

Andrzej Warmiński

## Koncepcja „cienia” w psychologii analitycznej C.G. Junga\*

Tęsknota i dążenie człowieka do poznania świata wyrażają się nie tylko w próbach zrozumienia tego, co, zwłaszcza w tradycji filozofii europejskiej, traktowane jest jako zewnętrzne wobec poznającego podmiotu, ale również uchwycenia tego, co przynależy do sfery jego immanencji. Diogenes Laertios już Talesowi, tak przecież otwartemu na badanie przyrody, przypisuje słowa, do których później nawiązywali wszyscy wielcy filozofowie – poznaj samego siebie. Słowa te, co należy podkreślić, jak wszystkie zbyt często powtarzane głębokie myśli ulegały niekiedy zbanalizowaniu, stały się frazesem, hasłem wywoławczym tak powszechnie i dobrze znanym, że nie poddawanych już głębszej analizie. Z drugiej strony przypominały, że natura ludzka jest niezgłębiona, a jej tajemnica może być jedynie uchylona, nigdy zaś całkowicie odsłonięta. Już przecież Heraklit przestrzegał przed nadmiernym optymizmem pokładanym w możliwości rozszyfrowania wszystkich zagadek człowieka mówiąc: „Choćbyś wszystkie przeszedł drogi nie dotrzesz do granic duszy; taka w niej głębia”<sup>1</sup>. Możliwe jest tylko uchylenie rąbka tajemnicy egzystencji i natury człowieka. Jego korzenie, najgłębsze procesy zachodzące w psychice, zagadkowy byt zanurzone są w ciemnościach. W ciemnościach tych kryją się liczne zagrożenia dla człowieka, tym bardziej niebezpieczne, że nieuświadomione, niedostatecznie poznane lub wręcz niemożliwe do uchwycenia. Sfera światła – tego, co człowiek wie o samym sobie – jest otoczona przez sferę mroku, czyli tego, co w człowieku zakryte, trudno dostępne lub niemożliwe do wydobycia na powierzchnię. W tym artykule skoncentruję się na jednym tylko z wielu aspektów relacji między świadomością a nieświadomością w ujęciu Junga, a mianowicie na cieniu – zjawisku z pogranicza światła i ciemności. Już w najdawniejszych czasach przypisywano cieniowi rzucanemu przez człowieka właści-

\* Artykuł ten został napisany w ramach Resortowego Programu Badawczego RPB III – 22.

<sup>1</sup> Diogenes Laertios, *Żywoty i poglądy słynnych filozofów*, Warszawa 1982, s. 520.

wości magiczne. W niektórych kulturach utrata własnego cienia czy jego profanacja (przykładowo, gdy ktoś stanął na cudzym cieniu) oznaczała i była związana z bezpośrednim zagrożeniem: klęską życiową, śmiercią czy nawet potępieniem wiecznym. W takich sytuacjach dopiero rytualne zabiegi oczyszczające mogły zażegnać niebezpieczeństwo i przywrócić choremu utraconą pełnię oraz jedność duszy-osobowości. Cień rzucany przez człowieka traktowany jest tutaj jako jego integralna część i często bywa utożsamiany z duszą. „Skoro cień – pisze J.G. Frazer – jest tak ściśle związany z życiem człowieka, że utrata jego pociąga za sobą chorobę lub śmierć, jest rzeczą naturalną, że zmniejszanie się cienia wywołuje niepokój i troskę, jako oznaka równoczesnego zmniejszania się energii życiowej człowieka. Na Ambon i Uliase, dwóch wyspach w pobliżu równika, gdzie oczywiście w południe cień jest znikomy względnie nie ma go zupełnie, ludzie w zasadzie nie wychodzą o tej porze z domów, ponieważ wyobrażają sobie, że mogliby utracić cienie swoich dusz”<sup>2</sup>. Istnieją liczne przykłady przesądów związanych z cieniem, jego magiczną mocą, duszą zawartą w nim, a niektóre z nich przetrwały w utajonej formie nawet wśród cywilizowanych społeczeństw. Z problemem cienia zawierającego istotne elementy przedmiotu lub podmiotu, który go rzuca związane jest zagadnienie odbicia – podobizny człowieka. Odbicie to może występować w sensie dosłownym jako odbicie w lustrze lub w wodzie albo pośrednim w postaci przedstawienia podobizny człowieka na portrecie lub fotografii. Cień przybiera tutaj postać obiektu, który go rzuca, a raczej tej jego strony, która pozostała w ukryciu, ponieważ jej wydobyć na światło dzienne, ujawnienie mogłoby spowodować śmierć – porwanie duszy przez złe moce.

Klasyycznym jest tutaj przykład Narcyza, który rzucił cień (odbicie) na lustro wody narażając swoją duszę, zgodnie z wierzeniami starożytnych Greków, na porwanie przez złośliwe duchy<sup>3</sup>. Jak wiadomo, Narcyz zapatrzony we własny wizerunek umiera. Stwierdzenie jednak, iż mamy tutaj do czynienia ze śmiercią głodową wydaje się być zbyt daleko idącym uproszczeniem, ponieważ w gruncie rzeczy Narcyz umiera z miłości do samego siebie nie potrafiąc rozpoznać w odbiciu własnego wizerunku, czyli inaczej mówiąc, nie potrafiąc rozpoznać i zintegrować własnego cienia. Nieświadomość istnienia własnego cienia staje się przyczyną utraty duszy. „Chociaż jest prawdą – stwierdza A.C. Danto – że Narcyz zakochał się sam w sobie, to jednak nie wiedział wprawdzie, że to był on sam. Zakochał się w swoim własnym obrazie „odrzuconym” w jego stronę przez gładką powierzchnię naturalnego zwierciadła – krystalicznego źródła. Sądził pierwotnie, że ma do czynienia ze

---

<sup>2</sup> J.G. Frazer, *Złota gałąź*, Warszawa 1962, s. 180.

<sup>3</sup> Tamże, s. 182.

wspaniałym atrakcyjnym chłopcem patrzącym nań z głębin”<sup>4</sup>. Przepowiednia Te-rezjasza mówiąca, że przyczyną śmierci Narcyza będzie jego samowiedza nie po-twierdziła się. Narcyz umiera przekonany, że wpatruje się w kogoś innego od sie-bie. Było już za późno, na zmianę dotychczasowego życia, kiedy przekonał się, że popełnił błąd. Wpatrując się we własny cień nie zauważa nawet, że stanowi on jego integralną część.

Wątek cienia traktowanego jako odbicie pojawia się w niektórych społeczno-ściach pod postacią niechęci do fotografowania się. Postaci widoczne na fotografii to dusze-cienie, które można unicestwić niszcząc zdjęcie. Również w sztuce po-jawia się dosyć często motyw cienia będącego odbiciem, jak chociażby w przy-padku „Portretu Doriana Graya”. Jednak to zagadnienie zostanie rozwinięte dopie-ro w dalszej części naszych rozważań.

Cień jako złowrogi przedstawiciel mroku w dniu pełnym blasku i jasności przypomina o istnieniu potężnych destruktywnych mocy, które napawają przera-żeniem i strachem tym bardziej, że nie są rozpoznane ani nazwane. W naszym ję-zyku ta destruktywna funkcja cienia widoczna jest w takich wyrażeniach jak: „uciekać przed własnym cieniem”, „bać się własnego cienia”, „rzucić cień”. To, co rzuca cień zawiera w sobie zło tak potężne, że aż budzące przerażenie. Zło, tak jak cień, od którego nie można się uwolnić, znajduje się w człowieku, współtwo-rzy jego naturę. Obawa przed sobą samym, przed naszą ciemną stroną jest uza-sadniona – cień może doprowadzić do destrukcji psychiki człowieka. Natomiast przekonanie o możliwości ucieczki od własnego cienia jest fałszywe a nawet zgubne, ponieważ nie można uciec od samego siebie. „Za każdym idzie jego cień – pisze C.G. Jung – w im mniejszym stopniu jest on zespolony ze świadomym życiem jednostki, tym jest ciemniejszy i większy<sup>5</sup>. Z tego stwierdzenia wynika mo-ralny postulat dążenia do własnego cienia, jego poznania i asymilacji w zintegro-wanej osobowości.

Do sfery cienia należy to wszystko w psychice człowieka, co znajduje się poza świadomością. Granica między świadomością a cieniem jest umowna. W rzeczy-wistości, ciągle ulega ona przekształceniom i ze względu na wzajemne powiązania oraz oddziaływania na siebie świadomości i nieświadomości jest iluzją, nie istnieje. Każda zaniedbana i zlekceważona przez świadome *Ego* siła w psychice ludzkiej pozostaje nieświadomiona i dlatego jest potencjalnie destruktywna. Zgodnie z określeniem E. Neumanna „cień to nieznana, ciemna strona osobowości [...], nie-

---

<sup>4</sup> A.C. Danto, *The Transfiguration of the Commonplace: A Philosophy of Art*. Harvard Universi-ty Press 1981, s. 12 (fragment w tłumaczeniu Piotra Mroza i A. Warmińskiego).

<sup>5</sup> C.G. Jung, *Psychologia a religia*, Warszawa 1970, s. 164.

samowity obraz zła, konfrontacja z którym zawsze jest dla człowieka nieuchronnym doświadczeniem”<sup>6</sup>.

Cień związany jest z niższą częścią osobowości i stanowi wypadkową wszystkich tych indywidualnych i zbiorowych psychicznych elementów, które znajdują się w opozycji do wybranych świadomie postaw i wartości. Jest zaprzeczeniem tych wyrażanych w świadomym życiu postaw i wartości, tworząc w nieświadomości względnie autonomiczną osobowość o skłonnościach przeciwnych do uświadamianych. A także, jest dopełnieniem świadomości, zachowuje się kompensacyjne w stosunku do niej i dlatego jego oddziaływanie może być zarówno pozytywne, jak i negatywne. „Cień – jak twierdzi C.G. Jung – jest tym, co ukryte stłumione dla większej części niższej i obciążonej poczuciem winy osobowości, której główne korzenie sięgają wstecz do królestwa naszych zwierzęcych przodków i w ten sposób obejmują cały historyczny aspekt naszej nieświadomości. [...] Jeżeli dotychczas wierzono, że ludzki cień był źródłem wszelkiego zła, to obecnie można stwierdzić, przy dokładnym badaniu, że nieświadomość człowieka (tj. jego cień) nie składa się tylko z moralnie zasługujących na potępienie popędów, ale także rozwija pewną ilość pozytywnych cech, takich, jak: zwykle instynkty, należyte reakcje, realistyczna intuicja, twórcze impulsy itd.”<sup>7</sup>. Psychika człowieka składa się według Junga (jeśli uprościć jej schemat dla potrzeb tego artykułu) z *Ego* – wszystkich uświadamianych i w większym lub mniejszym stopniu kontrolowanych treści, postaw i reakcji oraz z treści tkwiących w nieświadomości – wszelkiego rodzaju stłumień, wypartych przebiegów psychicznych lub też z takich treści, o których obecności możemy się jedynie domyślać, nigdy zaś nie będziemy w stanie uczynić ich przedmiotem naszej świadomości. Jeżeli zdamy sobie sprawę z faktu, że to, co jest dostępne naszej świadomości stanowi jedynie niewielką część wszystkich procesów psychicznych, czyli inaczej: nasza świadomość ogarnia jedynie niewielki, w porównaniu z nieświadomością, fragment wszystkich treści mających wpływ na rozwój naszej osobowości, to okaże się, iż cień jako istotny reprezentant nieświadomości wywiera kolosalny wpływ na nasze *Ego*. Stąd epistemologiczny, psychologiczny i etyczny postulat poznania, na ile to będzie możliwe, własnego cienia, uświadomienia sobie obecności jego najistotniejszych elementów i związków występujących między nimi oraz ich integracji w ramach *Ego*. Proces integracji własnego cienia nie jest łatwy ani prosty m.in. dlatego, że cień może występować na dwóch poziomach: 1) jednostkowym, związanym z indywidualną nieświadomością, do której zostały wyparte wszystkie treści odrzucone, nie akceptowane, nie dopuszczone do świadomości oraz 2) archetypowym, właściwym

---

<sup>6</sup> E. Neumann, *Depth Psychology and a New Ethic*, Holder and Stoughton, s. 137.

<sup>7</sup> C.G. Jung, *Aion, Coll. Works*, t. 9, cz. 2, s. 266.

dla nieświadomości zbiorowej i wyrażającym negatywną stronę natury ludzkiej w ogóle. O ile możliwe jest dotarcie do cienia indywidualnego (nasuwa się tutaj nieodparcie analogia do baconowskich idoli jaskini) poprzez uświadomienie sobie treści stłumionych lub wypartych, o tyle dotarcie do zbiorowego cienia archetypalnego jest doświadczeniem dostępnym jedynie dla nielicznych. Przypomnijmy, że zgodnie z definicją Junga, cień archetypalny jest wyrazem nieświadomości od samego początku jej powstania oraz kształtowania się i obejmuje swym zakresem (na poziomie biologicznym i energetycznym) wszelkie popędy i skłonności właściwe człowiekowi w ogóle, nawet te o naturze zwierzęcej. Względna łatwość integracji cienia indywidualnego wiąże się także z obszarem, który zajmuje ten cień; w porównaniu z obszarem zajmowanym przez cień archetypalny jest on niewielki. Natomiast cień archetypalny, wyznaczany przez nieświadomość zbiorową, rzucany jest na rozległe terytorium, o niewidocznych trudnych do określenia granicach nieświadomości kolektywnej.

Istotnym powodem, dla którego poznanie oraz integracja cienia ma tak doniosły charakter jest dla Junga problem energii, która dla określonej psyche jest stała, będąc przy tym zmienną w obrębie różnych warstw psychiki człowieka. Inaczej mówiąc, jeśli traktować psychikę człowieka jako pewien układ energetyczny, ilość energii w ramach tego układu jest stała, zmienia się jednak jej dystrybucja do poszczególnych elementów tego układu. Przepływ energii następuje zgodnie z prawem enantiodromii od jednego przeciwieństwa do drugiego, przy czym nie występuje tutaj negacja wartości wyjściowej, lecz jej asymilacja. Między świadomością a nieświadomością może występować dwojakiego rodzaju przepływ energii. Progresywny przepływ energii posiada charakter pozytywny i związany jest z ruchem świadomości w stronę nieświadomości. W wyniku świadomego działania poznawane są przez podmiot jego korzenie tkwiące w nieświadomości, jego ciemna strona, czyli strona stanowiąca przeciwieństwo dla *ego*. W tym przypadku różnicowane są postawy i typy funkcjonalne. Należy przy tym zaznaczyć, że równocześnie nieświadomość oddziałuje na świadomość, ale to oddziaływanie równoważone jest właśnie przez ruch od świadomości. W tym sensie świadomość i nieświadomość są zrównoważone.

Inaczej dzieje się w przypadku jednostronnego, regresywnego przepływu energii, kiedy świadomość nie dąży do poznania nieświadomości, przyswojenia wypartych lub stłumionych treści, do rozszerzenia sfery własnego *ego*. W wyniku takiego stanu rzeczy „treści nieświadomości nadmiernie naładowane energią, wpływają wtedy na powierzchnię. Jeśli świadomość na czas nie interweniuje, to częściowa regresja może odrzucić jednostkę – pisze J. Jacobi – na wcześniejszy stopień rozwoju i wywołać neurozę, natomiast regresja całkowita powoduje zalanie

świadomości przez nieświadomość i doprowadza do psychozy”<sup>8</sup>. W tym wypadku następuje zaburzenie energetycznej równowagi między świadomością a nieświadomością – energia skumulowana jest po stronie nieświadomości. Ponieważ świadomość (pozbawiona energii) nie jest w stanie kontrolować i penetrować nieświadomości, ta ostatnia zaczyna odgrywać dominującą rolę, zawężając lub unicestwiająca sferę *ego*. Nieświadomość staje się tutaj potężną, destruktywną siłą prowadzącą do rozpadu osobowości.

Ruch regresywny energii ma miejsce wtedy, kiedy *ego* ucieka od własnego cienia, traktując go jako coś obcego, nie przynależącego do natury własnej *psyche*. Stłumienie cienia, zignorowanie, niedocenianie jego mocy powoduje, że rozprze-strzenia się on i rośnie w siłę korzystając z energii przepływającej na stronę nieświadomości. W krańcowych przypadkach cień może zagłuszyć przebliski światła i całkowicie opanować *ego*.

Ruch progresywny wyraża się nie ucieczką od własnego cienia, ale „pogonią” za nim. Cień poznany, zintegrowany, traktowany jako nierozłączny element natury człowieka nie jest niebezpieczny, staje się konstruktywny. Poznanie własnego cienia jest warunkiem koniecznym poznania samego siebie, ponieważ natura człowieka, jego psychika posiada charakter dwoisty: składa się zarówno z jasnej, jak i ciemnej strony.

Cień z punktu widzenia *ego* to nic innego jak najbardziej odrażające, prymitywne i nikczemne cechy osobowości człowieka<sup>9</sup>. W pierwszym wypadku w wymiarze jednostkowym, w drugim – zbiorowym.

„Walka z własnym cieniem” nie polega, zdaniem Junga, na przewyciężeniu lub wyrugowaniu zła, które się w nas znajduje. Zarówno zło, jak i dobro wyznaczają osobowość człowieka. Negując istnienie zła w nas samych, wypierając je do nieświadomości nie jesteśmy w stanie poznać naszej prawdziwej natury, sprawować kontroli nad jej ciemną stroną. Należy pogodzić się i zaakceptować własny cień. Zdanie sobie sprawy z kondycji własnej psychiki, z jej jasnej i ciemnej strony, a także relacji zachodzących między nimi jest warunkiem koniecznym prawidłowego rozwoju osobowości.

W pierwszym okresie życia człowieka, w dzieciństwie, cień jednostkowy jest jeszcze nikły, ponieważ nie jest jeszcze w pełni wykształcona *persona*, która „jest kompromisem między jednostką a społeczeństwem, opartym na tym, kim ktoś

---

<sup>8</sup> J. Jacobi, *Psychologia C.G. Junga*, Warszawa 1968, s. 79–80.

<sup>9</sup> Z wyjątkiem przypadku, kiedy człowiek wypiera ze świadomości swoje pozytywne cechy, dokonując niewłaściwej samooceny i deprecjonując siebie.

zdaje się być”<sup>10</sup>. Persona jest wypadkową trzech elementów: pożądanego obrazu własnego ja, idealnego obrazu człowieka obowiązującego w danym społeczeństwie oraz ograniczeń psychicznych i środowiskowych mających wpływ na kształtowanie się dwóch pierwszych elementów. Konflikt zachodzący między poszczególnymi elementami, jak również w ich obrębie, potęgowany jest oczywiście przez wpływ nieświadomości. Dobrze zharmonizowana persona opiera się na równowadze między wyobrażeniem własnego idealnego ja a oczekiwaniami środowiska społecznego, wymaga także uświadomienia (sobie) roli czynników wpływających na jej postać; jest mocna, ale elastyczna. Persona jest czymś w rodzaju maski, którą zakłada człowiek kontaktując się ze światem zewnętrznym. Z reguły jej większa część znajduje się w obszarze cienia, ponieważ nie jest uświadomiana. Tak jest zwłaszcza w pierwszej połowie życia człowieka, kiedy kształtuje on własne *ego* i jest wyjątkowo podatny na oddziaływanie świadomości zbiorowej. W drugiej połowie życia, kiedy powinno dochodzić do rozwoju i konsolidacji osobowości, w skład persony wchodzi coraz mniej treści nieuświadomionych, poczucie zagrożenia cieniem powinno zanikać, rozpraszać się. Uświadomienie sobie przynależności do określonego typu funkcjonalnego i typu postawy powoduje ich zróżnicowanie i zharmonizowanie. Cień zaakceptowany jako część własnej osobowości przestaje jawić się jako przerażająca i demoniczna siła, stając się reprezentacją tego wszystkiego, co jest w człowieku prymitywne, podrzędne, nie rozwinięte i stłumione. Poznanie i asymilacja własnego cienia osobowego jest warunkiem dotarcia do cienia archetypalnego wypływającego z nieświadomości zbiorowej. Cień indywidualny, przy odpowiednim, krytycznym podejściu nie jest trudny do rozpoznania i przeniknięcia. Natomiast poznanie cienia archetypalnego, jak każdego archetypu, jest niezwykle trudnym i ciężkim zadaniem, ponieważ „o ile możliwe jest – pisze Jung – poznanie względnego zła, które tkwi w naszej naturze, o tyle spojrzenie w oczy złu absolutnemu jest doświadczeniem równie rzadkim, co wstrząsającym”<sup>11</sup>.

Cień indywidualny zostaje zintegrowany w osobowości, gdy człowiek potrafi krytycznie odnieść się do ciemnej strony swojej natury i wycofać wszystkie projekcje własnego cienia „rzucane” na innych ludzi. Cień archetypalny, kolektywny, związany z prymitywną, popędową naturą człowieka w ogóle kształtuje się w opozycji do przyjętych wartości kulturowych i społecznych. W symbolicznych przedstawieniach występuje zazwyczaj pod postacią diabła oznaczającego te treści, które zostały wyparte ze świadomości zbiorowej. Cień kolektywny może zawładnąć

---

<sup>10</sup> C.G. Jung. *Die Beziehung zwischen dem Ich und dem Unbewussten*. Zurich 1935. (za:) J. Jacobi, cyt. wyd., s. 45.

<sup>11</sup> C.G. Jung, *Cień*, w: *Archetypy i symbole*, Warszawa 1976, s. 68.

jakąs grupą społeczną, narodem, wyznawcami określonej ideologii<sup>12</sup>. Nie zintegrowany okazuje się, przykładów dostarcza tutaj historia, potężną, destruktywną siłą. Projekcja negatywnych cech danej grupy społecznej na inną często prowadzi do konfliktu i wyzwolenia niszczycielskich mocy tkwiących w psychice zbiorowej. Symbolowi szatana w rzeczywistości mogą odpowiadać czarownice, wrogowie klasowi, poszczególne narody czy też zwolennicy niektórych poglądów i wartości spełniający wtedy rolę kozła ofiarnego.

Przypatrzmy się niektórym typowym symbolom cienia wyodrębnionym na gruncie psychologii analitycznej i opisanym przez Toma Chetwynda w *A Dictionary of Symbols*. Należą do nich: 1) „czarny charakter” odpowiadający sytuacji, w której cień panuje nad człowiekiem, ponieważ jego *ego* jest zbyt słabe; 2) wróżka, która nie została zaproszoną na przyjęcie lub złośliwy goblin (a w przypadku cienia kobiety ciemna strona księżycy, wściekły pies, wilk, Hekate), które oznaczają stłumienie i zepchnięcie do nieświadomości istotnych dla rozwoju świadomości cech; 3) ziarno, żołądź czy jajko w sytuacji wzrastania, rodzenia się, wykluwania, mogące przedstawiać symboliczne relacje między *ego* a *jaźnią*: „Jaźń wyłania się z jajka tak jak ptak. Ego i Jaźń są tak różne od siebie jak jajko i ptak czy żołądź i dąb, ale jednocześnie są tym samym. Z tego powodu cały późniejszy rozwój Jaźni zależy od silnego rozwoju Ego...”<sup>13</sup>.

Powyższe interpretacje były możliwe dzięki analizom porównawczym symbolicznych przedstawień zawartych w snach, mitach czy też dziełach sztuki i uzależnione są od kontekstu, w którym pojawiają się symbole. W sztuce istnieje wiele przykładów dzieł obrazujących konflikt między *ego* a ciemną stroną człowieka. Należą do nich chociażby: *Przedziwna historia Petera Schlemihla* Adalberta von Chamisso, *Frankenstein* Mary W. Schelley, *Dziwna historia dra Jekylla i Mr. Hyde'a* R. Stevensona, *Portret Doriana Graya* O. Wilde'a, *Wilk stepowy* H. Hesse lub *Faust*, a zwłaszcza jego druga część, J.W. Goethego.

Typowe dla przedstawienia relacji między świadomym *ego* a cieniem są przygody Petera Schlemihla – biedaka, który zawiera pakt z diabłem oddając mu własny cień w zamian za mieszek Fortunata. Pomimo bogactwa Schlemihl jest człowiekiem nieszczęśliwym, ponieważ pozbawiony wewnętrznego świata staje się osobowością niepełną, przedmiotem kpiny i pogardy. Jego Ja zostaje zredukowane, coraz większy jest w nim udział persony, co potęguje tragizm jego położenia – uzależniony jest od tego, co o nim mówią inni. Diabeł zgadza się zwrócić Peterowi cień pod warunkiem, że ten odda mu swą duszę, czyli inaczej mówiąc świadome *ego*. Schlemihl nie wyraża na to zgody, pozostawia mieszek Fortunata (odzyskuje

---

<sup>12</sup> C.G. Jung, *Approaching the Uncconscious*, w: *Man and His Symbols*, Picador, s. 72 i n.

<sup>13</sup> T. Chetwynd, *A Dictionary of Symbols*, Paladin Grafton Books, s. 131 i n.



oraz integruje swój cień) i w siedmiomilowych butach (przyśpieszony proces indywidualności) wyrusza w świat (dociera do głębokich poziomów nieświadomości indywidualnej i zbiorowej) i po pewnym czasie uzyskuje spokój ducha (prawdopodobnie osiąga archetyp *jaźni*).

Cień nie zintegrowany, przeradzający się w potężną niszczyielską moc jest personifikowany przez Frankensteina, w zamyśle supermana, Mr Hyde'a, portret Dorian Graya. Frankenstein wyzwała się spod kontroli swego twórcy (*ego*), nie panując nad swymi żądzami i popędami staje się reprezentantem ciemnej strony człowieka. Zmieniennym przykładem jest również postać Mr Hyde'a (cień), który wyodrębniony z własnej osobowości przez Jekylla (*ego*) jako kwintesencja zła i negatywnych cech jego natury początkowo znajduje się pod kontrolą, przeistacza się z powrotem w doktora Jekylla (który reprezentuje zarówno dobro, jak i zło, jasną i ciemną stronę osobowości), aby później wyzwolić się całkowicie. Hyde jako cień opanowuje *ego* Jekylla, który popełniając samobójstwo potwierdza fakt dezintegracji i rozpadu własnej osobowości.

Z kolei w *Portrecie Dorian Graya* jest zarysowana (niestety, w postaci szczątkowej, nie rozwiniętej) koncepcja cienia uświadamianego oraz integrowanego w akcie kreacji artystycznej, spełniającego pozytywną funkcję oraz cienia destruktywnego, który nie został zintegrowany. W pierwszym wypadku malarz Bazyli Hallward uświadamia sobie, po namalowaniu portretu, istnienie nieznanego rysów własnej osobowości („każdy portret namalowany z przejęciem jest portretem artysty, nie zaś modela”; „obawiam się, czy nie ujawniłem w nim tajemnicy własnej duszy”<sup>14</sup>). Początkowe próby ukrycia obrazu przed światem oznaczają ucieczkę od własnego cienia, późniejsze zaś starania o odzyskanie portretu i jego publiczne wystawienie są wyrazem pogodzenia się artysty z jego ciemną naturą. W przypadku Graya to sam portret, „który musi nosić ciężar jego hańby”, reprezentuje jego cień. Obraz ten staje się „dla niego magicznym zwierciadłem. Tak jak mu objawił jego własne ciało, objawił mu też jego własną duszę”<sup>15</sup>. Ponieważ Dorian nie zaakceptował własnej ciemnej strony, pragnął ją zniszczyć i unicestwiając portret, unicestwił sam siebie – nie igra się przeciw z własnym cieniem.

Przykładem pozytywnej funkcji spełnianej przez cień jest utrzymana w bajkowej, poetyckiej tonacji, powieść Urszuli K. Le Guin, *Czarnoksiężnik z archipelagu*, która sama w sobie jakby stanowi artystyczną wykładnię koncepcji ciemnej strony natury człowieka sformułowaną na gruncie psychologii analitycznej. Dobre i złe moce zmagają się ze sobą, a główny bohater tej powieści – Ged, rozwijając swą osobowość, szuka „piekła” wędrując po świecie, aby w końcu odnaleźć go

---

<sup>14</sup> O. Wilde, *Portret Dorian Graya*, Warszawa 1976, s. 11

<sup>15</sup> Tamże, s. 114.

w sobie. W dzieciństwie jego *ego* nie jest jeszcze rozwinięte, a w związku z tym sfera cienia jest także nikła. Od momentu inicjacji (uzyskania imienia) sfera Ja rozszerza się, ale równocześnie narasta i pogłębia się otaczający go cień. Ciekawy świata wyrusza po naukę do szkoły czarnoksiężników na statku o nazwie (nomen omen) „Cień”. Od tego momentu rozpoczyna prawdziwą walkę z samym sobą, ponieważ w chwili przekroczenia progu szkoły uświadomił sobie, że podąża za nim mrok. Pewnego razu „zdawało mu się, że widzi siebie stojącego w dziwnym rozległym pustkowiu, samego pośród cieni”<sup>16</sup>. W tym okresie jego persona nie jest właściwie rozwinięta i Ged przeżywa trudności z zaadoptowaniem się do nowego środowiska popadając w konflikt ze swoim kolegą Jasperem, na którego projektuje swoje negatywne cechy. Zamyka się w sobie, pogłębiając swój introwertyzm. Kierowany przez ciemną stronę własnej natury w pełni uświadamia sobie jej obecność i przerażony pozwala na to, aby się rozszerzyła. Zaczyna uciekać przed własnym cieniem, chociaż jednocześnie różnicuje funkcje świadomości (zwycięstwo nad smokiem z wyspy Pendor) i typy postaw (harmonijne kontakty z innymi ludźmi), pogłębia swą wiedzę o dwoistości natury ludzkiej. Ged zmienia stosunek do własnego cienia pod wpływem nauk mistrza: „Jeśli będziesz szedł przed siebie, jeśli nie przerwiesz ucieczki – dokądkolwiek uciekniesz, wszędzie napotkasz niebezpieczeństwo i zło, ono bowiem cię popycha, ono wybiera dla ciebie drogę. To ty musisz wybierać. To ty musisz poszukać tego, co ciebie szuka. Musisz ścigać to, co ciebie ściga”<sup>17</sup>. Ucieczka od własnego cienia przekształca się w dążenie do jego uchwycenia, poznania i zasymilowania. Od tego momentu destruktywna moc ciemnej strony natury Geda zaczyna słabnąć, a proces indywiduacji przebiega w przyspieszonym tempie. Pogoń za cieniem, którego natura w dalszym ciągu jest zagadkowa, staje się łatwiejsza. Tytułowy bohater zaczyna uświadamiać sobie naturę tajemniczego związku między cieniem a nim samym – Ged nie może pozbyć się własnego cienia, tak jak cień nie może pozbyć się Geda. Zmagania z cieniem kończą się na Morzu Otwartym (nieświadomość zbiorowa), kiedy to Ged „objął swój cień, swoje czarne *ja*, które jednocześnie sięgnęło ku niemu. Światło i ciemność zetknęły się i połączyły, stając się jednością”<sup>18</sup>. Proces indywiduacji osiągnął swój najwyższy poziom w chwili, gdy czarnoksiężnik uświadomił sobie, że zarówno on jak i cień stanowią dwie uzupełniające się strony tej samej osobowości. Jednak Ged poznał i pogodził się nie tylko z własnym cieniem indywidualnym, ale również z cieniem archetypalnym. Przypomnijmy, że w konwencji tej powieści poznanie jakiejś rzeczy lub zjawiska jest równoznaczne z nazwaniem go jego wła-

---

<sup>16</sup> Ursula J. Le Guin, *Czarnoksiężnik z archipelagu*, Kraków 1983, s. 41.

<sup>17</sup> Tamże, s. 134.

<sup>18</sup> Tamże, s. 186.

ściwym imieniem. Zwycięstwo nad smokiem, który symbolizuje cień dążący do zagłady świadomego *ego*, posiada charakter indywidualny i polega na przełamaniu lęku i strachu płynącego z nieświadomości jednostkowej. Nazwanie smoka jego właściwym imieniem nie wymaga odwoływania się do nieświadomości zbiorowej, lecz raczej do sfery świadomości indywidualnej. W tym wypadku czarnoksiężnik porusza się po znanym sobie terenie (zna wszystkie ważniejsze, charakterystyczne dla tego obszaru nazwy), pozostaje mu tylko odgadnąć imię (poznać naturę) smoka. Ostateczne zmagania z cieniem na Morzu Otwartym mają odmienną postać, ponieważ „otwartość” nieświadomości zbiorowej wyklucza możliwość oparcia się wyłącznie na zasadach wyodrębnionych poprzez penetrację jednostkowej świadomości i nieświadomości, chociaż ich znajomość jest niezbędną, aby dotrzeć do struktur archetypicznych. Morze Otwarte, jego symboliczny kres, do którego dotarł jedynie Ged, jest obszarem nieznanym (nazwa każdej jego części pozostaje tajemnicą), podobnie jak nieznanne pozostają treści nieświadomości kolektywnej. Dlatego też proces indywidualizacji Geda oparty jest nie tylko na asymilacji cienia indywidualnego, ale również archetypu cienia. Nie sposób przedstawić tutaj całego bogactwa symboliki pojawiającej się w *Czarnoksiężniku z archipelagu*, która jest związana z procesem indywidualizacji rozpatrywanym z punktu widzenia odrzucenia, a później pogodzenia się z własnym cieniem. Symbole bramy, morza, sokoła, wyspy, łodzi itd. mogą być interpretowane z perspektywy całości psychologii analitycznej Junga, ale z powodu braku miejsca nie będziemy się szerzej zajmować tutaj tym problemem.

W literaturze pięknej dosyć często pojawia się motyw cienia, chociaż proces indywidualizacji nie zawsze ma tak jednoznaczne i szczęśliwe zakończenie jak w przypadku *Czarnoksiężnika z archipelagu*. W powieści H. Hesse wilk stepowy w pełni zdaje sobie sprawę z istnienia ciemnej strony jego osobowości, ale nie udaje mu się poznać jej na tyle, aby traktować cień jako integralną część własnej natury. „Harry odnajduje w sobie „człowieka”, to znaczy świat myśli, uczuć, kultury, oswojonej i sublimowanej natury, ale obok tego odnajduje też w sobie „wilka”, to znaczy ponury świat popędów, dzikości, okrucieństwa i niesublimowanej, surowej natury. Mimo tego pozornie jasnego podziału jego istoty na dwie wrogie sobie sfery przeżywał jednak od czasu do czasu stany, w których wilk i człowiek godzili się ze sobą na chwilę, na jakies szczęśliwe mgnienie oka”<sup>19</sup> Harry Haller jest typowym przykładem człowieka rozdartego między *ego* a cieniem, między przekonaniem o własnej szlachetności i wartości a czysto zwierzęcymi popędami i odruchami. Jego sytuację komplikuje fakt niewłaściwie ukształtowanej osoby – maski, jakie zakłada z jednej strony wywołują sprzeciw tkwiącego

---

<sup>19</sup> H. Hesse, *Wilk stepowy*, Poznań 1984, s. 62.

w nim wilka, czyli cienia, który nie w pełni zintegrowany próbuje opanować *ego*. Z drugiej natomiast narzucone mu role społeczne, zgodne z mieszczańską obyczajowością, wywołują sprzeciw świadomego *ja* pragnącego pozbyć się ograniczeń narzuconych mu przez innych. Maską, którą przybrał Harry kształtowana jest zatem zarówno przez cień, jak i przez świadomość indywidualną. Wie on o dwoistości własnej natury, ale nie poznał jej jeszcze na tyle, aby dokonać integracji osobowości, uczynić jedność ze swej jasnej i ciemnej strony, co widać wyraźnie w scenach rozgrywanych w magicznym teatrze.

Klasykiem już na gruncie psychologii analitycznej przykładem związków między *ego* a jego cieniem są postaci Fausta i Mefistofelesa<sup>20</sup>. W swych wspomnieniach Jung zaznacza, że stosunkowo wcześniej zdał sobie sprawę (przy rozpatrywaniu takich podstawowych opozycji, jak: dobro i zło, umysł i materia, światło i ciemność) z faktu, iż Faust i Mefistofeles reprezentują dwie strony jednej i tej samej osobowości. „Faust, niedorzeczny, tępy filozof, napotyka na ciemną stronę własnego bycia, na swój cień – Mefistofelesa, który pomimo swych negatywnych cech reprezentuje prawdziwego ducha życia jako przeciwieństwo jałowego uczonego, który balansuje na krawędzi samobójstwa”<sup>21</sup>. Faust jako nie rozwinięty w pełni *ego* (brak zróżnicowania funkcji świadomości i typów postaw) znajduje swoje dopełnienie w żywiołowym, instynktownie i intuicyjnie działającym Mefistofelesie. U Fausta nadmiernie rozwinięta funkcja myślenia nie pozwala na rozwinięcie się przeciwstawnej funkcji niższej: uczucia. Funkcje irracjonalne: percepcja i intuicja, zagłuszone przez myślenie także nie są rozwinięte. Faust egzystuje jako mocno ograniczone świadome *ego* do chwili, kiedy napotyka na swą nieświadomość – Mefistofelesa. Spotkanie z własnym cieniem pozwala Faustowi na spotkanie z takimi warstwami nieświadomości, których istnienia wcześniej się nie domyślał. Wcześniejsze ich stłumienie i wyparcie doprowadziło do utraty przez Fausta chęci życia i samobójczych myśli. Dopiero spotkanie z Mefistofelesem prowadzi do odkrycia sensu istnienia; Faust z postaci jednowymiarowej staje się człowiekiem wielowymiarowym. Energia napędzająca jego psychę zaczyna rozkładać się proporcjonalnie po obu stronach osobowości: jasnej i ciemnej, świadomości i nieświadomości.

Rozwiązanie problemu cienia jest niezwykle doniosłym i istotnym momentem w życiu każdego człowieka. O istnieniu cienia wiedziano już w sposób mniej lub

---

<sup>20</sup> Wyczerpująca analiza II części *Fausta* dokonana z punktu widzenia psychologii analitycznej jest zadaniem niezwykle trudnym i skomplikowanym ze względu na wielość symboli występujących w tym utworze. Poniższe schematyczne i skrócone uwagi mają na celu jedynie wskazanie na istnienie problemu cienia w *Fauście*, nie zaś na wyczerpujące opisanie i rozwinięcie tego zagadnienia.

<sup>21</sup> C.G. Jung, *Memories, Dreams, Reflections*, Collins Fount Paperbooks, s. 262.

bardziej uświadamiany od momentu pojawienia się refleksji człowieka nad samym sobą. Wcześniej: w postaci wierzeń religijnych, obrzędów magicznych, różnorodnych obyczajów i sposobów zachowań, obecnie zaś w formie przesądów, symbolicznych przedstawień zawartych w dziełach sztuki, a nawet dziełach filozoficznych oraz w postaci świadomej refleksji nad ciemną stroną natury ludzkiej. Powszecchność przekonania, które pojawia się w każdej kulturze bez względu na czas i miejsce jego pojawienia się, o istnieniu cienia, świadczy o tym, że jest on archetypem i jako taki wpływa w znacznej mierze na rozwój naszej psychiki w sensie indywidualnym i zbiorowym. Ciekawym i pouczającym doświadczeniem byłoby z pewnością prześledzenie historii ludzkości pod kątem relacji między *ego* i świadomością zbiorową a cieniem. W każdym przypadku, gdy energia psychiczna kumuluje się po stronie nieświadomości, kiedy cień wymyka się spod kontroli świadomości i dąży do destrukcji *ego* dochodzi do kataklizmów dziejowych, szerzenia się nietolerancji oraz wzrasta ilość zachowań popędowych obnażających ciemną stronę natury człowieka. „Człowiek opętany przez swój cień – stwierdza Jung – ma o sobie zawsze dobre wyobrażenie i zawsze wpada we własne sidła. [...] Jest najczęściej pechowcem, ponieważ żyje poniżej swych możliwości i w najlepszym razie osiąga jedynie coś, co mu nie wychodzi na zdrowie, gdzie zaś nie napotyka żadnych trudności, sam je stwarza wyobrażając sobie przy tym, że robi coś pożytecznego”<sup>22</sup>. Jak była już o tym mowa, cień nie zintegrowany może doprowadzić do neurozy, a w krańcowych przypadkach do psychozy, rozpadu osobowości, zaniku świadomego *ego*. Cień opanowuje całość psychiki człowieka i doprowadza do jej dezintegracji. Neuroza nie posiada tak gwałtownego przebiegu, a jej występowanie (np. według K. Dąbrowskiego) jest warunkiem procesu indywiduacji. Z tego względu zmagania z cieniem nie można wartościować, ponieważ to przede wszystkim dzięki neurozom osiąga się wyższy poziom rozwoju osobowości. Nadmierne uleganie ciemnej stronie osobowości może wywołać kryzys, który doprowadzi do psychicznego wstrząsu, prowadzącego, w końcowym efekcie, do asymilacji cienia.

Cień, który traktowany jest przez *ego* jako nikczemny i odrażający reprezentant zła, jest tą częścią naszej osobowości, o której staramy się zapomnieć, ponieważ jej obraz odbiega od idealnego wyobrażenia naszego Ja, jakie każdy nosi w sobie. *Ego*, które zwykle jest idealizowane, utożsamiane jest ze światłem, dobrem, cień natomiast – z mrokiem i złem, z czymś, co znajduje się poza naturą człowieka. Cień jako ciemna strona osobowości człowieka może zostać rozproszony (zwłaszcza w przypadku cienia indywidualnego) przez światło świadomości w chwili, gdy zostanie poznany i uznany przez podmiot za integralną część jego

---

<sup>22</sup> C.G. Jung, *Odrodzenie*, w: *Archetypy i symbole*, cyt. wyd., s. 131.

osobowości. Cień nie reprezentuje zła; jest jedynie wyrazem złożoności psychiki człowieka i istnienia w niej głębokich warstw nieświadomości. Wyparcie się własnego cienia jest równoznaczne z wyparciem się własnego człowieczeństwa. Realizacja pełni własnego człowieczeństwa jest możliwa pod warunkiem integracji i asymilacji ciemnej strony swojej natury. Jak pisze E. Neumann taka integracja ma miejsce „tylko wtedy, kiedy człowiek uczy się doświadczać samego siebie jako stwórcę, który uczynił światłość i ciemność, dobro i zło, gdy staje się świadomy swojej jaźni jako paradoksalnej całości, w której przeciwieństwa są powiązane ze sobą jak w Boskim Umyśle...”<sup>23</sup>. Zrozumienie tego faktu i traktowanie obu stron osobowości człowieka jako całości jest niezbędnym warunkiem procesu indywidualizacji.

---

<sup>23</sup> E. Neumann, *Depth Psychology and a New Ethic*, cyt., wyd., s. 147.