d'identité propre. L'investissement dans l'Autre ou la Cause prend toute la place et résulte en un vide immense si la relation est rompue.

Si vous vous sentez que vous êtes fort investi.e émotionnellement et que vous êtes dépendant.e de la relation à des degrés divers, c'est un signal pour retrouver un équilibre plus sain. Peut-être en explorant le prochain archétype.

Au niveau du Soi, nous sommes en lien avec l'archétype de l'Amuseur, qui manifeste sa joie de vivre et sa spontanéité. Il a la force de ne pas se prendre au sérieux ni de prendre les situations trop sérieusement.

L'Amuseur nous invite à nous reconnecter à notre Enfant Intérieur qui sait comme s'amuser, comment garder le lien avec le corps et la sensualité. Il est représentatif de vitalité et de créativité. Mais, il amène également de l'anarchie, de non conformisme avec une pointe d'impertinence. Il nous permet de dépasser des frontières conventionnelles pour faire « comme on veut ».

Nous sommes connectés à l'Amuseur lorsque :

- Nous blaguons avec les collègues et les amis et contribuons à une ambiance plus légère au travail
- Nous défions les conventions sociales avec humour et bienveillance et que nous y prenons plaisir
- Nous nous relevons en rigolant de nous-mêmes après avoir « trébuché » sur notre route
- Nous jouons des jeux de l'esprit, des jeux de loisirs, des jeux d'influence (politique), des jeux de négociation, ...

Nos ressources dans cet archétype est notre capacité à saisir l'instant et à en profiter (Carpe Diem), notre joie de vivre contagieuse et notre liberté d'être nous-mêmes dans la relation. Ainsi, nous animons la tribu et nous l'aidons à garder un moral positif.

Le piège de l'Amuseur réside dans la complaisance de son rôle. Poussé à l'extrême, l'Amuseur peut se montrer irresponsable, gourmand à tous points de vue et se laisser aller à la paresse. Si vous sentez que vous prenez un peu tout à la rigolade et que vous privilégiez le plaisir à l'atteinte de vos objectifs (propres ou imposés par votre système), il peut être intéressant d'aller visiter d'autres classes d'archétypes vues précédemment ou de visiter ceux qui suivent.

#### **4. Organiser, stabiliser ou sécuriser notre environnement**

Au niveau de l'Ego, nous développons une affinité pour l'Altruiste, qui va chercher à aider son entourage de diverses manières, entre autres en se mettant à leur service.

L'Altruiste est placé.e sous le signe de la Terre nourricière, de la générosité. Il.Elle dédie sa vie aux autres. Il y a plusieurs degrés d'implication dans le service donné aux autres : le devoir, le sacrifice, le don de Soi et finalement la générativité. Dans le devoir, la norme est donnée par l'extérieur et l'Altruiste s'y conforme. Dans le sacrifice, l'Altruiste se donne pour une cause qui a du sens pour lui (Sacrifice vient du latin qui veut dire « rendre sacré»). Dans le don de Soi, l'Altruiste donne sans compter parce que cela correspond à son identité, sa générosité est naturelle et sans effort. Dans la générativité, l'Altruiste est pleinement lui.elle-même et en même temps très présent à l'autre avec un équilibre qui permet à chacun d'avoir sa place et la responsabilité de Soi, de ces échanges émergent des idées et des actions nouvelles en cocréation.

Nous nous connectons à l'Altruiste lorsque :

- Nous prenons soin du lieu que nous partageons avec d'autres (nettoyage, maintenance, ...)
- Nous prenons soin des besoins d'autres (nourriture, états émotionnels, apprentissage, ...)
- Nous prenons soin de nos relations et de l'ambiance de nos groupes
- Nous apportons notre contribution à des causes qui font avancer le bien-être général de la société à divers degrés (associations de soutien à certaines catégories de population, Croix-Rouge, organisations non gouvernementales luttant pour la biodiversité, la préservation de la nature, ...)

Nos ressources dans l'Altruiste sont la générosité et l'empathie voire la compassion.

Le piège de l'Altruiste est double, il.elle peut se piéger lui.elle-même en se donnant tellement qu'il.elle devient son propre martyr. Il.elle peut également se faire piéger par les autres qui vont profiter de sa générosité. Nombre de manipulateurs et de tyrans relationnels s'entourent d'Altruistes. Si vous avez l'impression d'aller trop loin dans le temps et l'énergie que vous dédiez aux autres, il sera intéressant d'aller visiter le Chevalier qui peut vous aider à mettre des limites. Vous pouvez aussi passer à d'autres modes relationnels ou raisons de vivre, comme le prochain archétype.

Au niveau de l'Essence, nous invoquons le **Créateur**, qui exprime qui il.elle est dans le monde par ses réalisations.

L'inventeur.se, l'artiste, l'entrepreneur.se, l'auteur.e sont tous des expressions du Créateur. Poussés par une envie d'innover, de réaliser des choses nouvelles qui vont durer, les Créateurs sont également sensibles à la valeur durable de leurs accomplissements. Partant d'une Vision souvent et portés par celle-ci, ils.elles développent des trésors d'ingéniosité pour la réaliser. Mais ce sont également des personnes qui sont auteures et actrices de leur vie. Les Créateurs créent souvent leur vie à leur image.

Nous sommes connectés à cet archétype lorsque :

- Nous développons de nouvelles idées, nous inventons des nouvelles manières de faire, nous développons de nouveaux produits
- Nous sommes capables de remettre en question nos idées préconçues pour se refaire une nouvelle idée d'une situation, d'une personne, ... De même, lorsque nous déconstruisons de l'ancien pour développer du nouveau.
- Nous inventons notre vie en fonction de ce que nous sommes vraiment
- Nous avons quelque chose en nous qui veut, qui doit s'exprimer dans le monde

Nos ressources dans cet archétype sont une bouillonnante créativité, la capacité à répondre à un appel intérieur, une capacité à imaginer et à réaliser ce que nous avons imaginé.

Les pièges des Créateurs sont le perfectionnisme et l'abandon corps et âme à son art. Ce son aussi l'identification à sa création et son auto-divinisation. Cela peut donner lieu à des créations inappropriées ou délétères : un entrepreneur narcissique qui harcèle ses employés.

Si vous vous rendez compte que vous donnez trop d'énergie à la réalisation d'un rêve, que vous devenez tyrannique avec vous-mêmes ou les personnes autour de vous, il est peut-être intéressant d'aller vous ressourcer dans d'autres archétypes.

Le dernier archétype (de cette série) pourra certainement en partie vous aider.

Au niveau du Soi, nous retrouvons le **Leader**, qui prend la responsabilité complète de sa vie tant dans ses aspects intérieurs mais également dans les actes et les choix qu'il.elle prend dans le monde extérieur.

La caractéristique principale de l'archétype du Leader est sa capacité à faire prospérer son environnement par le biais de ses interactions. Il.elle dispose d'une autorité naturelle et va prendre le contrôle ou va influencer son environnement afin de l'aider à se développer. Il.elle se met au service de la collectivité, par son « aura » ou son charisme, il.elle va jouer un rôle de ciment social, de point de ralliement.

John Kennedy dans le contexte du développement spatial a été une icône du Leader. Il a formé une vision et a rallié les ressources nécessaires pour la faire réaliser. Le Leader n'est pas comme le Créateur qui fonctionne avec ce qui l'anime à l'intérieur. Le Leader va plutôt agir sur son environnement pour rassembler et optimiser les contributions de chacun à une cause commune ou pour le bien général.

Nous nous connectons au Leader lorsque :

- Nous prenons nos responsabilités pour notre vie et que nous devenons conscients de l'impact que nous avons ou pouvons avoir sur notre entourage et graduellement sur le Monde
- Nous créons des structures qui permettent et facilitent la réalisation de rêves bénéfiques au plus grand nombre
- Nous sommes capables de voir le potentiel dans chaque personne que nous rencontrons
- Nous sommes conscients que notre monde intérieur influence le monde extérieur et que nous faisons ce qui est nécessaire pour prendre soin de nous dans l'optique d'influencer notre entourage à apporter une contribution au monde.

Nos ressources en tant que Leader sont de vivre profondément notre responsabilité sociétale, nos compétences relationnelles qui nous permettent d'influencer positivement les personnes que nous côtoyons, notre capacité à faire tourner le leadership car nous ne sommes pas les seuls à pouvoir « utiliser » cet archétype.

Le piège du Leader est de tomber dans la tyrannie. Cela provient souvent d'un manque de confiance et d'estime de soi. Le tyran utilise souvent la force et la terreur parce qu'il manque de pouvoir et de charisme. L'exercice du leadership devient alors très contrôlant, rigide et repose sur des règles forcées qui n'ont pour but que de compenser le vide de force intérieure.

Si vous sentez que vous vous rigidifiez sur certains sujets dont vous avez la responsabilité, que vous commencez à contrôler les choses à outrance, il sera intéressant de visiter d'autres archétypes pour vous ressourcer et lâcher-prise.

## **Comment utiliser cet article ?**

Si vous êtes arrivé.e.s jusque là c'est que vous avez tout lu, ce qui représente déjà un bel investissement ou que vous avez déroulé la page 😊. Quoiqu'il en soit, cet article peut contribuer à plusieurs objectifs :

- Faire l'inventaire des archétypes les plus visités par vous et prendre conscience qu'ils sont un réservoir de ressource

- Détecter des excès dans l'utilisation des archétypes qui amènent à un surinvestissement et au piège et prendre conscience de cette forme d'expression de soi
- Si vous vous sentez coincé.e dans un archétype ou dans son piège, trouver d'autres archétypes qui sont reliés (soit par la finalité soit par le niveau soit par complémentarité) pour (re)trouver un équilibre plus propice
- Face à une situation nouvelle, aller visiter un archétype utile pour vous en approprier les ressources et vous sentir plus à l'aise, plus vous-mêmes
- Dans votre développement personnel, renforcer les archétypes de l'expression du Soi en intégrant les deux autres archétypes pour chaque finalité (une à la fois).
- ... (votre approche)

## Conclusion

Être un héros au quotidien et l'assumer ouvre les portes à un grand nombre de représentations collectives qui peuvent se révéler des alliés sur notre chemin.

La première étape est de pouvoir identifier et reconnaître les archétypes qui nous traversent inconsciemment dans nos décisions journalières.

La deuxième étape consiste à considérer une situation et à « sentir » les bonnes ressources pour y faire face.

La troisième étape développe l'intégration des archétypes pour les utiliser de manière flexible en fonction des besoins.

Nous verrons dans le prochain article comment garder notre équilibre dans l'exercice de notre héroïsme au quotidien.

## Bibliographie :

Le livre de Carol Pearson :

<https://harperone.com/9780062515551/hero-within-rev-and-expanded-ed/>

Un livre plus général en français :

[https://www.scienceshumaines.com/jung-et-les-archetypes-un-mythe-contemporain\\_fr\\_511.htm](https://www.scienceshumaines.com/jung-et-les-archetypes-un-mythe-contemporain_fr_511.htm)

Le témoignage d'un Pèlerin archétypal :

<https://www.brut.media/fr/news/a-83-ans-andre-raconte-sa-vie-de-globe-trotter-5464eef9-863f-4691-92da-18196394f3e7>

La chanson de Francis Cabrel qui montre l'évolution de l'Innocent au Pèlerin puis au Sage :

<https://youtu.be/rY8mfpdu304>