

1. REFLEXIÓN INICIAL

Jaffé nos recuerda que Jung no se atrevió nunca a realizar un resumen de sus ideas y de su obra; y que, cuando en cierta ocasión se le propuso esta tarea, contestó: "..debo decir que una cosa así está por completo fuera de mi alcance. No podría expresar sencillamente en forma breve lo que extensamente he expuesto con tantas dificultades y esfuerzos." ¹

Así, pues, la dificultad con la que me encuentro en este capítulo me obliga a ser extremadamente prudente y humilde. Mi intención, por lo tanto, y dada la necesidad del mismo, no es otra que intentar esbozar algunos de los conceptos más relevantes dentro del contexto de la Psicología Analítica. Conceptos e ideas que nos permitan abordar el tema que nos ocupa, es decir, el análisis de los sueños, dentro del mínimo marco adecuado. Mayores pretensiones supondría una arrogancia que no sería aceptable, ni por lo equívoco que resultaría, ni por lo todavía limitado de mis conocimientos.

La obra de Jung, como hemos visto, es amplia y con un alto grado de dificultad; por lo tanto, es obvio que lo más adecuado es acudir a sus fuentes para intentar entenderla. Por consiguiente, a lo largo de mi exposición y con este fin, será necesario que nos remitamos a los textos más básicos y fundamentales de la psicología junguiana.

Aunque es mi intención ceñirme a la evolución temporal de la aparición y desarrollo de las ideas de Jung, lo cierto es que, como es lógico, sus concepciones fueron evolucionado y, en ocasiones, modificándose; y, por lo tanto, a diferencia del capítulo anterior en donde era fundamental el desarrollo temporal, en este caso será en ocasiones sacrificado, a pesar del interés que suscita, en aras de una mejor comprensión de sus ideas.

Von Franz cuenta como en el ochenta aniversario de Jung se celebraron dos fiestas en su honor. La primera fue oficial y muy protocolaria, situación que le fatigó. La segunda

¹ *Recuerdos, sueños y pensamientos.* . Pag., 14.

fue completamente espontanea y amistosa pero que, sin embargo, en ella Jung se quedó más tiempo del que se preveía. Al acabar ésta dijo:

*"Sí, éstas son las personas que continuarán mi obra, los únicos que sufren y buscan; y que, por ello, intentan tomar en serio, en su propia vida, mis pensamientos, y no aquellos que satisfacen su ambición predicándolas a los demás."*²

Llevo ya algunos años de mi vida dedicado al estudio de la psicología junguiana y, sobretodo, al análisis personal a través de mis sueños y vivencias conscientes; por ello, entiendo lo que Jung expresa con este sincero comentario. Espero, por lo tanto, que mis humanas ambiciones inconscientes tomen buena cuenta de ello.

Por último, vuelvo a recordar la prudente necesidad de que este capítulo se considere desde el punto de vista orientativo y no como un cuerpo doctrinal de la psicología de Jung; y que, por lo tanto, se justifique el pretender conocer su obra a través, simplemente, de esta lectura.

2. DE LOS EXPERIMENTOS DE ASOCIACIÓN DE PALABRAS A LA TEORÍA DE LOS COMPLEJOS

*En este primer apartado vamos a estudiar básicamente el concepto de **complejo** formulado por Jung. Pero, sin embargo, para ello y como ya sabemos por el capítulo anterior, será necesario abordar brevemente el fundamento del **test de asociación de palabras** y algunos de los temas más directamente relacionados.*

2.1 El test de asociaciones

Como ya dijimos, Jung realiza sus "experimentos de asociaciones" que, más tarde, denominará como "test de asociación de palabras", en la primera década de este siglo cuando trabajaba en Zurich bajo la supervisión de Bleuler. En el tomo segundo de sus

² *C.G. Jung. Su mito en nuestro tiempo. Pag., 11.*

obras completas titulado "Experimental researches"³ vienen recopilados sus trabajos más importantes en este campo. El experimento ó el método de asociación son términos utilizados para nombrar este sistema de investigación.

El hecho de que pronto abandonase sus investigaciones en este terreno fue, sobretudo, debido a que, al formular su teoría de los complejos, basándose en parte en las experiencias obtenidas con estas pruebas, se volcó en sus trabajos sobre los complejos y el inconsciente y dejó, por así decirlo, para otros el resultados de sus investigaciones. Sin embargo, aunque años después, en 1.935,⁴ diga que ya sólo lo utiliza para estudios en sujetos criminales; nos recuerda que, junto con el **análisis de sueños** y la **imaginación activa**, es el tercer método para "aproximarse a la esfera oculta del hombre"

Lo cierto es que para la época en que se desarrollaron estos trabajos, los métodos y los resultados son muy modernos y prácticamente vigentes para algunos sectores de la psicología experimental actual. Veamos, pues, básicamente, en que consiste.

2.1.1. Conceptos básicos y método

En líneas muy generales, el experimento de asociación que Jung desarrolló se basa en el hecho de que el investigador vaya citando, una tras otra, una serie de palabras prefijadas a la vez que el sujeto investigado contesta a cada una de ellas.

En general se utilizan para todos los sujetos las mismas 100 **palabras inductoras** que fueron seleccionadas tras las primeras investigaciones y que, en su día, se repartieron al azar. El experimentador invita al sujeto a reaccionar con cada palabra inductora lo más rápidamente posible, limitándose a pronunciar la primera palabra que le acuda a la mente. Por ejemplo, con la palabra CABEZA contestar PELO. Entonces el investigador apunta el **tiempo de reacción** y si hay algún dato más a tener en cuenta; por ejemplo, que

³ Experimental Researches. CW. 2, Bollingen Series XX, 1ª ed., Princeton, Princeton University Press, 1981.

⁴ "The Tavistock lectures. On the Theory and Practice of Analytical Psychology." en The symbolic life. C.W. 18, Bollingen Series XX, 2ª ed., Princeton, Princeton University Press, 1980 (1ª ed. 1955).

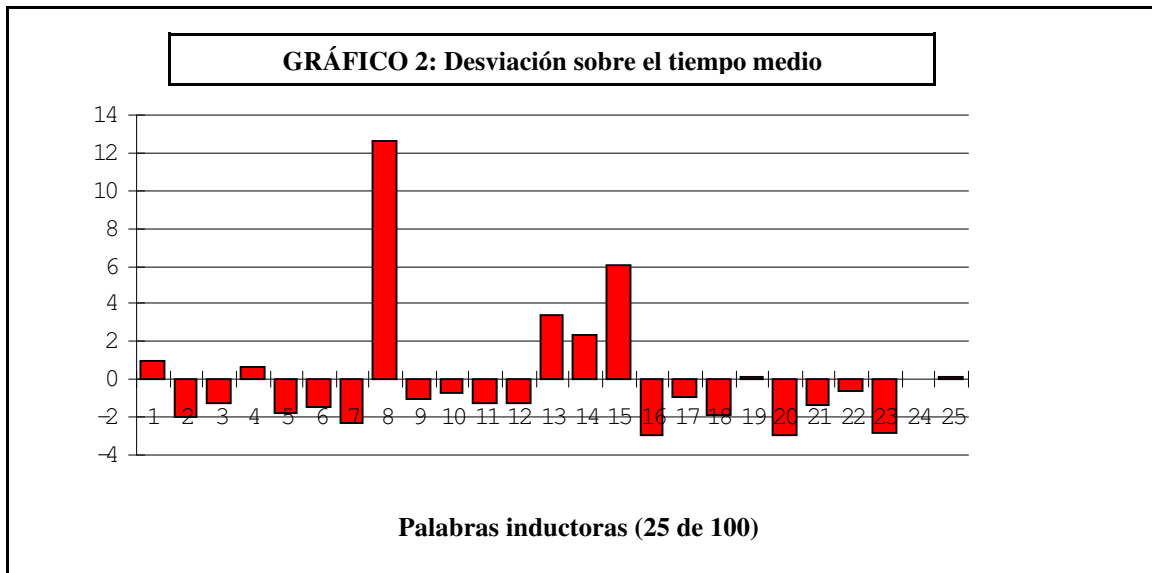
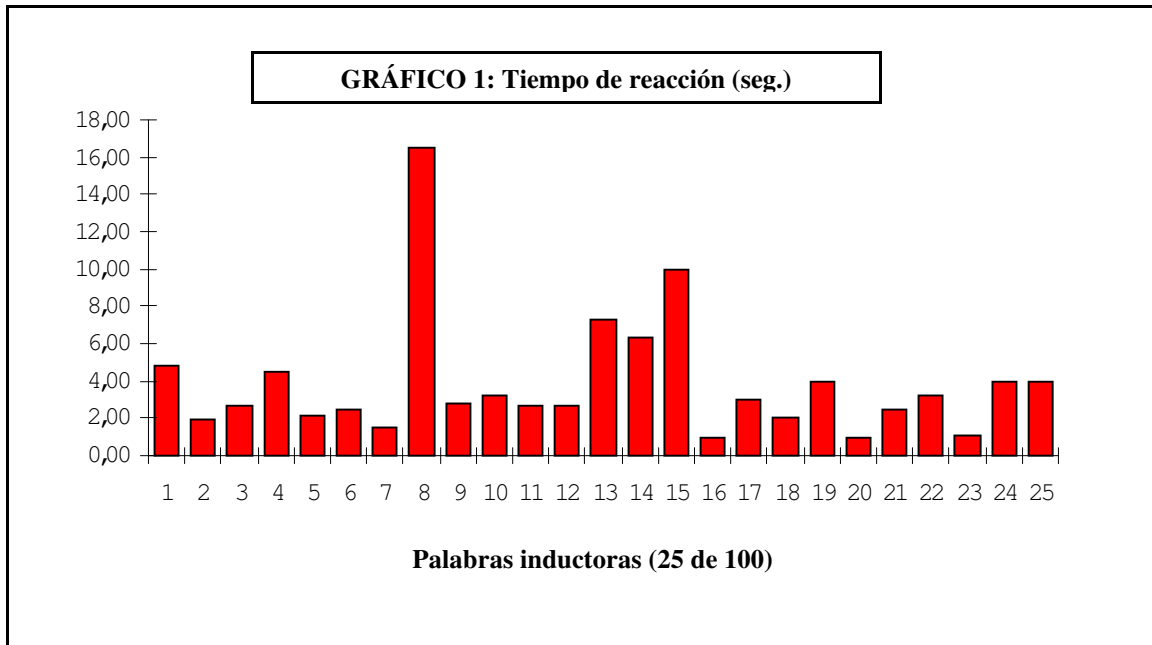
realice un suspiro ó que se ría. Así con cada palabra hasta acabar las 100 y, después, una vez acabada la serie, se comienza de nuevo pidiendo al sujeto que conteste, si puede, con la misma palabra con la que contesto anteriormente. En esta segunda vez no hace falta apuntar el tiempo de reacción, sólo la contestación realizada.

Un ejemplo de test, en relación a las primeras diez palabras inductoras, podría plantear el siguiente resultado:

TEST DE ASOCIACIÓN DE PALABRAS							
NUM.	PALABRA INDUCTORA	PRIMERA RESPUESTA	TIEMPO DE REACCIÓN	REACCIÓN PSIC-FISIC	OBSERVACIONES	SEGUNDA RESPUESTA	REPETICIÓN
1	CABEZA	pelo, cerebro	4.83	N		cerebro	S
2	VERDE	hojas	1.91	N		hola	S
3	AGUA	beber	2.69	N		beber	S
4	CANTAR	alegría, es una alegría para mi	4.53	S	sonrie	alegría	S
5	MUERTE	miedo, es natural pero me da miedo	2.11	S	suspira	miedo	S
6	LARGO	un camino, me va a suspender	2.47	N		camino	S
7	BARCO	el mar o navegar, lo que quiera	1.55	N		mar	S
8	CONTAR	calcular un dinero, matemáticas, cotilleo	16.48	S	aspamientos, risas	matemáticas	S
9	VENTANA	asomarse, mirar, escudriñar	2.81	N		mirar	S
10	AMISTOSO	sinceridad	3.19	S	golpéa con el pié	cariño	N

Una vez acabada la prueba, en algunos casos, se pueden llegar a constatar una serie de variaciones que van a ser indicativas de lo que Jung denominó como **indicio de complejo**. Cada palabra que hubiese producido, por ejemplo, una de las situaciones que a continuación se detallan, serían susceptible de considerarse como precursora de un complejo. Así:

1. Si tenemos en cuenta el tiempo de reacción medio, cuanto más alejado esté el tiempo de reacción de una palabra más indicativo es de indicio de complejo (ver gráficos 1 y 2 a continuación).



2. Aquellas palabras que hayan sido contestadas, en vez de con una palabra, con una frase, una serie de palabras ó, por ejemplo, una exclamación. Todo aquello que se salga de la consigna prefijada.

3. Aquella palabra que haya sido contestada con otra palabra pero que se haya acompañado de algo que nos llame la atención. Por ejemplo, una risa o un suspiro desproporcionado, un gesto especial, etc.

4. Aquellas palabras cuya contestación hayan sido diferentes en la segunda vuelta de la serie.

Tras analizar estos aspectos se procede, posteriormente, a trabajar sobre aquellas palabras en donde se han producido las variaciones más significativas. Sin embargo, Jung nos advierte el hecho de que, una palabra que es claramente, por sus aspectos presentados, indicio de complejo, puede producir variaciones en las siguientes palabras, aunque, en otras circunstancias, fuesen normales. Es lo de que denominó como fenómeno de **perseveración**. Por lo tanto, la primera palabra es sólo la importante (ver en los gráficos los resultados de las palabras 13, 14 y 15). Lo mismo ocurre con el llamado **efecto sensibilizante de una perseveración emocional**. En este caso, tras producirse una reacción a una palabra estímulo, aparece una reacción escalonada más fuerte en las siguientes hasta normalizarse. Ésto puede hacer pensar que las palabras con más reacción son más indicativas de complejo y, sin embargo, lo ocurrido es que la mayor fuerza en la reacción se ha producido con posterioridad sobre palabras normalmente sin reacción significativa.

Para Jung, evidentemente, si de entre una serie de palabras escogidas al azar había algunas que producían reacciones extrañas en el sujeto, ésto era debido a que esas palabras servían de estímulo para hacer reaccionar a unos contenidos conocidos ó desconocidos en la mente del individuo. Por lo tanto, la forma de llegar a descubrir tales contenidos era preguntando lo que el sujeto asociaba con dichas palabra inductoras; ó, dicho de otra forma, qué recuerdos, pensamientos ó sentimientos le sobrevenían ante cada palabra indicio de complejo.

De esta forma, en ocasiones, afloraban situaciones ó hechos que incluso el sujeto había olvidado completamente ó reprimido inconscientemente, y que eran la causa de su actual enfermedad mental.

Sin embargo, es importante que nos situemos en el contexto histórico en que se desarrollaron estas primeras investigaciones ya que, por entonces, la concepción psiquiátrica y el inicio psicoanalítico en el que Jung se encontraba, basaba el origen de algunas de las patologías en el suceso traumático y en la importancia que el subconsciente, como inconsciente meramente personal, tenía. Ésto significaba que, detrás de cada palabra indicio de complejo se esperaba encontrar alguna situación pasada, alguna culpa ó alguna experiencia traumática. En algunos ejemplos relatados por Jung vemos claramente este hecho.

Incuestionablemente estas situaciones se dan con cierta frecuencia y son muy importantes pero ¿qué ocurría cuando, a pesar de un fuerte indicio de complejo, Jung no encontraba ningún dato significativo en la vida del paciente? Evidentemente, estas situaciones debieron influirle y empezar a cuestionarse la teoría, hasta entonces, de la existencia de un único inconsciente a nivel personal. Es decir, de encontrarse con la existencia de complejos inconscientes que no provenían de la historia personal ó, al menos, no eran fruto de ella.

2.1.2 En relación con la medicina psicosomática.

Algo, desde luego, novedoso para su época es el empleo de sistemas de detección de señales fisiológicas para percibir reacciones corporales durante el experimento de asociaciones.

Así, fueron empleados sistemas para medir las variaciones de la resistencia de la piel al paso de una corriente continua (psicogalvanómetro) y la actividad respiratoria (neumógrafo). De esta forma, las variaciones que se produjesen en, por ejemplo, la

circulación ó la sudoración, podían ser detectadas por el psicogalvanómetro (palidez, rubor, temblor, piel de gallina, etc.), mientras que el neumógrafo apreciaba los cambios en la profundidad y el ritmo de la respiración (situaciones de parada respiratoria momentánea, suspiros, jadeos, etc.). Cualquier cambio que se alejase de la normalidad en este sentido era también tomado como indicio de complejo. Así, por ejemplo, en relación a la respiración, podemos encontrar diferentes posibilidades de apnea ó pausa respiratoria tras una palabra estímulo. Primero, aparición de restricción respiratoria ó apnea pasajera como único dato significativo tras la palabra estímulo. Segundo, aparición de una evidente apnea como respuesta a palabras que sean indicio de complejos completamente inconscientes para el sujeto. Y, tercero, presentación de una respiración inicial normal para continuar con una fase de apnea pasajera tras una palabra estímulo que provoque un complejo del que el sujeto sea consciente.

Una de las aplicaciones muy importantes de este nuevo sistema de exploración psico-física, que otorgó a Jung y su equipo renombre internacional, fue la desarrollada en el campo de la criminología. Este sistema daría lugar a lo que hoy conocemos vulgarmente como "detector de mentiras".

Así, a estos sistemas básicos de detección, se fueron añadiendo otros, posteriormente, para medir la actividad y la frecuencia del corazón, la temperatura, la actividad muscular o cerebral, etc. En general, cualquier sistema que nos ayude a medir modificaciones en el cuerpo humano era y es válido. Afortunadamente, en la actualidad, pueden ser empleadas, como todos sabemos, técnicas de detección de cambios fisiológicos mucho más completos y precisos que ayudan mejor a la comprensión de este experimento. Los trabajos realizados por Iefrid Atenova⁵ se desarrollan, por ejemplo, en este sentido.

De esta forma se podía evidenciar cómo, sólo una simple palabra, podía trastornar todo el funcionalismo de un sujeto y cómo los factores psíquicos, los llamados complejos, influían de forma primordial sobre el cuerpo humano. Así, algunas patologías

⁵ Este psiquiatra y analista de Stanford utiliza, para captar la respuesta fisiológica al estímulo, un moderno registro cerebral computarizado en forma de mapeado. Según Atenova, lo que básicamente registraba Jung, eran los componentes psicológicos de una reacción ansiosa. "A Life of Dreams" en *The Wisdom of the Dream*. Stephen Segaller Films.

respiratorias, como el asma, enfermedades cardiacas, situaciones de parálisis y un largo etc., podían encontrar su origen en el terreno psíquico.

2.1.3 El test de asociaciones en la familia

Otro de los puntos interesantes en los que Jung basó su investigación fue en lo concerniente a las similitudes o diferencias que podían encontrarse entre los test de asociaciones realizados a los diferentes miembros de una familia. Para ello se estableció una clasificación de las posibles contestaciones basándose en un sistema puramente lingüístico y lógico y de esta forma, tras el test, sus contestaciones quedaban divididas proporcionalmente dentro de cada grupo, pudiendo ser representadas en un gráfico. Algunos de los criterios de clasificación son los que, a continuación, se exponen.

1. ASOCIACIONES INTERNAS

1.1. AGRUPADAS

1.1.1. COORDINACIÓN

1.1.1.1 POR UN CONCEPTO COMÚN GENERAL: padre - tío

1.1.1.2 POR SIMILITUD: padre - dios

1.1.1.3 POR RELACIÓN INTERNA: padre - aburrido

1.1.1.4 POR RELACIÓN EXTERNA: padre - nuestra casa

1.1.1.5 POR EJEMPLO: poner atención - hombre inteligente

1.1.2 SUBORDINACIÓN: cuerpo - brazo

1.1.3 SUPERORDINACIÓN: gato - animal

1.1.4 CONTRASTE: luz - oscuridad

1.1.5

Lo curioso e importante era el hecho de que algunos miembros de la familia presentaban una proporción parecida una vez realizada la clasificación, mientras que en

otros miembros los resultados eran completamente diferentes. Por ejemplo, podía presentarse una completa identidad entre madre e hija frente al padre ó una identidad entre ambos cónyuges y muy diferente al resto de la familia.

*Este test aplicado a las familias o a cierto grupos de personas es una forma de explicar, desde la teoría de los complejos, no solamente como puede o no haber un buen entendimiento entre los diferentes sujetos sino, sobretodo, como los problemas en forma de complejos, pueden ser transmitidos y vividos por los diferentes miembros de la familia. Es lo que Jung denominó como **interdependencia psíquica intrafamiliar** y **participación inconsciente**. Un buen número de trabajos sobre patología familiar (la familia esquizoide o neurótica) han sido inicialmente basados en estos estudios de Jung.*

2.1.4 Consecuencias esenciales

*Dos aspectos pueden ser especialmente resaltados en relación al test de asociaciones. En primer lugar, la aplicación del test tiene un carácter marcadamente individual, en el sentido de que el baremo de comparación no está fuera del individuo sino en él mismo (tiempo medio de reacción, forma de contestación, etc.). Son variaciones de su situación "normal" y, por lo tanto, la aparición ó no de indicios de complejos en algunas de las palabras viene marcado por su propia idiosincrasia. Ésto que, a simple vista, no parece muy relevante, supondrá, sin embargo, un dato muy interesante cuando hablemos posteriormente de dos importantísimos conceptos de Jung: la **compensación** en la función de los sueños y el **proceso de individuación**. Y, en segundo lugar y de forma muy especial, la aplicación del test de asociaciones le permitió llegar a demostrar científicamente que la mente humana contenía una parte desconocida que se manifestaba ante un cierto estímulo, alterando al individuo tanto a nivel psíquico como físico. Por tanto, esa parte no consciente ó **inconsciente** estaba compuesta, al menos, por lo que llamaría "complejos" que eran, por su comportamiento, completamente autónomos e independientes de la voluntad del individuo.*

En definitiva, el test de asociaciones proporcionaba una importante fuente experimental para el estudio y comportamiento de los complejos.

2.2 La teoría de los complejos

Aunque el concepto de lo inconsciente, del que posteriormente hablaremos, ya era conocido difusamente en otros círculos no médicos, lo cierto es que se tendía a equiparar, aunque la cultura y el saber popular expresase lo contrario, a la totalidad de la mente ó la psique que era abarcable por nuestro conocimiento; es decir, a lo que denominamos como consciente. Sin embargo, como ya hemos dicho, el test de asociaciones evidenciaba de una forma experimental que había pequeños aspectos de nuestra psique que nos eran desconocidos y que, de una forma completamente autónoma, como con vida propia, ponían en jaque a lo que hasta entonces había sido considerado como único heredero de la psique.

2.2.1 Características del complejo

El concepto inicial de la expresión "complejo" que, según nos dice Jung,⁶ introdujo junto a su colaborador Riklin, proviene de la misma "complejidad" ó cúmulo de elementos que se esconden tras él mismo.

Así, el fenómeno que se producía presentaba las siguientes características: Primero, como hemos dicho, era completamente autónomo, involuntario. Segundo, no era único sino, en ocasiones plural; y, aunque podían estar interrelacionados, se mostraban, igualmente, independientes unos de otros. Tercero, gozaban de una cierta carga afectiva que provocaba evidentes cambios a nivel fisiológico. Cuarto, el complejo, aunque inicialmente inconsciente, podía llegar a ser consciente sin perder su independencia, para poder volver, de nuevo, a ser inconsciente. Y, quinto, a veces el complejo desplazaba

⁶ JUNG, C.G. (1911). "On the doctrine of complexes" en *Experimental Researches*. CW. 2. Pars., 1349 y ss.

completamente a la personalidad habitual con lo que el individuo quedaba bajo la total influencia del mismo.

En este sentido, recuerdo el caso de una mujer con la que empecé a realizar un test de asociaciones. Nada más comenzar empezaron a aparecer altibajos en los tiempos, contestaciones variopintas, risitas, movimientos, etc. En general, todo el test se perfilaba como lleno de indicios de complejos. Sin embargo, evidentemente, esto no era posible. La explicación posterior fue que la mujer poseía un complejo, que podríamos llamar como de "inteligencia" así que, desde el primer momento que se enteró que se le iba a realizar un test, esta palabra la asoció mentalmente con examen y, como si "test" fuese la primera palabra inductora, puso en marcha a su complejo y este no dejó de actuar hasta que, evidentemente, renuncié a seguir con la prueba. Su persona había quedado, momentáneamente, bajo la total influencia del complejo.

Pero, si nos paramos a pensar en nuestras actuaciones diarias, nos daríamos igualmente cuenta de cuantas veces estos complejos nos gastan unas "bromas" terribles, diciendo lo que no queríamos decir ó dejándonos "como mudos" en los momentos en que se nos pregunta algo. Así que, en realidad, no haría falta un test específico para evidenciar nuestros complejos.

2.2.2 El complejo principal de la psique

*Una de las consecuencias inmediatas que se deduce de sus características es que, si un complejo puede ser consciente sin perder su fuerza y autonomía, debe de existir otro complejo que, normalmente, sea el que ocupe el puesto más importante en el campo consciente. Y que sea quien, de forma ilusoria, nos dé la falsa idea de que somos los dueños y señores de nuestra mente. A este complejo se le denominó como **complejo del Yo**; ⁷ y, de esta forma se evidencia que, lo que pretende simplemente el complejo del Yo es intentar controlar el resto de la psique y procurar crecer y afianzarse en su puesto. La frase de Jung de que "hoy en día todos sabemos que podemos tener complejos pero lo que*

⁷ Más adelante tendremos ocasión de comentar más características de este importante complejo.

no sabemos es que son ellos los que nos tienen a nosotros" ⁸ me parece particularmente genial en este sentido.

La influencia de los complejos, por lo tanto, condicionan tanto la voluntad como la idea de libertad. De hecho cuando un complejo actúa nos podemos sentir inicialmente impotentes ante él y, sólo en ocasiones, si nuestro complejo del Yo es fuerte, puede voluntariamente llegar a controlarse.

2.2.3 Los complejos y los fenómenos patológicos

De esta forma, la génesis de las neurosis podían ser explicada a través de la teoría de los complejos; en donde, los síntomas histéricos ó neuróticos no eran más que el resultado de la influencia ó expresión de estas partes autónomas de la psique. En estos casos era cuando la voluntad podía hacer muy poco frente a tal influencia y tenía que intervenir la terapia. Jung nos cuenta que, en algunos casos, bastaba con que el paciente fuese consciente, mediante el test de asociaciones, de cual era su complejo para que su fuerza y su influencia remitiese; pero, en otros casos, era necesario un análisis más profundo y, en esas situaciones, fue cuando encontró, inicialmente, las ideas y las técnicas del Psicoanálisis de Freud sumamente valiosas.

Por otro lado, la concepción de estas entidades psíquicas independientes denominadas complejos, encajaban perfectamente con la tradición cultural y popular. Las ideas de espíritus ó demonios que poseían a las personas, ó las figuras de elfos ó duendes que influenciaban la actividad cotidiana y a los que había que rendir un cierto culto con el fin de que no molestasen, ⁹ no eran más que personificaciones de estas importantes y vitales entidades de la psique. De hecho es curioso que, en la práctica, parece ser que haya que rendir, igualmente, un cierto "culto" a los complejos, dedicándoles parte de nuestro tiempo y energía con el fin de que se mantengan "apaciguados".

⁸ JUNG, C.G (1934). "Allgemeines zur komplextheorie" (Traducción castellana en "Teoría de los complejos" en Los complejos y el inconsciente . Pag., 219.

⁹ En la tradición popular de la Isla de Pascua en Chile existe, por ejemplo, la figura del Aku-AKu. Estos seres, de aspecto delgado y esquelético, pero que no son espíritus de los muertos, vagaban por la noche y, con objeto de que no molestasen, se les dejaba, en ciertos lugares, diversos alimentos y objetos.(Figura 6)

Pero no solamente aparecen estos fantasmas nocturnos en la tradición popular ó en las culturas que aun se mantienen primitivas. También hoy en día "gozamos" de estas entidades en nuestro entorno habitual. La mente del niño, con su Yo débil, bien lo sabe; pero, también, la del adulto que, en ocasiones, los ve en la oscuridad y, casi siempre, en los propios sueños.

2.2.4 Los complejos y los sueños

De esta manera, en los sueños se nos manifiestan los complejos, a veces, en forma animal ó en forma personificada, al igual que son narrados en la abundante literatura religiosa y etnológica.¹⁰ Como luego veremos, en los sueños no solamente va a venir claramente expresado el complejo del Yo como entidad independiente, al ser el soñante un personaje más del sueño, sino que, igualmente, van a quedar representados otros complejos típicos (como el materno ó paterno, entre otros); y que, al igual que lo dicho en las características del complejo, se muestran más o menos conscientes, más ó menos independientes ó nos son hacen más ó menos impotentes ante ellos. Así, estas figuras oníricas nos proporcionan mil y una situaciones variopintas de las que ya pudimos ver, algunas, en los sueños que en el capítulo biográfico de Jung hemos expuesto.

2.2.5 Los aspectos positivos ó negativos de un complejo

Una falsa idea muy generalizada, no solamente a nivel popular sino, lo que es más importante, en la psicología profesional, es asociar complejo con patología ó con un factor negativo; y, sin embargo, para Jung esto no es así ó, al menos, para el concepto de complejo que él aportó. De hecho, ya hemos hablado del complejo de Yo sin presuponerlo ni bueno ni malo. Lo mismo ocurre con el materno ó el paterno. En cambio, palabras como "complejo de poder" ó "complejo de inferioridad" invitan a pensar en algo negativo.

¹⁰ Uno de los motivos importantes de conocer estos aspectos culturales aparentemente lejanos a la psicología es la excelente posibilidad que nos brindan para poder comprender la funcionalidad del complejo.

El hecho de que, en general, cualquier complejo se considere negativo es debido, únicamente, al miedo inicial que se tiene a todo lo desconocido y, sobretudo, cuando se pone en tela de juicio la integridad y dominio de nosotros mismos. Problemática que pudimos ver claramente cuando hablamos, por ejemplo, de la experiencia de la confrontación de Jung con las figuras de su inconsciente ó de las personificaciones de sus complejos. El esfuerzo y el valor necesario en estos casos son comprendidos fácilmente. Por ello, el hombre moderno se escuda en su desarrollado complejo del Yo para renunciar ó, lo que es peor, menospreciar los nuevos aspectos de su psique; unas veces negándolos, otras considerándolos como meros subproductos del Yo y que, por tanto, pueden ser suprimidos si el Yo lo desea ¿Cuántas veces hemos escuchado a un terapeuta decirle a un paciente que lo que esta viviendo no es no es más que una fantasía producto de su mente y que, por lo tanto, puede eliminarla?

2.2.6 El complejo como órgano vital de la psique

Dentro de una concepción posterior más amplia de la idea inicial, Jung nos dice: "Los complejos son las unidades vivientes de la psique inconsciente";¹¹ es decir, órganos vitales de la psique comparables a cualquier otro órgano del cuerpo y que, por lo tanto, al igual que en nuestro organismo, "de los complejos dependen el bienestar o el malestar de la vida personal". Por tanto, los complejos, lejos de ser entidades molestas y ajenas, son la base de nuestra dinámica psíquica.

*Por otro lado, al avanzar Jung en este concepto de la dinámica en el sentido de concebir el funcionamiento de la psique como dinámica de la **energía psíquica**, surge la idea de concebir la palabra complejo con el mismo sentido que, en la actualidad, se le da a un "complejo" en el ámbito de la dinámica energética de, por ejemplo, un país. Así, hablamos de "complejo industrial", "complejo nuclear" ó "complejo urbanístico" para referirnos a los núcleos vitales de un territorio y que, interrelacionados o no, marcan la actividad de un país con su dinámica. Y, al igual que cualquier "complejo" fruto de la civilización, puede ser positivo o negativo dependiendo de como se comporte, de su*

¹¹ "Teoría de los complejos". Pag., 229.

evolución y de su relación con el resto de las entidades, así un complejo psíquico será positivo ó negativo dependiendo de las mismas premisas. Por lo tanto, de la misma forma que estos centros vitales conforman la realidad de un país, los complejos psíquicos conforma la **realidad de la psique**. Sin embargo, básicamente, lo único que el hombre ha hecho es expresar, en el desarrollo de su civilización, las mismas estructuras que inicialmente poseía en su psique. Se trata, en definitiva, de una **proyección** psíquica sana y natural, una actividad creadora fruto de sus potencialidades humanas.

En definitiva, la teoría de los complejos de Jung, como aquí básicamente he explicado, ofreció y ofrece una concepción de la psique mucho más amplia y desconocida de lo que en principio se pensaba pero, a la vez, un sinfín de nuevas posibilidades de desarrollo personal tanto a nivel interno como externo. La mente sana no se reduce sólo a lo conocido ó a lo que en el futuro se adquirirá del exterior sino, también, queda ampliada con otras estructuras psíquicas que, desde el interior, actúan sobre nosotros y nos posibilitan nuevas adquisiciones, en principio, completamente desconocidas.

A lo largo de esta tesis veremos repetidamente, en los sueños que vayamos presentando, la importancia de los complejos, su génesis y su propio funcionalismo.

3. LA ESTRUCTURA DE LA PSIQUE

Ya comentamos que, en 1916, durante los últimos momentos de su singular experiencia con los contenidos del inconsciente, Jung presentó una exposición de su particular concepción de la psique en su trabajo titulado "La estructura del inconsciente". Así, en dicho trabajo que posteriormente sería corregido y ampliado en 1928, se exponen ya claramente algunos de los conceptos que diferenciarán drásticamente la idea de inconsciente que Jung tenía con respecto a Freud. Los términos de **consciente personal**, **consciente colectivo**, **inconsciente personal** e **inconsciente colectivo**; parten ya de esta etapa y, aunque a lo largo de la vida de su autor, sufren variaciones ó ampliaciones, en esencia mantienen el sentido original.

Al igual que con el resto de los conceptos e ideas de Jung, en este capítulo no podemos pretender un desarrollo histórico de los mismos, de modo que, inevitablemente, serán presentados de una manera artificialmente conjunta concepciones que tuvieron un grado muy diferente de evolución. La estructura de la psique, que aquí puede parecer por la simplicidad de la exposición como algo preconcebido, fue fruto de un amplio trabajo, de un amplio contraste de ideas y de una amplia experiencia que fue cuajando en un modelo definido. De esta forma es comprensible que, este modelo, así visto, desgajado del soporte que le dio vida, aparezca como una especie de simple "propuesta pseudointelectual" y no como una verdadera presentación de hechos empíricos. Por ello, me permito insistir en la necesidad de huir de simples resúmenes ó exposición de concepciones junguianas (aunque inevitablemente yo aquí así lo presente) si no es para servir de elemento meramente introductorio hacia lecturas más amplias y profundas.

3.1. Lo consciente y lo inconsciente

Como ya dijimos, Jung otorga a Freud el merito de demostrar empíricamente la existencia de una psique inconsciente que anteriormente sólo existía como postulado filosófico.¹² Es decir, Freud introduce la idea de que la mente humana se compone de una parte consciente y de otra inconsciente; ó, dicho de otro modo, de contenidos conocidos y desconocidos.

Esta afirmación, aparentemente banal desde el punto de vista analítico, no lo es tanto, sin embargo, para otras concepciones psicológicas ya que sólo se considera psíquico a lo que es consciente; y, por tanto, resulta fuera de lugar realizar esta división arbitraria. Ante ésto Jung contesta:

"Quienquiera que niegue la existencia del inconsciente, supone, de hecho, que nuestro conocimiento actual de la psique es completo. Y esta creencia es, claramente, tan falsa como la suposición de que sabemos todo lo que hay que saber acerca del universo. Nuestra psique es parte de la naturaleza y su enigma es ilimitado..."

¹² Concepciones filosóficas como las expresadas, según Jung, en la obra de Eduard von Hartmann, de 1869, titulada "Philosophie des Unbewussten" (la filosofía del inconsciente).

..quien dice eso no hace más que expresar su anticuado "misonéismo": miedo a lo nuevo y desconocido..

Pero el hombre "civilizado" reacciona en una forma muy parecida ante las ideas nuevas, levantando barreras psicológicas para protegerse de la conmoción que le produce enfrentarse con algo nuevo..

La psicología es una de las ciencias más jóvenes; como intenta ocuparse de la labor del inconsciente, se ha encontrado inevitablemente con un misonéismo extremado." ¹³

En efecto, este misonéismo que no permite ninguna parcela desconocida en nuestra psique es comparable, hoy en día, a negar, por ejemplo y a toda costa, la existencia de vida inteligente extraterrestre, a pesar de que nuestro conocimiento del universo es muy limitado. En este caso podemos argumentar que no sabemos nada de su existencia, al menos hasta que no se muestren abiertamente, pero, en ningún caso, negarla.

Lo mismo podríamos decir del fenómeno psíquico; aunque, sin embargo, en este caso, el mismo contenido de los sueños, en ocasiones completamente extraños y ajenos a nuestras vidas, bien pudieran ser comparados con una auténtica "invasión extraterrestre".¹⁴

La vida de Jung y de cualquier ser humano está tan llena de estos contenidos desconocidos que, negar su existencia, equivale a incumplir uno de los pilares básicos de la ciencia: la observación objetiva.

Así, pues, la psique, como cualquier fenómeno natural, posee una parte que ya es conocida por nosotros, la psique consciente, y otra todavía no conocida o la psique inconsciente.

Sin embargo, aún aceptando tal supuesto, la principal polémica entre Freud y Jung surge, como todos sabemos, en sus diferentes concepciones del inconsciente. Para Freud los contenidos del inconsciente son contenidos consciente reprimidos ó, dicho de otra forma, contenidos que desde el consciente son relegados a una estancia especial de la

¹³ "Acercamiento al inconsciente". *El hombre y sus símbolos*. Pags., 20 y 27.

¹⁴ De hecho se utiliza la expresión "invasión de contenidos del inconsciente" en un momento de fantasía, alucinación ó delirio, entre otros.

mente a la que el consciente tiene ya difícil acceso. Por tanto, todo lo que está en el inconsciente freudiano fue anteriormente consciente.

Jung no rechaza, en parte, esto pero su concepción es mucho más amplia y más acorde con el resto de los fenómenos naturales. De hecho dice al respecto: "Antes, el inconsciente había estado meramente pasado por alto y descuidado; ahora ha llegado a ser un vertedero de lo rechazado moralmente y una fuente de temor.." Y añade: "...este punto de vista moderno es con seguridad unilateral e injusto. No está de acuerdo con los hechos conocidos." ¹⁵ Es decir, para Jung, los contenidos de la psique consciente fueron anteriormente contenidos desconocidos o inconscientes; al igual que lo que conocemos de la naturaleza nos era antes desconocido. Así, tanto los fenómenos físicos, como los psíquicos, existentes de por sí, (aunque inconscientes) son meramente "reconocidos" para formar parte de nuestro patrimonio consciente. Por lo tanto, el consciente tiene su origen en el inconsciente.

Sin embargo, Jung considera que, efectivamente como promulgaba Freud, contenidos del consciente, de nuevo, pueden volver a ser inconsciente, aunque, como es lógico, guardan ya una fina relación con el consciente; una, por así decirlo, "impronta" del mismo. Y así, en líneas generales, el concepto de inconsciente junguiano esta formado por aquellos contenidos que nos son, todavía, desconocidos, más los que fueron conocidos pero que, ahora, por cualquier motivo, han vuelto a no serlo.

Evidentemente, no podemos establecer una línea divisoria perfecta entre consciente e inconsciente sino que, es más lógico, hablar de grados. Es decir, contenidos más o menos conscientes ó inconscientes. De lo que es completamente inconsciente poco podemos decir porque, como decía Jung, "lo inconsciente es verdaderamente inconsciente"; en cambio, nuestras posibilidades de aprendizaje se encuentran en los contenidos que, lógicamente, ya no nos son completamente inconsciente. Y, precisamente, estudiando estos contenidos, de hecho, también de ellos podemos intentar deducir, no solamente la estructura del consciente, sino, lo que es más importante, la supuesta estructura del inconsciente; al igual que el estudio de un meteorito nos permite conocer

¹⁵ "Symbols and the interpretation of dreams". CW 18. Pag., 263.

algo más sobre la estructura del universo. De ahí que para Jung fuese tan importante estudiar, no solamente los elementos históricos del consciente humano, sino también aquellos contenidos que, como los sueños, fantasías ó los fenómenos parapsicológicos; aportan una fuente valiosísima de conocimiento de los aspectos más profundos de la psique.

Otro aspecto que, en cuanto a contenidos del inconsciente, diferencia claramente a Jung de Freud es el relativo a la, por así decirlo, "calidad" de los mismos. Así, el inconsciente freudiano puede compararse a un pozo negro donde se guarda únicamente todo lo desagradable, prohibido ó sucio. Mientras que para Jung el concepto es, igualmente, mucho más amplio:

"Nuestro actual conocimiento del inconsciente lo muestran como un fenómeno natural y, como naturaleza en si misma, al menos neutral. Contiene todos los aspectos de la naturaleza humana -luz y oscuridad, bello y feo, dios y demonio, profundo y absurdo..."¹⁶

Este extenso abanico de posibilidades las podemos ver reflejadas, no solamente en los sueños como a lo largo de este trabajo veremos, sino también en toda la obra humana. La religión, la historia, las ciencias ó el arte son fuentes fundamentales de conocimiento de la psique humana.

*Así, un hecho muy interesante es ver como, a lo largo de la historia del saber humano, los elementos o fenómenos que eran aún desconocidos, quedaban, mientras tanto, argumentados con contenidos fantásticos de toda índole. Por ejemplo, cuando el continente americano nos era todavía desconocido y no se sabía que había mas allá de occidente, esta falta de conocimiento era suplida con **proyecciones**¹⁷ de contenidos del inconsciente tanto positivos como negativos. En los confines de los mares podían hallarse tanto monstruos, como extraños seres ó tesoros fabulosos. Y, así, lo mismo ocurre, actualmente, para nuestras fantásticas aventuras intergalácticas.*

¹⁶ "Symbols and the interpretation of dreams". CW 18. Pag., 264.

¹⁷ La familiaridad de los test proyectivos es evidente hoy en día en la psicología.

Jung encontró, como ya vimos, en la alquimia, una fuente importante de contenidos inconscientes proyectados. Ya que una parte importante de este "arte", lejos de tener un interés puramente químico, era una extraordinaria forma de expresar, a través de la materia, las transformaciones y desarrollo de los fenómenos psíquicos; máxime en una época en que la iglesia operaba de una forma dictatorial sobre el desarrollo espiritual de los hombres.

También, en este sentido, no sólo en relación a la proyección sino, también, de la confrontación con el inconsciente, ya hablamos de los "juegos de arena", los "juegos de construcciones" ó la "imaginación activa" como fuentes de conocimiento de los fenómenos inconscientes.

En definitiva, el consciente psíquico puede ser comparado a la fina capa de cultura que envuelve el amplio y profundo planeta tierra; pero, no por ello, deja de ser menos importante ó, mejor dicho, deja de ser lo "verdaderamente" más importante para nosotros. Jung nos dice al respecto:

"La experiencia me ha mostrado que un conocimiento escaso de la psicología onírica es suficiente para conducir a una sobrevaloración del inconsciente con lo que se debilita el poder de la decisión consciente. El inconsciente funciona satisfactoriamente sólo cuando la mente consciente cumple su tarea hasta el límite. Un sueño puede quizás suplir lo que hay de carencia ó puede ayudarnos a seguir cuando nuestros mejores esfuerzos han fallado. Si el inconsciente realmente fuera superior al consciente sería difícil ver en donde está la ventaja del consciente ó porqué ha venido como un elemento necesario en el esquema de la evolución." ¹⁸

En los apartados siguientes hablaremos de las estructuras del consciente y del inconsciente. Pero, ahora, pasaremos a ocuparnos, brevemente, de la última diferencia fundamental existente entre Freud y Jung en relación al concepto del inconsciente.

3.2. Lo individual y lo colectivo

¹⁸ "On the Nature of Dreams". CW8. Par., 568.

Hoy en día es ya indudable que, junto a los aspectos psíquicos personales o individuales, se expresan otros de carácter colectivo que, invariablemente, marcan nuestro comportamiento y forma de ser. La familia, el grupo social al que pertenecemos, la cultura ó la raza; son entidades desde donde hemos crecido y hacia donde vamos, de tal forma que, a veces, es difícil saber donde empieza lo individual en nosotros ó donde empieza lo colectivo.

Esta particularidad, si entendemos la psique sólo en el plano consciente, no supone grandes controversias. Así, cada uno de nosotros puede reconocer fácilmente contenidos conscientes individuales; es decir, vivencias completamente personales; y contenidos conscientes colectivos ó vivencias compartidas con un cierto colectivo. Sería, en otras palabras, lo que llamaríamos historia personal ó historia de, por ejemplo, una familia ó una cultura.

El problema surge cuando se habla de contenidos inconscientes personales ó contenidos inconscientes colectivos; y, sin embargo, estos aspectos son una de las grandes aportaciones de la psicología junguiana.

Si seguimos el planteamiento formulado por Jung con respecto al inconsciente en relación con Freud, vemos que es fácil deducir que el inconsciente personal es aquel que contiene todos aquellos elementos que, una vez, pertenecieron a la historia consciente personal pero que, ahora, permanecen por algún motivo inconsciente. El inconsciente personal de Jung equivaldría en parte, por tanto, a la idea de inconsciente freudiano.

Sin embargo, como ya comentamos, para Jung el resto del inconsciente que no es personal, ya no pertenece propiamente a un individuo; es, por así decirlo, impersonal. Es un inconsciente de todos. Al igual que todos pertenecemos a un universo desconocido.

Jung lo explicaba comparándolo con el desarrollo filogenético del ser humano ó con el desarrollo embrionario. Así, nuestro cuerpo tiene aspectos individuales pero, sin duda, descansa en unas estructuras puramente colectivas que arrancan desde las primeras

formas de vida. De la primera célula viviente que guardó para sí una pequeña cantidad de ese inmenso océano precámbrico, hasta nuestros días, no existe, básicamente, mucha diferencia. Lo mismo podemos decir, más específicamente hablando, de nuestro sistema nervioso. En él ha habido, naturalmente, una evolución, una diferenciación; pero, en cada uno de nosotros, conservamos, sin embargo, desde las estructuras más arcaicas a las modernas. Así, al igual que el neocortex no eliminó el vital sistema neurovegetativo, el apreciado consciente no tiene porqué prescindir de su fuente colectiva inconsciente.

Si recordamos, ya comentamos en el capítulo anterior el sueño que Jung tuvo durante su viaje con Freud a Estados Unidos y que le proporcionó su primer "presentimiento de una psique colectiva". Su contenido era el siguiente:

"Me encontraba en una casa desconocida para mí que tenía dos plantas. Era mi casa en el sueño. Yo me hallaba en la planta superior. Allí había una especie de sala de estar donde se veían bellos muebles antiguos de estilo rococó. De la pared colgaban valiosos cuadros antiguos. Yo me admiraba de que tal casa pudiese ser la mía y pensé: ¡no está mal! Pero entonces caí en que todavía no sabía que aspecto tenía la planta inferior. Descendí la escalera y entré en la planta baja. Allí todo era mucho más antiguo y vi que esta parte de la casa pertenecía aproximadamente al siglo XV ó XVI. El mobiliario era propio de la Edad Media y el pavimento era de ladrillos rojos. Todo estaba algo oscuro. Yo iba de una habitación a otra y pensaba: ¡Ahora debo explorar toda la casa! Llegué a una pesada puerta, que abrí. Tras ella descubrí una escalera de piedra que conducía al sótano. Bajé y me hallé en una bella y abovedada sala muy antigua. Inspeccioné las paredes y descubrí que entre las piedras del muro había capas de ladrillos; la argamasa contenía trozos de ladrillos. Ahora mi interés subió de tono. Observé también el pavimento que constaba de baldosas. En una de ellas descubrí un anillo. Al tirar de él se levantó la losa y nuevamente hallé una escalera. Era de peldaños de piedra muy estrechos que conducían hacia el fondo. Bajé y llegué a una pequeña gruta. En el suelo había mucho polvo, y huesos y vasijas rotas, como restos de una cultura primitiva. Descubrí dos cráneos humanos semidestruidos y al parecer muy antiguos. Entonces me desperté."

Jung interpretó este sueño en el sentido de que el contenido le mostraba su propia psique. Desde los niveles más actuales a los más primitivos y desde los más conocidos a los más desconocidos. Por tanto la mente no sólo no consistía en algo individual y conocido sino que, también, poseía una cierta estructura u organización.

Freud, incluso, llegó a evidenciar, igualmente, este hecho pero, sin embargo, le otorgó una importancia mínima y, de alguna forma, los calificaba como meros residuos psíquicos filogenéticos, comparables a restos de branquias ó ciertos apéndices en el cuerpo humano. Freud llamaba "remanente arcaico a aquellos contenidos de los sueños que no estaban relacionados con la vida del paciente sino, más bien, por formas aborígenes, innatas y heredadas por la mente humana." ¹⁹

Pero no solamente fue su sueño quien le proporcionó tal idea sino, también, sus conocimientos en relación a los contenidos inconscientes de personas muy diferentes y a los aspectos culturales expresados a lo largo de los siglos. En todos ellos Jung encontró ejemplos suficientes que demuestran la conexión de elementos psíquicos a pesar de que, en ningún momento, se hubiesen dado las condiciones para que pudiesen ser transmitidos vía consciente. Buena parte de su obra y de su vida fue dedicada a la investigación de este particular hecho.

A lo largo de esta tesis encontraremos algunos ejemplos relativos a este tipo de sueños ó de contenidos del inconsciente que, bien parcialmente, bien en su totalidad, trascienden el carácter individual. Con respecto a estos contenidos Jung nos dice:

"Su frecuente aparición en el material individual así como su universal distribución, prueba que la psique humana es única, subjetiva y personal sólo en parte y, el resto, es colectiva y objetiva... Lo que nos habla, por un lado, de un inconsciente personal y, por otro, de un inconsciente colectivo que se sitúa a un nivel más profundo y va más lejos del conocimiento que el inconsciente personal." ²⁰

Nosotros, como supuestas personas independientes y civilizadas, nos hemos olvidado de esta psique colectiva pero, evidentemente, este aspecto es fácil descubrirlo en las sociedades primitivas ó en los niños en donde se está en los inicios de un Yo individual y fuerte. "Esta psique colectiva fue reprimida -nos dice Jung- como requerimiento del desarrollo y la personalidad" ²¹ pero, sin embargo, no puede ser suprimida e, incluso, al no ser ya consciente de ella quedamos más a su merced. Así, es fácil y posible caer en una

¹⁹ "Symbols and the interpretation of dreams". CW 18. Pag., 227.

²⁰ "On the Nature of Dreams". CW8. Par., 554 y 555.

²¹ "The Structure of the Unconscious" en Two essays in Analytical Psychology. CW 7.

identificación con esta psique colectiva y, entonces, el individuo, "tratará sin falta de imponer a los demás las exigencias de su propio inconsciente, pues tal identificación trae consigo el que uno se sienta portador de algo de validez universal", algo que la historia nos ha mostrado más de una vez.

La sociedad, como colectividad, es, igualmente, mal amiga de la individualidad; pues sólo favorece lo que de colectivo hay en cada uno de nosotros. Si nos "normalizamos" y no destacamos ó si destacamos siendo portadores de un cierto "valor colectivo" seremos bien admitidos. Pero, si nos diferenciamos de la misma sin su aprobación, quedaremos bajo una cierta sospecha que puede acarreararnos un mal irreparable. Sin embargo, nuestra meta es la individualidad ó, dicho de otra forma, el desarrollo dentro de nuestras posibilidades y de todas nuestras capacidades individuales; y, con ello, surge un gran conflicto interior. El atender las duras exigencias de la colectividad nos priva de aceptar y desarrollar nuestros propios valores. Como dice Jung, "el neurótico es aquel que, en parte, ya no ha podido aguantar más este conflicto interior".

*Así, nuestra mascara hacia el mundo, nuestra **persona**, lejos de hacernos individuales, nos hace colectivos, pues ante la sociedad representamos, simplemente, el papel de un cierto modelo colectivo que recubre nuestra verdadera identidad. Ejercemos tal ó cual profesión, vestimos con un cierto estilo, tenemos un especial nivel de vida, etc. Todo parece muy individual y, sin embargo, son prototipos colectivos. Los sueños, con su "drama" nos hablarán, precisamente, de estos prototipos colectivos ó lo que Jung califica como **arquetipos**. La colectividad es el verdadero enemigo a vencer y así es expresado en los sueños ó en los mitos en donde el héroe, en vez de dejarse devorar por el monstruo, intenta destruirlo para conquistar el tesoro que oculta.*

3.3. El consciente

Nuestro verdadero logro y esfuerzo consiste, como ya comentamos, en mantener y desarrollar nuestro consciente. El sueño de la lucecita que Jung tuvo a los 20 años y a la cual debía de proteger, le hablaba en este sentido. Recordémoslo:

"Era de noche en un lugar desconocido, y sólo, avanzaba penosamente en contra de un poderoso huracán. Además, una densa niebla se extendía. Yo sostenía y protegía con ambas manos una pequeña luz, que amenazaba con apagarse a cada instante. Pero todo dependía de que yo mantuviese viva esta lucecita. De pronto tuve la sensación de que algo me seguía. Miré hacia atrás y vi a una enorme figura negra que avanzaba tras de mí. Pero en el mismo momento me di cuenta -pese a mi espanto- de que debía salvar mi pequeña luz, ajeno a todo peligro, a través de la noche y de la tormenta."

Se trataba de su personalidad numero 1 que no debía sucumbir frente a la fuerte personalidad numero 2.

3.3.1. El desarrollo del consciente

Este hecho nos habla de la necesidad imprescindible, para una adecuada salud psíquica y para una posterior confrontación con el inconsciente, de una correcta atención y desarrollo del consciente. Y así, la primera fase de nuestra vida, hasta la madurez, tendrá, en este sentido, una especial importancia.²²

En el niño, por naturaleza, como ya hemos indicado, el inconsciente se expresa de una forma espontánea, fluida, como el agua de la lluvia; y, por tanto, es necesario desarrollarle una estructura consciente adecuada que sea capaz de canalizar este torrente de energía. El consciente es vital para la dinámica de la psique. Por lo tanto, así, poco a poco y a lo largo de los años, deberíamos de conseguir que esta energía infantil que, en principio fluye atropelladamente y sin mucha dirección, termine "sanamente" canalizada y aprovechada expresando así la obra creadora del ser humano. En los sueños viene, por ejemplo, expresada muchas veces la dinámica psíquica con este movimiento y canalización de las aguas. El mismo Jung, curiosamente, gustaba de jugar, ya muy adulto, con

²² *The development of personality.* CW. 17.

pequeñas canalizaciones del agua realizadas en la tierra que iban y venían del estanque principal.

El problema surge, sin embargo, ó bien cuando no ha habido un buen desarrollo del consciente de uno u otro modo (y no me refiero a estudiar sino a "saber" de la vida) ó bien cuando el desarrollo del consciente ahoga y bloquea el fluir del inconsciente.

Tal vez el primer caso se comprenda mejor, en algunos sectores de la psicología actual, como motivo suficiente para que una persona padezca alguna problemática psíquica, aunque no se tenga en cuenta para nada la idea del inconsciente. En este caso se hablaría, por ejemplo, de una falta de desarrollo ó de una inmadurez. Pero el segundo caso es ya más difícil de entender si no se concibe el binomio consciente-inconsciente. ¿Cómo es posible que una persona perfectamente madura, sin antecedentes patológicos anteriores ó conflictos infantiles, puede caer de repente en un grave cuadro patológico psico-físico? El problema puede residir en la excesiva importancia que se le ha dado al consciente y que, como un muro sólido, sin fisuras y sin puertas, ha hecho caso omiso de los "indicadores" que, tal vez en forma de sueños o fantasías, le avisaban de la peligrosa subida del "nivel de las aguas". Una vez que se ha producido el desbordamiento, el inconsciente parece imparable y el consciente aparece completamente anegado y caótico. El trabajo que viene después ya sabemos qué significa. Debemos sentirnos orgullosos de nuestro desarrollo consciente pero sin dar nunca la espalda a la naturaleza que nos "dio la luz". Como ejemplo: el estado actual de nuestro planeta. Tal vez alguien se sienta orgulloso de lo que hemos hecho pero, de todos modos, parece que la naturaleza, el inconsciente, puede llegar a tomarse la "revancha" y, un día de estos, tal vez, se "sacuda algunas de las pulgas que pululan por su superficie". En el adecuado equilibrio entre consciente e inconsciente reside la salud tanto psíquica como física.

De alguna forma, parece que el mismo inconsciente desea el desarrollo consciente, aunque, con ello, entre en una paradoja; ya que, por así decirlo, deja de ser inconsciente. Pero parece que "necesita" crear el consciente, como expresión que llegará a oponerse a él, a confrontarlo, para luego volver a recuperarlo en su seno. Esto es un misterio. Recuerdo que, cuando yo era niño, nuestro profesor de religión nos empezó a relatar la

creación del hombre en el génesis. Cuando pasamos a las preguntas yo dije: ¿Y porqué Dios creo al hombre si ya todo era perfecto en él? A lo que el profesor, recriminadamente, argumentó: ¡Niño, ese tipo de preguntas no se hacen, son pecado! Evidentemente, le había puesto en un grave aprieto.

3.3.2 El consciente como expresión del inconsciente

En realidad es tan misterioso el inconsciente como nuestro propio consciente pero, la verdad es que es a éste último al único que podemos estudiar. Al inconsciente no lo podemos estudiar directamente sino que lo hacemos a través de sus expresiones en el consciente; y, a éste, si podemos ya abordarlo y analizarlo. El sueño mismo no es más que una pequeña porción del inconsciente que ya se ha hecho consciente. Por eso sabemos que hemos soñado. Y así, como ya hablaremos en otro capítulo, aunque todas las noches tenemos actividad onírica, sólo decimos que hemos soñado cuando, por un motivo u otro, el contenido del inconsciente ha llegado al umbral de la consciencia y cuando, al despertarnos, seguimos recordándolo.

El que un contenido del inconsciente se haga consciente depende de muchos factores que se nos escapan pero, en líneas generales, podemos decir que, ó bien el consciente "ha perdido fuerza", como es el acto de dormir ó, los estados, por ejemplo, febriles ó de embriaguez; ó bien el inconsciente irrumpe, debido a su dinámica y fuerza propia, en nuestro más o menos protegido consciente. Por ejemplo, las fantasías ó pensamientos que nos parecen completamente ajenos a nosotros.

Pero, al margen de ésto, también podemos hablar de una especie de "trampas" voluntarias del conscientes para atrapar contenidos del inconsciente. De alguna de ellas ya hemos hablado, como el test de asociaciones ó los juegos de arena. Pero, en realidad, este truco es tan viejo como la "caza" en el ser humano. Cuando los primeros homínidos pintaban en las cuevas ya estaban expresando su inconsciente. Los mitos, los rituales, el arte y, en general, la obra humana; son formas de atrapar al inconsciente. Lo que ocurre es que lo hemos olvidado y creemos orgullosos que, en vez de ser simplemente fuentes de

expresión de contenidos inconsciente, somos los auténticos creadores. Otra vez el consciente se cree dueño en vez de servidor. Y, sin embargo, sería tan absurdo como pensar que uno, voluntariamente, ha fabricado su propio sueño por el mero hecho de recordarlo y escribirlo. Tener por la noche lápiz y papel a mano ó permanecer expectantes al contenido de los sueños, es comparable al pescador con sus aparejos y su paciente espera; pero, no por eso, tras conseguir pescar un pez, debe pensar que él lo ha creado.

*Jung dedicó mucho tiempo, por ello, en estudiar todo tipo de expresiones del ser humano; e, igualmente, a pesar de lo que pudiera parecer, dedicó muchas páginas de su obra a explicar la importancia del consciente y su relación con el inconsciente. En el análisis de los sueños ya veremos, también, como, por ejemplo, el conocimiento de la historia consciente ó lo que se denomina como **situación consciente** es vital para entender el sentido del mismo con respecto al paciente.*

3.3.3. El consciente y el complejo del Yo

*Al hablar de los complejos ya comentamos la aparente existencia de un centro fundamental en la consciencia al que Jung llamó complejo del Yo y que podría equiparse, en parte, al concepto del Yo freudiano. De este importantísimo centro vital de la psique hablaremos, también, más adelante, cuando abordemos el concepto del **Sí mismo**; pero, ahora, adelantaremos algunas explicaciones más con el fin de poder continuar con el tema que nos ocupa.*

El Yo con respecto al consciente podría ejemplificarse como si hablásemos de una persona con respecto a su casa ó, como se expresa en algunos mitos, del rey con respecto a su reino. La consciencia está, por así decirlo, al servicio del Yo; y éste al servicio del inconsciente ó, mejor dicho y como luego veremos, al servicio del Sí mismo.

Y, precisamente, de la fuerza ó debilidad del Yo va a depender, en cierta medida, la salud psíquica; pues, de poco sirve un consciente lleno de contenidos cuando el Yo no es capaz de organizarlos. Al igual que el papel del rey con su reino. Un ejemplo muy bonito

en este sentido lo encontramos, por ejemplo, en la leyenda artúrica; en donde, al caer enfermo el rey Arturo por la pérdida de su espada Excalibur, su reino se sumerge en una época oscura y sombría. Y, para salvarlo, necesitará, precisamente, de una expresión del Sí mismo, el Santo Grial.

De hecho, cuando dormimos, dicho de una forma simpática, la naturaleza del inconsciente nos "apaga la luz del consciente" al igual que nuestra madre, de pequeños, nos apagaba la luz de la habitación.

3.3.4. Características del consciente

Jung comprobó que el consciente mostraba, con respecto al inconsciente, dos características particulares: estrechez y discontinuidad.

La primera viene en relación a que el consciente, ó mejor dicho, a que el Yo consciente no es capaz de abarcar la totalidad de su consciente; ó, dicho de otra forma, al hecho de que al poner su atención sobre algunos contenidos otros se vuelven momentáneamente "inconscientes". Sería algo parecido a comparar el Yo con una linterna (como en el sueño de Jung) que sólo es capaz de iluminar una parte del espectro conocido, ó como nuestros ojos que sólo nos permiten una visión parcial de las cosas. Evidentemente esta característica guarda relación con la atención consciente.

La segunda característica, la discontinuidad del consciente, le sitúan al hombre atrapado en un espacio-tiempo. Es decir, no puede estar a la vez en dos sitios diferentes. El consciente del hombre le sujeta a una historia personal. En cambio, en las expresiones del inconsciente, como en los sueños, parece que el tiempo y el espacio le gastan extrañas bromas al soñante. Es niño y adulto al mismo tiempo ó está aquí y allí de forma inesperada.

En realidad todo es igual, todo es todo y no existe el espacio-tiempo hasta que el Yo no interviene. Entonces el individuo se posiciona y, en el mismo momento, se establece

una relación. Ya hay arriba y abajo, derecha e izquierda, antes y después, bueno y malo. Se establece una discontinuidad, una distinción entre las partes. Jung llamaba al consciente su personalidad número 1 y al inconsciente, como ya sabemos, su personalidad número 2; pero, tal vez, como lo hace Von Franz, sería más propio denominar al inconsciente como el 1, por su unidad, y al consciente como el 2, por la dualidad que produce. Un ejemplo didáctico de ello lo encontramos en los números matemáticos. Hablamos de: 1, 2, 3,...; pero sabemos que entre el 1 y el 2 existen infinitos números. Los primeros son el resultado del consciente, el infinito es una sabia expresión de la naturaleza del inconsciente.

3.3.5. La subjetividad como producto del consciente

Jung hizo mucho hincapié en transmitir la idea de la objetividad de todos los fenómenos psíquicos, la **objetividad de la psique**. Estamos muy acostumbrados a ver esta objetividad en los fenómenos externos pero no en los contenidos internos. Por ejemplo, decir que una fantasía, una alucinación ó un sueño es un fenómeno objetivo; es algo que no es aceptable por todos. Sin embargo, ¡qué real parecen los sueños mientras, por supuesto, estamos en él! ó ¡qué real le parece las alucinaciones a un enfermo mental! Jung consideró a todo este tipo de material, a todos los contenidos del inconsciente, como hechos objetivos dignos de estudio y los analizó e investigó de la misma forma que lo haría un naturalista con las plantas que encontrase. De esta forma, rechazó la falsa idea de que, por ejemplo, los contenidos de las fantasías no merecían ser estudiadas porque, en definitiva, eran meros subjetivismos del paciente que no tenían que ver nada con la realidad.

Es típico decir la frase de "no eres objetivo" cuando lo que se dice no se apoya en hechos externos ó no está corroborado por otros individuos. Sin embargo, los contenidos del inconsciente se producen en todos nosotros. Los mismos motivos ó situaciones se producen en un sinfín de sueños ó fantasías. Ésto, simplemente, le debería dotar del calificativo de objetivo, aunque no fuese externo.

El problema reside en nuestro Yo consciente. Nuestra psique no es subjetiva, es el Yo quien la hace subjetiva cuando se relaciona con ella. De ahí la falsa idea de que todo es subjetivo pero, en realidad, es el Yo quien distorsiona ó subjetiviza el fenómeno psíquico interno. Pero, sin embargo, lo mismo ocurre con el fenómeno externo y, en ese caso no se considera subjetivo, aunque, al intervenir el Yo, también lo es. Es decir, en el momento que entra el consciente en relación con un fenómeno objetivo externo, por muy sofisticados y asépticos que sean los medios utilizados, se está distorsionando dicho fenómeno, se está subjetivando. Esto bien lo saben, por ejemplo, los físicos; en cambio, los psicólogos ó los médicos necesitamos revisar algunos de nuestros conceptos.

En definitiva, para la Psicología Analítica, es lícito hablar de que "todo es subjetivo" si entendemos con ello que es el Yo consciente quien, irremediamente, subjetiviza tanto los fenómenos externos como los internos. Pero ésta, por muy subjetiva que sea, es nuestra verdadera realidad. La objetividad pura no tiene nada que ver con nuestro "estrecho" y "discontinuo" consciente.

3.3.6 Niveles del consciente

Ya comentamos al hablar del consciente y del inconsciente que no podemos conocer los límites entre ambos; ó, dicho de otra forma, no sabemos hasta donde disponemos de más ó menos consciencia. De ahí que podamos hablar de unos ciertos grados ó niveles en el consciente que acaban confundiéndose con el inconsciente. Para Jung estos son: Los recuerdos, las contribuciones subjetivas, los afectos y las irrupciones del inconsciente.

*Los **recuerdos** son, naturalmente, el material más accesible al Yo consciente y, por tanto, participan, en gran medida, de la voluntad del Yo para rememorarlos.*

*Las **contribuciones subjetivas** es un material menos accesible y, por tanto, menos controlable. Por ejemplo, realizar alguna tarea con gusto e interiormente sentir que nos desagrada.*

Los **afectos**, a los que Jung denomina igualmente como emociones, escapan aún más del control del yo. Podemos ser conscientes de un afecto pero nos es muy difícil llegar a controlarlos. Como veremos al hablar de las funciones del consciente, Jung diferencia los afectos de los sentimientos, los cuales proceden de la función consciente del "sentir" .

Y, por último, las **irrupciones del inconsciente**, en el sentido de ciertos contenidos que, de forma imprevista, nos viene a la mente ó al consciente; y, frente al cual, el Yo se siente completamente ajeno, aunque es ya consciente de ello.

3.4. Los tipos psicológicos

Antes de abordar la estructura psíquica inconsciente, vamos a ocuparnos someramente, en relación al consciente, de un tema básico de la psicología analítica: la tipología formulada por Carl Gustav Jung; y, en relación al mismo, los temas de la disposición y las funciones del consciente.

Los trabajos de Jung sobre este tema fueron publicados, como ya sabemos, en 1.921. La edición inglesa aparecería dos años mas tarde, en 1.923. Y la edición en habla castellana fue publicada en Argentina nada menos que en 1.936, una fecha particularmente triste para España. El prólogo a esta edición lo escribiría Jung dos años antes, en 1.934.²³ Y, precisamente, a este prólogo me gustaría referirme para resaltar las advertencias que el mismo Jung nos comenta a la hora de abordar este tema. Así, nos avisa que "una mera clasificación para conocer a la gente no es otra cosa que pueriles juegos de sociedad" y que, desgraciadamente, ya un buen número de personas habían tomado su obra, simplemente, como "un esquema clasificador útil para conocer a las gentes". Por contra nos dice: "Mi división en tipos es más bien un aparato crítico destinado a depurar y ordenar un vasto material psicológico extraído de la experiencia,

²³ JUNG, C.G. (1921). *Psychologische Typen*. (Versión inglesa en *Psychological Types*. C.W. 6, Bollingen Series XX, 1ª ed., Princeton, Princeton University Press, 1971.) (Versión castellana en *Tipos psicologicos*. 1ed., Barcelona, Edhasa, 1971.)

pero en modo alguno utilizable en el sentido de poner a los individuos, a primera vista, una singular etiqueta".

Jung ya citaba en el prólogo de la primera edición Suiza que su libro había sido fruto de la observación de veinte años de trabajo en psicología práctica y que sus resultados no sólo había sido obtenidos a raíz de la relación con sus pacientes sino que, igualmente, fueron debidos gracias al trato con todo tipo de personas. Así, pues, toda esta información le permitió abordar el trabajo en cuestión pero, como el mismo apunta, con la salvedad de tener muy en cuenta que también su "propia idiosincrasia" intervino en este trabajo. En este sentido pienso que Jung es sincero al comprender que es su "opinión personal" lo que expone en su obra. Y es que, como en otro momento dirá, "toda obra está sujeta de una forma u otra a su autor".

Von Franz muchos años después comenta, precisamente, que el modelo de Jung nos es útil en tanto en cuanto ayude en nuestro trabajo y no aparezca otro que lo mejore pero que, por supuesto, es simplemente un modelo y, por tanto, susceptible de cambio. Con ello vengo a referirme a que, la aportación que en su día formuló Jung, no la planteó de forma cerrada ó dogmática, y que es la observación personal la que nos debe ayudar a profundizar cada vez más en el conocimiento de una tipología válida como aproximación al entendimiento de la psique humana.

El intento por parte del hombre de realizar una caracterología o una tipología viene de muy antiguo. El origen de la astrología es un buen ejemplo de ello y desde entonces a nuestros días, pasando por los conocidos términos de "flemático, sanguíneo, colérico y melancólico", se han venido sucediendo diversos modelos a lo largo de la historia. Arnold en su libro "Persona, carácter y personalidad" ²⁴ cita diez autores diferentes (contando, naturalmente, a Jung) y el propio Jung cita a otros ocho, al menos. Sin embargo, como Jung comenta, en general, las diferentes propuestas caracterológicas se han desarrollado atendiendo más a lo externo que a lo interno. Y no solamente en

²⁴ ARNOLD, W. *Person, charaker, persönlichkeit.* (Traducción en castellano en *Persona, carácter y personalidad.* Barcelona, Ed. Herder, 1975.

cuanto a lo físico se refiere sino también a aspectos externos de comportamiento o actitudes conscientes.

En este sentido no se ha tenido muy en cuenta los aspectos profundos de la psique y sus posibles manifestaciones, como es el caso de los sueños. Jung, por ejemplo, se pregunta ¿Cuales serían las expresiones corporales de una determinada realidad psíquica? Es decir, cual sería la manifestación externa de algo interno. En este sentido, el autor tuvo muy en cuenta la observación en todas sus facetas y, sobretodo, de una forma privilegiada, las manifestaciones inconscientes de la psique. Esto da un valor especial a su trabajo.

Es curioso que, a pesar de que el tema que nos ocupa esté ligado a las funciones conscientes de la psique, el inconsciente tenga una importancia vital; y es que, como luego veremos, las funciones que no están desarrolladas y que, por tanto, permanecen a un nivel inconsciente, juegan un importante papel a la hora de describir los diferentes tipos. Tanto es así que en realidad, como Von Franz se plantea, parece más propio hablar de un tipo de individuo citando a la vez su función más desarrollada o superior con la menos desarrollada o inferior. Esa oposición es la que define mejor al individuo.

3.4.1. Tipos generales de disposición

Es importante ver, volviendo de nuevo a lo dicho en la introducción, cómo Jung fue deduciendo la descripción de los mismos ya que, fácilmente, solemos olvidarnos de este hecho y pensar que, como en la astrología, los tipos ya vienen predefinidos y que cada individuo, inevitablemente, debe de encajar forzosamente en alguno de ellos. Esta "clasificación" no vino impuesta desde fuera sino que fue fruto de la observación realizada por Jung, como ya dijimos, durante muchos años. El objetivo de Jung no era el modelo en sí sino algún sistema que le permitiese analizar y clasificar mejor las observaciones que iba encontrando. El mismo Jung comenta lo siguiente: "No sé como otros acometerían esta tarea. Por eso, sólo puedo decir cómo yo he comenzado el asunto y tengo que aceptar que se me achaque que mi forma de solucionar el problema sea sólo mi prejuicio individual; esta objeción es hasta tal punto correcta, que no sabría ciertamente cómo defenderme."

Inicialmente el autor se planteó una división entre naturalezas "pasivas" y "activas"; pero, sin embargo, este esquema no era enteramente satisfactorio ya que Jung creía ver detrás de esa pasividad más bien un estado reflexivo. Así que, posteriormente, se planteó la división teniendo en cuenta naturalezas de tipo "reflexivas" e "irreflexivas". Pero, como él mismo dice, muy pronto descubrió que la dubitación de uno no era siempre, en absoluto, una reflexión previa y que la actuación rápida del otro tampoco significaba irreflexividad. El titubeo del primero era más bien una desconfianza inicial hacia el objeto en cuestión, mientras que el caso contrario se trataba de una confianza inicial dominante.

Jung entendía, de esta forma, que si se podían encontrar estos dos tipos de actitud en una diversidad enorme de individuos, independientemente de su sexo, edad, raza o momento de la historia, debía de ser debido a que ya era algo inherente al individuo desde su nacimiento, una clase de biologismo precedente. De hecho parecía tratarse y encajaba con dos vías distintas y fundamentales de adaptación conocidas en la naturaleza animal. Así encontramos animales cuya adaptación predominante reside precisamente en una actitud inicial de reserva, de camuflaje, de autoencerramiento o autoprotección. Su prole es pequeña pero bien protegida. Se trata de animales más bien solitarios. Por contra, encontramos otros cuya adaptación se basa fundamentalmente en un gran dinamismo, en grandes proles, en formación de grandes poblaciones. Son individuos de una rapidez de adaptación increíbles. Su enfrentamiento con las situaciones es abierta, directa. Y, sin embargo, como Jung dice, la biología nos ha enseñado que ambas vías son accesibles y eficaces al mismo tiempo. Parece que ambos sistemas son posibles en cualquier animal durante su vida pero que, en general, puede apreciarse el predominio de uno sobre otro. Desconozco si esa carrera famosa entre "la tortuga y la liebre" guardan relación con lo dicho pero lo que si es cierto es que estos dos animales son un buen ejemplo de lo que venimos diciendo.

Podemos encontrar, entonces, volviendo otra vez al ser humano, dos situaciones posibles a grandes rasgos. La primera se trata de una actitud del sujeto hacia el objeto, en un momento determinado, de una forma más bien negativa o, dicho de otra forma, es

como si el sujeto obtuviese energía psíquica del objeto. La energía fluye de afuera hacia adentro. Esta forma de disposición es la que Jung denomina como **introvertida**. El segundo caso es cuando el sujeto se comporta de forma positiva hacia el objeto, la energía fluye hacia afuera teniendo como meta al objeto. Este es el caso de la disposición **extrovertida**.

Introvertida: S <----- O Diástole

Extrovertida: S -----> O Sístole

Ya anteriormente Goethe, según nos dice Jung, veía estas dos posibilidades en forma de "sístole" y "diástole". En la sístole (recordemos, por ejemplo, el movimiento del corazón) el continente se comprime y el contenido fluye al exterior, se trataría por tanto de un momento de extroversión. Mientras que en la diástole el continente se expande y el contenido entra en su interior.

El interés reside, por tanto y en un momento determinado, en el sujeto o en el objeto. Digamos que, a nivel de importancia, el sujeto, para el introvertido, va a ser lo más valioso, mientras que, para el extrovertido, lo más valioso recaería en el objeto.

Estas son dos formas de disposición pueden ser apreciadas en cualquier individuo invariablemente a lo largo de su vida; pero, sin embargo, es fácil notar que, una vez que las analizamos más detalladamente, suele predominar una de ellas a lo largo del tiempo. De hecho, como Jung nos advierte, es curioso apreciar claramente esta disposición desde la muy temprana infancia de forma, en principio, independiente de la relación con la familia o el medio. Dos niños de la misma familia ante las mismas situaciones reaccionan adaptándose de diferente forma tal como lo hacen los animales.

Digamos que, en condiciones normales, el niño tenderá a desarrollar y a utilizar más una forma que otra pero que, sin embargo, también puede ocurrir que la situación externa imponga de una forma violenta el predominio de la inicialmente menos natural y ello, como Jung nos dice, seguramente acabará con el tiempo en una neurosis, en donde la posibilidad de su curación reside en resucitar a la larga su disposición más natural. E,

igualmente, esto es algo que puede ocurrir durante cualquier periodo de desarrollo del consciente. Ir mucho tiempo "contra natura" obliga a un desgaste excesivo y, la mayoría de los casos, ésto desemboca no solamente, como hemos dicho antes, en una neurosis sino, igualmente, en un fuerte agotamiento.

Sin embargo, el problema reside en que nuestros métodos de curación actuales son preferentemente extrovertidos. Si hay agotamiento lo mejor son reconstituyentes y estimulantes o, si hay ansiedad, algún tranquilizante. En este sentido voy a citar, por ejemplo, unos comentarios que en torno a la ansiedad aparecen en el "Boletín Terapéutico Valenciano" de Diciembre de 1.992. Dice: "El trastorno generalizado de ansiedad (TGA) se caracteriza por una ansiedad y preocupación excesiva sobre circunstancias cotidianas." Y continua diciendo: "...en estos casos, los medicamentos se deben usar hasta que la causa precipitante se haya resuelto...", "Por otra parte, el empleo de técnicas de psicoterapia pueden también ser de utilidad en el tratamiento de estos pacientes.". Como vemos, no solamente se valoran situaciones externas, propias de la extroversión, sino que, a la hora del tratamiento, la importancia reside en el fármaco, lo psíquico parece circunstancial.

En líneas generales, por tanto, diremos que un individuo es de tipo extrovertido cuando en él predomina la actitud extrovertida y, al contrario, un individuo es de tipo introvertido cuando la actitud predominante es introvertida. Jung nos dice: "Un rítmico turnarse de ambas formas de actividad psíquica debería de corresponder a un proceso de vida normal.". Las circunstancias exteriores y la disposición íntima dan la preponderancia a uno de los dos mecanismos y su cronificación dará lugar, finalmente, al tipo sin que, por el contrario, se pueda suprimir radicalmente la otra actitud. La necesidad de adaptación al medio y la ley del mínimo esfuerzo hace que el individuo se desarrolle preferentemente de la forma en que, inicialmente, viene más preparado.

Sin embargo, si bien es relativamente fácil saber si, en un momento determinado de la vida de un individuo, predomina una actitud sobre otra, no es tanto si lo que queremos saber es de que tipo es dicho individuo. Von Franz contesta, en relación a la objeción que le fue planteada en el sentido de que existen complicaciones estadísticas para demostrar la existencia de ambos tipos, que es posible realizar una comprobación estadística pero que,

sin embargo, es difícil porque un individuo puede ser de tipo extrovertido pero puede estar en un momento introvertido o al revés. Y aconseja que, para saberlo, se debe de recopilar la mayor cantidad posible de información biográfica sobre dicho individuo.

Jung mismo nos dice que incluso es sumamente difícil que, por sí mismo, llegue uno a saber el tipo a que pertenece. Y esto es debido, entre otras cosas, a que, si bien una de las dos actitudes es la que más se desarrolla y predomina a nivel consciente, precisamente la opuesta es la que, compensatoriamente, va a predominar a nivel inconsciente. Digamos que la contraria a la consciente va a quedar potencialmente oculta y en un estadio primitivo ó en cierto nivel de desarrollo "infantil". Como Jung dice: "...hay una especial tendencia a la compensación de la unilateralidad del propio tipo, tendencia conveniente desde el punto de vista biológico ya que persigue el mantenimiento del equilibrio psíquico."

3.4.1.1 Breve comparación con otros conceptos y ejemplos históricos

Jung cita a Heine, en su introducción, para referirse a dos personajes históricos que marcaron durante muchos siglos dos formas bien diferentes de entender la vida. Se trata de Platón y Aristóteles.

Lo platónico y lo aristotélico son posiciones, en mi opinión, fáciles de entender en relación al tema que nos ocupa. Como bien comenta el autor en relación al desarrollo de la iglesia cristiana "...siempre se trata de Platón o Aristóteles, aunque sean otros nombres los que se mencionan... Naturalezas febriles, místicas, platónicas, desentrañan, con reveladora virtud, las ideas cristianas y los símbolos inherentes a ellas, de los abismos de su espíritu. Naturalezas prácticas y ordenadoras construyen con estas ideas y estos símbolos un sistema firme, una dogmática y un culto. La Iglesia acabará incorporando y abarcando, al fin, ambas naturalezas, parapetándose las una regularmente en lo clerical y las otras en lo monástico, y hostilizándose sin tregua." Este hecho, evidentemente, nos es bien conocido. Un ejemplo claro en este sentido viene descrito, por ejemplo, en la novela "El nombre de la rosa" en donde el protagonista de la misma representa a un inteligente extrovertido frente a la negligencia presentada de una aparente comunidad introvertida.

A grandes rasgos, podemos apuntar una serie de conceptos contrapuestos que Jung cita a lo largo de todo su trabajo para ejemplificar su propuesta sobre los tipos. Así, la tendencia introvertida frente a la extrovertida puede ser expresada, en líneas generales, de esta forma: El subjetivismo frente al objetivismo, el espiritualismo frente al materialismo, el idealismo frente al realismo, lo psíquico frente a lo orgánico, la abstracción frente a la concreción y el indeterminismo frente al determinismo. En la filosofía, la religión, el arte, la ciencia y, en fin, en todo tipo de actividad humana podemos encontrar buenos ejemplos que nos ayuden a entender que esta división no es un puro artificialismo sino que es algo que trasciende al ser humano.

3.4.1.2. El tipo introvertido

Como ya dijimos, para describir correctamente al individuo introvertido, debemos de tener en cuenta no sólo su disposición general de la conciencia sino, también, su disposición inconsciente.

En lo que al aspecto consciente se refiere el introvertido otorga el más alto valor a lo subjetivo y hacia ello dirige toda su atención. El mundo objetivo, las personas y demás cosas externas son elementos secundarios a disposición del sujeto. Todo gira entorno a él de lo que se cuida y se sirve. Los objetos no son elegidos por la moda o porque sea lo habitual sino, solamente, para atender sus necesidades. Su relación con el mundo objetivo es insegura, en él no encuentra su elemento y, por lo tanto, reacciona cuidadosamente y poniendo una gran atención.

El problema del introvertido es, como Jung apunta, que confunda su Yo con su psique, elevando el Yo a la categoría de sujeto del proceso psicológico. Es decir, se olvide de que, aunque su Yo se muestre de una forma introvertida, dentro de él, ó sea del sujeto, reside también la extroversión. Ésto da lugar a un desarrollo excesivo del punto de vista introvertido y a una subjetivación artificial de la conciencia que tanto ha sido reprochada con la frase "eso es sólo subjetivo". Y no solamente por ello sino que además anula la posibilidad de toda realidad psicológica a la que su Yo no abarque.

Por su forma de reaccionar ante las situaciones y las cosas de manera aparentemente egoísta, pues se considera el centro; se encuentra en una difícil situación frente a una sociedad que, en general, valora más a las cosas externas que al individuo en sí. Esto hace que sea tachado de egocéntrico y de individualista. Y si, como dice Jung, "siguiendo el estilo de la época indaga fuera de su conciencia, en vez de acudir a su transconciencia. Y si es algo neurótico, equivale esto a una identificación, más o menos completa, del yo con el sujeto, gracias a la cual la importancia de ésta queda reducida a cero, mientras se hincha el Yo de modo inadecuado..." El resultado es una "desmedida ambición de poder y una egocentricidad realmente necia". El propio Freud, según nos dice Jung, interpretaba el tipo introvertido como un individuo mórbidamente centrado en sí mismo. Y, sin embargo, parece ser que, según Jung, Freud era introvertido como él.

Desde luego, los calificativos de idealista o subjetivo no están nada bien vistos por nuestra sociedad, sonando incluso algo despectivos. Claro que el extrovertido es el que menos lo admite. Pero, desde luego, no hemos de reprochárselo excesivamente ya que, inicialmente, va en contra de su naturaleza. El problema mayor reside, fundamentalmente, en el introvertido que empieza a ver esos términos con malos ojos y vaya en contra de su naturaleza, entonces es cuando se olvida realmente de lo subjetivo para quedarse, como ya hemos dicho, neuróticamente con su Yo y su "complejo de poder".

Pero el inconsciente, naturalmente, no está ajeno a este proceso y, como dice Jung, "a medida que la conciencia del introvertido se subjetiviza, atribuyendo al Yo una significación impropia, se coloca el objeto en una posición que, a la larga, es del todo insostenible... Surge en el inconsciente una relación compensadora con el objeto que se hace sentir en la conciencia como una absoluta e irreprímible vinculación al objeto."

Ya dijimos que el aspecto extrovertido del introvertido se encuentra en una situación primitiva e infantil y por lo tanto su vinculación con el objeto es de esta forma. Actúa con los objetos, en cierto modo, como lo haría un primitivo o un niño. Los objetos adquieren cualidad mágica o extrañas cualidades. Se vuelve hacia los objetos y las personas con ese egocentrismo infantil a veces tan despiadado. Se aferra a los objetos, a

las personas ó a su dinero de una forma tan antinatural que, poco a poco, va socavando su espíritu. Esa ilusión de superioridad que necesita, se mantiene, nos dice Jung, gracias a un verdadero sistema de precauciones tan certeramente descrito por Adler.

Si antes comentábamos, al hablar de ambos tipos, que quien va "contra natura" presupone un esfuerzo sobreañadido, en el caso del introvertido demasiado unilateral conlleva a una psicoastenia en donde se combina el agotamiento con un desmesurado grado de sensibilidad.

3.4.1.3. El tipo extrovertido

La actitud consciente del extrovertido viene vinculada, como ya dijimos, por el objeto. El objeto es el centro de su atención y a él le otorga el máximo valor. Lo importante es lo objetivo y la opinión subjetivo es sólo circunstancial. La atención por lo colectivo es más importante que lo individual porque en ello reside la moda, los valores generales o las verdades probadas estadísticamente. Sus valores son los valores de la sociedad de su momento.

Se encuentra en su medio al vincularse con el mundo externo y ello hace que, aparentemente, su capacidad de adaptación, de respuesta, de apertura sea grande. Su relación con las personas y las cosas es amplia y cambiante.

Sin embargo, como Jung nos dice, en realidad no se está adaptando sino acomodando a su época, sigue la pauta del momento y, como bien sabemos y como la historia una y otra vez lo ha demostrado, no siempre las condiciones objetivas tienen el grado de normalidad y, en ocasiones, lo colectivamente aprobado nos ha llevado al desastre.

Pero si, antes, el extrovertido reprochaba ciertos aspectos del introvertido, ahora es al contrario al verse a un extrovertido como un individuo sin ideas propias, con un alto grado de desvalorización de si mismo, influenciabile, cambiante, materialista y al que se le

puede aplicar ese popular comentario de: "¿Donde va Vicente? Donde va la gente". Sin embargo, aún así, este tipo de comentarios parece importarle poco al extrovertido porque, como ya hemos dicho, nuestra sociedad es preferentemente extrovertida (los ejemplos a este respecto son abundantes) y éste es el verdadero problema del extrovertido porque, al encontrarse en su medio como "pez en el agua", sus necesidades de introversión son casi nulas y ello le lleva a una extroversión cada vez más evidente. Puede llegar hasta tal punto de tendencia hacia el exterior que incluso puede llegar a perder la objetividad de su propio cuerpo y, ya no digamos, de su alma. De esta forma incluso su bienestar físico y sus necesidades más elementales pierden toda importancia. Así, como Jung dice, "sólo se dará cuenta de su pérdida de equilibrio cuando comienza a sentir sensaciones físicas anormales" y enfatiza "una disposición demasiado extrovertida puede llegar hasta tal extremo contra el sujeto, que éste sea sacrificado totalmente...". Sin embargo, las perturbaciones físicas o psíquicas que aparecen pueden tener, viéndolo positivamente, un carácter compensatorio y así, inevitablemente, quedar sujeto a una restricción involuntaria.

Personalmente, al atender en mi consulta pacientes psicossomáticos, me he encontrado con este tipo de casos. Al moverme profesionalmente por Benidorm o Málaga en donde el "bum comercial" ha afectado a familias que han caído en exageraciones comerciales con extraños horarios y poca mano de obra, he recibido individuos no sólo psíquica o físicamente agotados sino que presentaban el más variopinto de los cuadros con trastornos de todo tipo. En ellos veía claro el carácter compensatorio. Era la única forma de pararlos. Extrañas enfermedades requerían situaciones extrañas, por ejemplo, hacer análisis psicológico; lo normal es ya atendido fácilmente. Así, con el tiempo, los extraños procesos cedían en la medida en que la acción compensadora había quedado atendida. Tal vez, simplemente, el introvertir al analizar los sueños, era suficiente.

Jung comentaba que, en su opinión, la forma más frecuente de neurosis del tipo extrovertido es la histeria y puntualiza que su rasgo fundamental es la continua tendencia a hacerse interesante y producir impresión en la gente, su influenciabilidad ó, debido a la reacción del inconsciente, su grado de comunicación de contenidos puramente fantásticos. La disposición del inconsciente le conduce, por compensación, a las cualidades de la

introversión pero en sus formas primitivas o infantiles. Así, aflora una tendencia vigorosamente egocéntrica que, según Jung, es comprensible que haya hecho decir a Freud que el inconsciente es un "sólo desear". Pero ésto es sólo, en cierto modo, aplicable a este tipo de individuos extrovertidos. Así también el egoísmo llega hasta tal grado de brutalidad que en ellos encuentran terreno abonado los deseos incestuosos que Freud describe.

Por otro lado, lo proveniente de lo subjetivo puede alcanzar, de repente, un valor pueril e insospechado. Una idea, una fantasía, un sentimiento profundo puede echar al traste toda una vida. Y, como Jung apunta, esta actitud, por razones culturales, puede conducir desgraciadamente a la droga o al abuso de narcóticos. La cocaína y demás estimulantes como las drogas de diseño son "mano de santo" para muchos individuos de este tipo. El rol de actor, hombre de negocios o "superwoman" nos brinda buenos ejemplos al respecto. Y, por supuesto, no debemos de olvidar la posible tendencia al suicidio. El problema es que el inconsciente puede llegar ya a perder su carácter compensador para volverse ciertamente destructivo.

3.4.2. Las funciones de la conciencia

Al igual que la observación le llevó a Jung a considerar la posibilidad de la existencia, en primer lugar, del tipo extrovertido e introvertido; en este mismo sentido, como él mismo nos dice, fue pronto consciente de que, evidentemente, no todos los introvertidos, por ejemplo, independientemente de su grado de introversión, actuaban de la misma forma. Incluso entre ellos se evidenciaba cómo algunas cualidades especiales de su consciente aparecían más desarrolladas que otras ante la continua necesidad de adaptación. Debido a ello aún podían establecerse, por así decirlo, subtipos, atendiendo a otros factores.

*Jung realiza una primera división de las capacidades funcionales de la conciencia en el sentido de hablar de funciones **irracionales** y funciones **racionales**. Las primeras serían aquellas que posibilitan al individuo en el sentido de ser capaces de recibir*

información y, por tanto, el Yo, de esta forma, se muestra de una forma pasiva y receptiva. Las segundas serían aquellas que permiten una elaboración de la información una vez recibida. En este caso ya hay una actividad más o menos evidente. E, igualmente, describe dos funciones para cada tipo. Así, las funciones irracionales serían la **percepción** y la **intuición**, mientras que las racionales son el **pensar** y el **sentir**. Jung, de una forma muy resumida, las describe diciendo: "La percepción nos dice que algo existe, el pensar nos dice lo que es, el sentir nos dice su valor y la intuición nos dice de dónde viene y a dónde va."

3.4.2.1. La percepción

Esta función es fácil de entender si la equiparamos a la función típica de los órganos de los sentidos.²⁵ Sin embargo, este criterio va, evidentemente, más allá de la pura sensación física. La percepción a la que Jung se refiere abarca tanto a lo físico como a lo psíquico e, igualmente, tanto a lo que viene del exterior como lo que procede de nuestro interior.

Hablaremos de una **percepción introvertida** cuando la captación de información procede del aspecto subjetivo y, de esta forma, uno se muestra receptivo y abiertamente dispuesto a los mensajes y sensaciones más íntimos. Y hablaremos de **percepción extrovertida** cuando es el objeto, lo externo, por así decirlo, quien suministra la información.

Pienso que también nos es fácil ver la importancia que la percepción extrovertida ha tomado en nuestros días. La observación científica o los medios de comunicación son un buen ejemplo de ello.

3.4.2.2. La intuición

²⁵ No debe de confundirse el "sentir" de los sentidos con la función del **sentir** que a continuación veremos.

Como ya hemos dicho se trata de otra función irracional y, como tal, participa de su grado de recepción y aparente falta de contaminación con prejuicios o elaboraciones de la mente.

La intuición es una capacidad psíquica que, aparentemente, todos conocemos y que, sin embargo, conlleva una especial dificultad. La intuición presupone una especie de salto en el tiempo tanto para el pasado como para el futuro. Es como llegar a una conclusión, llegar a algo sin pasar por los pasos intermedios, sin realizar, como ya hemos dicho, una elaboración mental o, al menos, sin hacerla conscientemente. La podemos describir como el tener "cierto olfato" para algo. "Aquí huelo algo" o "esto me huele mal", son algunas de las expresiones utilizadas cuando intuimos una situación tanto buena como mala para nosotros. Casi siempre, después de la intuición viene el razonamiento lento del pensar pero la intuición ya ha puesto el punto de mira.

La intuición y la percepción son, como vemos, aspectos opuestos ya que la primera percibe, por así decirlo lo que es lejano desde el aspecto espacio-temporal, mientras que la percepción asimila lo que le es próximo.

3.4.2.3. El pensar

Esta es otra función fácil de entender ya que, junto a la percepción, es una de las funciones sobre las que más insiste la educación.

Se trata de una función racional porque presupone ya una elaboración, un trabajo o una actitud activa frente a la información recibida. De los datos recibidos vamos deduciendo otros y así, paso a paso, llegamos a la conclusión o al dato deseado. Como podemos ver en contraposición con la intuición, aquí llegamos a algo por un camino elaborado. Es, desde luego, la forma habitual y reconocida científicamente de trabajar en nuestra sociedad. Recopilar información y pensar sobre ello nos hace "saber" más. Es la base del método científico deductivo.

3.4.2.4. El sentir

Para Jung el sentir es la función que otorga valor a las cosas tanto objetivas como subjetivas. Nos dice si algo es bueno o malo, si es importante o no, si es mejor o peor que otra cosa. Es la función, por así decirlo, enjuiciadora y, por tanto, es también racional.

Decimos la frase de "no tener prejuicios" de algo refiriéndonos, precisamente, a la intención de no poner en marcha esta función y distorsionar la información que recibimos.

Hay una palabra castellana que es muy didáctica en este sentido. Se trata de "consentir". Si uno consiente es porque, evidentemente ha realizado previamente una valoración del hecho y admite o no la situación. Se trata por tanto de una forma de enjuiciamiento que encaja con la idea que Jung quiere expresar con la función del sentir.

Evidentemente el sentir presupone una elaboración y un desarrollo activo, de ahí su carácter racional. Y es opuesta a la función del pensar porque un pensar aséptico requiere una falta completa de valoración para que no llegue a perturbar las deducciones tomadas. En estos casos es donde el "corazón y la cabeza" aparecen como malos aliados.

3.4.3. La función superior, secundaria e inferior

*Jung denomina **función superior** a aquella que predomina en el individuo o, por así decirlo, la que mejor desarrollada se encuentra a nivel consciente. Denomina **función secundaria** a aquella que ocupa un segundo lugar a nivel de desarrollo y que, normalmente, complementa funcionalmente a la primera. Y, por último, denomina **función inferior** a aquella que está menor desarrollada conscientemente y, por tanto, se realiza de modo inconsciente.*

3.4.4. Descripción general de los tipos

Como hemos visto, Jung plantea dos formas de disposición consciente (introvertida y extrovertida) y cuatro funciones del consciente (pensar, sentir, intuir y percibir) con lo que, a grandes rasgos, dan lugar a ocho tipos psicológicos puros: pensante introvertido, pensante extrovertido, sintiente introvertido, sintiente extrovertido, intuitivo introvertido, intuitivo extrovertido, perceptivo introvertido y perceptivo extrovertido. Sin embargo, estos casos puros sólo pueden darse desde un punto de vista teórico ya que, como ya vimos, las otras funciones participan igualmente de las características del individuo aunque en un grado diferente.

Así, por naturaleza, en los comienzos del desarrollo consciente de un niño puede predominar, por ejemplo, la disposición introvertida y la función perceptiva; y, con el paso del tiempo, seguir predominando estas cualidades. Ésto va a provocar que la función contraria a la percepción, es decir, la intuición y, sobretodo, la intuición extrovertida, permanezca en el nivel más bajo de desarrollo consciente (función inferior) y, por tanto, a un nivel primitivo. Dicho de otra forma, una persona perceptiva en grado sumo presenta muchas deficiencias, en general, a nivel intuitivo. Pero, por el contrario, las dos funciones restantes, el pensar y el sentir, pueden llegar a alcanzar, con el paso del tiempo y dependiendo de las circunstancias, un alto grado de desarrollo. Aunque, normalmente, suele predominar una sobre otra. Por lo tanto, puede darse el caso de que individuo adulto sea un introvertido que tenga como función superior la percepción, como función secundaria predominante el pensar, como tercera función el sentir y como función inferior el intuir; con lo que no podemos hablar de un perceptivo introvertido puro.

De esta forma, como podemos ver, las posibilidades combinatorias se multiplican y pueden ser posibles toda una gama de subtipos; sobretodo si tenemos en cuenta que las influencias externas e internas pueden provocar grandes variaciones temporales en el predominio de una u otra función ó disposición; aunque, a grandes rasgos, pudiésemos seguir hablando de una tipología concreta. Y, precisamente por ésto, desde el punto de vista junguiano, es incorrecto definir la tipología de un individuo por los datos que de él

se dispongan en un corto espacio de tiempo; siendo necesario, por el contrario, una amplia información sobre el desarrollo de su vida si se pretende encuadrarle en una tipología concreta.

Pero, en cambio, como algo muy conveniente desde el punto de vista diagnóstico, si que nos va a ser posible saber que disposición ó que funciones son las que en un cierto momento predominan en un individuo, aunque no correspondan a su tipología más exacta. Por ejemplo, un individuo puede estar comportándose en general de forma extrovertida aunque, en el fondo, sea un introvertido, ó viceversa. Lo mismo en el caso de las funciones. Puede que se utilice más una cierta función aunque sea otra la que mejor esté capacitada. Sin embargo, el hecho es que una disposición ó una función muy poco desarrollada, como antes hemos dicho, mantiene un cierto grado de primitivismo ó inmadurez y, por tanto, su puesta en escena provoca inmediatamente esa misma sensación que le delata.

El desarrollo del Yo consciente queda íntimamente ligado al desarrollo de su disposición y sus funciones. En un proceso normal, partiendo de una cierta idiosincrasia natural, se va avanzando hacia un desarrollo del resto de las funciones; pero siempre teniendo, en general, como punta de lanza del Yo, a la disposición y función mejor adaptada. En cambio, cualquier circunstancia que provoque un ir contra natura en el sentido de vivir con el continuo predominio de otra disposición ó función, a la larga presupone una patología ó una deficiencia psíquica. Así, un ejemplo muy característico en nuestros días por la excesiva extroversión impuesta en nuestra cultura es encontrar alteraciones psíquicas en individuos introvertido por naturaleza que se comportan y aún defienden a ultranza una forma de vida completamente extrovertida.

Logicamente, no es momento de exponer y profundizar en la variada tipología propuesta por Jung y en las implicaciones diagnósticas y terapéuticas que conlleva; pero si es importante recordar la gran aportación que su autor nos hizo y lo valiosa que resulta en la práctica clínica. Sin embargo, en mi opinión, desgraciadamente, esta aportación de Jung no es bien comprendida en la actualidad y, lo que es peor, términos como

*introversión y extroversión están siendo mal utilizados ó, al menos, no corresponden a las premisas expuestas por Jung.*²⁶

Tendremos oportunidad más adelante de comprender la importancia de lo brevemente expuesto en relación a los tipos psicológicos cuando hablemos del análisis de los sueños y de su contenido ya que, no sólo en el material onírico viene expresado esta problemática sino, igualmente, será de suma importancia a la hora de comprender la actitud consciente de un paciente, de pedirle asociaciones con respecto al sueño, de interpretarlo y de poder explicárselo de una manera adecuada.

3.5. El inconsciente personal y el inconsciente colectivo

*Como ya vimos, desde su corta etapa freudiana, Jung ya se plantea la diferencia entre un inconsciente personal y otro colectivo.*²⁷

3.5.1. El inconsciente personal

El inconsciente personal es aquella parte de nuestra psique no consciente que contiene todos aquellos contenidos que en algún momento fueron conscientes pero que, por algún motivo, se volvieron, de nuevo, inconscientes. Por tanto, el inconsciente personal de Jung abarca no solamente a los contenidos reprimidos respecto a las concepciones freudianas sino que, también, incorpora todos y cada uno de los sucesos de nuestra vida que han pasado al olvido, desde los más infantiles a los más recientes. Esto significa que sus contenidos pueden llegar a ser recordados por algún proceso de tipo voluntario, como es el ejercicio de la memoria, ó de tipo involuntario, como en la hipnosis regresiva, el test de asociaciones ó el análisis de los sueños.

²⁶ Es el caso, por ejemplo, de la valoración que se le dá en el test de personalidad 16 P.F. de Cattell.

²⁷ JUNG, C.G. (1916). "The distinction between the personal and the impersonal unconscious" en "The Structure of the Unconscious". Posteriormente ampliado (1935) en "The Personal and the Collective Unconscious" en "The relation between the ego and the unconscious." y JUNG, C.G. (1917). "The Personal and the Collective (or Transpersonal) Unconscious" en "On the psychology of the unconscious". Todos ellos en *Two essays in Analytical Psychology*. C.W. 7.

Este concepto de Jung es, en general, fácilmente aceptable ya que todos somos conscientes de que, en algún momento, nos han venido a la mente recuerdos que considerábamos completamente perdidos ó, cuando hemos empezado a rememorar hechos mediante uno u otro sistema (fotos, conversaciones, realización de una historia clínica, etc.), los acontecimientos han sido revividos con una riqueza, a menudo, asombrosa. Lo mismo cabe decir en relación a los sueños, ya que éstos son capaces de situarnos, de forma sorprendente, en cualquier situación espacio-temporal de nuestra vida.

*Como ya veremos, el contenido onírico habitual de los sueños está preferentemente compuestos del material procedente de este apartado del inconsciente. Y así, de hecho, suele opinarse que, en realidad, los sueños sólo nos cuentan aquello que ya hemos vivido, aunque de una forma deformada. Ésto, aunque no es cierto, hecho que comprenderíamos fácilmente con sólo apuntar diariamente nuestros sueños, es en parte comprensible por la propia funcionalidad del inconsciente que nos puede resultar engañosa. Es decir, lo habitual es que el contenido de los sueños procedan del inconsciente personal ó de extractos más profundos de la psique pero revestidos de contenidos de este inconsciente. Los contenidos puros procedentes del inconsciente colectivo, lo que se conoce como **sueños arquetípicos**, son más infrecuentes. Estos últimos nos resultan completamente ajenos pero lo normal es que alguna parte del sueño tenga contenidos que guardan alguna relación con nuestras vidas.*

Este suceso es comparable al estudio de un resto arqueológico en donde cada estrato representa una etapa más distante y desconocida. Si vemos al sueño de una forma superficial encontramos contenidos bastante conscientes (Por ejemplo: estoy en la playa con mi hijo pequeño. Mi hijo está construyendo un castillo de arena), si profundizamos un poco más en él aparecen algunos elementos olvidados de mi vida (el castillo que está realizando es uno que yo hice de pequeño. En el sueño parece que sea yo mismo quien lo hace) y, si seguimos profundizando, pueden aparecer motivos completamente ajenos (Una vez acabado me lo enseña. Es rectangular y muy bello. Me produce una extraña sensación de armonía. Me siento muy unido a mi hijo y a la obra que acaba de realizar). Así, de esta forma, un contenido extraño que procede de lo más profundo de nuestra psique (un castillo

en forma de mandala) se inviste de contenidos del inconsciente personal y de elementos conscientes.

Por otro lado, ya veremos, igualmente, cómo los sueños pueden ser interpretados de forma objetiva ó subjetiva. En el primer caso un hecho que acontezca en relación a una determinada persona en un sueño (por ejemplo, una pelea con esa persona) puede guardar relación con un conflicto real con dicha persona. El sueño nos habla, por tanto, de algún aspecto en relación a ese conflicto objetivo. Pero, en el segundo caso, esa persona puede representar un aspecto de nosotros mismos con el cual estamos en conflicto. Por ejemplo, esa persona representa en el sueño una desconocida capacidad de actuar a la que estoy, sin saberlo, rechazando por temor. Es decir, en este último caso, el sueño se sirve de contenidos conocidos ó ya vividos para explicar situaciones que aún no han sido hechas conscientes.

En general, es comprensible pensar que nos sería imposible recordar un sueño si no constase de material que alguna vez ha sido consciente y , por tanto, reconocible por nosotros, aunque sea muy remotamente. Las cosas ó las personas que aparecen en nuestros sueños pueden ser conocidos ó desconocidos pero, en cualquier caso, afines a nuestro desarrollo consciente humano. De ahí que, en realidad, el conocimiento de nuestro inconsciente dependa de nuestro propio desarrollo consciente. Algo comparable a disponer de un televisor que es capaz de sintonizar cada vez más canales.

3.5.2. El inconsciente colectivo

Como ya comentamos, el sueño que Jung tuvo durante su viaje con Freud a Estados Unidos, le sirvió, junto con otros datos,²⁸ para concebir la idea del inconsciente

²⁸ Recordemos la vivencia de las piedras conmemorativas de Arlesheim en relación a la contenida en su plumier de la infancia. Recuerdos, sueños y pensamientos. Pag., 35.

colectivo. Y así, en 1912, cuando publica sus "Símbolos de transformación" ya aparece reflejada dicha idea.

Por otro lado, la aplicación práctica del psicoanálisis ofrecía ciertas lagunas que le llevaban a cuestionarse la visión parcial del inconsciente y de los contenidos oníricos. Este es el caso, por ejemplo, de una paciente que había desarrollado una fuerte transferencia con Jung proyectando en él la imagen de un padre que ya no tenía. Y así, paralelamente a una fase de estancamiento en el análisis, sucedían una serie de sueños en donde aparecía Jung con una estatura sobrenatural, anciano ó, en ocasiones, semejante al padre. Concretamente, uno de los sueños fue el siguiente:

"Su padre (que en realidad era de baja estatura) estaba con ella sobre una colina cubierta de trigales. Ella era pequeña en relación con él, que parecía un gigante. El la levantó del suelo y la sostuvo en brazos como a un niño pequeño. El viento rozaba los trigales y, así como éstos se mecían en el viento, de la misma forma el padre la mecía en sus brazos." ²⁹

Jung se cuestionaba como, a pesar de la evidente transferencia reconocida por la soñante, seguían apareciendo sueños de esas características. Parecía evidente que pretendían explicar algo más que el simple problema con el padre. Y así, los sueños, en realidad, no hablaban ni del médico ni de su padre sino de una imagen divina, un espíritu superior más cercano a la idea de Dios. Se trataba, por tanto, de un motivo que excedía de lo personal para pasar a ser colectivo: el arquetipo de Dios. Ésto significaba un profundo cambio cualitativo en la situación de la paciente y una concepción diferente del material onírico.

Otra circunstancia fue la ocurrida, en 1906, con un paciente esquizofrénico que, un cierto día, invitó a Jung a mirar por la ventana hacia el sol para que compartiese su visión del "pene del sol de donde proviene el viento". En ese momento Jung no entendió nada de lo que el paciente intentaba comunicarle pero, curiosamente, cuatro años después se descubrió un escrito de un ritual mitraico en un papiro griego en donde se hablaba por

²⁹ "The Personal and the Collective Unconscious". CW. 7. Par., 211.

primera vez, claramente, del "tubo del Dios solar que daba origen al misterioso viento" ³⁰ Evidentemente era imposible que ya el paciente conociese esta información.

Detalles como éstos, junto a otros muchos, llevaron a Jung a la conclusión de que en el inconsciente del individuo se encontraban contenidos que trascendían la vida y conocimientos de éste. Y, por otro lado, estos contenidos participaban de un saber universal. En la mitología, la religión, los cuentos ó los sueños, aparecían motivos, estructuras comunes a pesar de la imposibilidad de que hubiesen guardado relación entre ellas. El ser humano era uno, independientemente de la raza, del lugar donde había nacido ó del tipo de cultura con la que había crecido. Por ello, había más cosas en común en el ser humano que las que podían diferenciarnos. Y de ahí que quedase bien marcada la diferencia con cualquier animal.

Igualmente, fenómenos parapsicológicos como el espiritismo ó la telepatía y, en general, todas las artes adivinatorias y los sueños premonitorios; conducían a la posibilidad de una conexión psíquica y física más allá de la esfera consciente.

Es decir, para Jung, debía de haber una estructura psíquica que trascendía al individuo y al binomio espacio-tiempo, a la que llamó, como ya sabemos, el inconsciente colectivo.

Esta concepción ha tenido y tiene una importancia fundamental en el desarrollo del pensamiento actual. Concepción que trasciende, en mucho, la reducida visión de la psique humana. La propuesta de Jung es, sin duda, un hecho revolucionario que aún no ha sido bien asimilado pero que, sin embargo, se emplea e incorpora en múltiples disciplinas del conocimiento vigente. Incluso este término ha llegado a ser de uso habitual en unos ciertos sectores culturales aunque su empleo, a veces, no sea el adecuado. Von Franz llega, incluso, a decir al respecto: "La concepción de Jung acerca de lo inconsciente supone el final del racionalismo científico del siglo XIX". ³¹

³⁰ JUNG, C.G. (1936). "The concept of the collective unconscious" en *The Archetypes and the Collective Unconscious*. C.W.9i, Bollingen Series XX, 2ª ed., Princeton, Princeton Univer. Press, 1968 (1ed.1959). Par., 105.

³¹ *C.G. Jung. Su mito en nuestro tiempo. Pag., 13.*

3.5.3. El arquetipo

Durante la época especial de confrontación con el inconsciente tuvo Jung el siguiente sueño que, según nos dice, fue uno de los que le fueron conduciendo a formular la teoría de los arquetipos. Su contenido es el siguiente:

"Estaba en un lugar que me recordaba los Alyscamps junto a Arles. Allí se encuentra una avenida de sarcófagos que se remontan hasta la época de los merovingios. En el sueño salía yo de la ciudad y veía ante mí una avenida parecida, con una larga hilera de tumbas. Se trataba de pedestales cubiertos de losas, sobre las cuales estaban los muertos de cuerpo presente. Yacían vistiendo antiguos atuendos y con las manos juntas como los caballeros en sus armaduras en las antiguas capillas sepulcrales, pero con la diferencia de que los muertos de mi sueño no estaban esculpidos sino momificados de un modo extraño.

Me detuve ante la primera tumba y observé al muerto. Era un hombre de los años treinta del siglo XIX. Con interés contemple sus vestiduras. De repente se movió y volvió a la vida. Separó sus manos y supe que ello sucedía sólo porque yo le estaba mirando. Con una sensación desagradable proseguí mi camino y llegué ante otro muerto que pertenecía al siglo XVIII. Sucedió lo mismo: cuando lo miré, volvió a la vida y movió las manos. Así fui recorriendo toda la hilera hasta que llegué, por así decirlo, al siglo XII, a un cruzado en cota de mallas, que también yacía con las manos juntas. Su semblante parecía tallado en madera. Le contemplé largamente convencido de que estaba realmente muerto pero, de pronto, vi que un dedo de la mano izquierda comenzaba lentamente a moverse." ³²

En relación a este sueño, Jung dice al respecto:

"El sueño me preocupó durante mucho tiempo. Naturalmente había aceptado anteriormente la idea de Freud de que en el inconsciente se hallan reliquias de antiguas experiencias (remanentes arcaicos). Sueños como éste y la auténtica vivencia del inconsciente me llevaron a la opinión de que estos restos no son, sin embargo, formas muertas sino que forman parte de la psique viva." ³³

*De esta forma la propuesta freudiana de "remanentes arcaicos" tomaba nuevo sentido en el descubrimiento de contenidos vitales de la psique a los que Jung denominó como **arquetipos** ó **imágenes primordiales**.*

³² *Recuerdos, sueños y pensamientos. Pag., 180.*

³³ *op. cit. Pag., 180.*

El término "arquetipo" no es original de Jung, como él mismo nos cuenta, al recordarnos que sus diferentes fuentes proceden desde Filón de Alejandría a Ireneo, pasando por la alquimia en relación a la "imago dei" en el hombre. Y, por otro lado, su concepto tiene un origen semejante en el conocido "mundo de las ideas" de Platón ó la expresión de "idea" de San Agustín.³⁴ Igualmente, nos advierte de las variaciones y simplificaciones que esta idea primordial ha ido sufriendo con el paso del tiempo, desde Descartes y Malebranche en el sentido de formas de pensamiento (concretándolas en un plano consciente) a Kant con sus categorías de pensamiento ó Schopenhauer; aunque en este último vuelva, en parte, al punto de vista de Platón.³⁵

*En líneas muy generales, Jung habla de arquetipos en el sentido de estructuras básicas de la psique que sólo pueden ser reconocidas por sus manifestaciones ó **representaciones arquetípicas**. La idea básica es comparable a las "mallas" ó estructuras cristalinas de cualquier cristal que, a pesar de que condiciona la base del mismo, sólo puede ser conocida dependiendo de la sustancia que le da forma.*

Estas estructuras básicas son genéricas, colectivas y forman el sustrato de toda la organización psíquica. Son los centros vitales psíquicos que conforman el inconsciente colectivo. Un arquetipo, por tanto, puede tener múltiples representaciones dependiendo de su vía de expresión y del resto de los contenidos del inconsciente y del consciente. Así, como elemento del extracto más profundo de nuestra psique, sólo puede manifestarse en la medida en que arrastre elementos reconocibles. Los sueños individuales, los cuentos, los mitos, los rituales religiosos y, en general, todas las manifestaciones del ser humano son representaciones arquetípicas más ó menos conscientes. De ahí la universalidad de algunas expresiones de la creación humana independientemente del binomio espacio-tiempo.

*La representación arquetípica básica es el **símbolo**. Jung diferencia entre los símbolos naturales y culturales. Los símbolos naturales son "derivados de los contenidos inconscientes de la psique y, por tanto, representan un enorme número de variaciones*

³⁴ "The archetypes and the collective unconscious". C.W. 9,I. Par. 5.

³⁵ "Instinct and the Unconscious" en *The structure and dynamics of the psyche*. CW. 8. Par., 276.

sobre el motivo arquetípico básico". Los símbolos culturales son "aquellos que han expresado las "verdades eternas" ó están todavía en uso en muchas religiones. Han pasado por muchas transformaciones e, incluso, por un proceso de elaboración más o menos consciente y, en este sentido, han llegado a ser las "representaciones colectivas" de las sociedades civilizadas".³⁶

De esta forma el pensar simbólico y el estudio de los símbolos se muestra fundamental para conocer las manifestaciones arquetípicas y por tanto al inconsciente. Y, precisamente, este desconocimiento ha hecho llegar a decir a Jung:

*"Sea lo que fuere el inconsciente, es un fenómeno natural que produce símbolos y estos símbolos demuestran ser significativos. No podemos esperar de alguien que nunca ha mirado a través de un microscopio que sea una autoridad sobre microbios; en el mismo sentido, nadie que haya realizado un estudio serio sobre los símbolos naturales puede considerarse competente para juzgar esta materia. Pero la generalizada sobreestimación de la psique humana es tan grande que ni las grandes religiones, ni las filosofías, ni el racionalismo científico han tenido voluntad para examinarlo dos veces."*³⁷

Si nos referimos a nivel del inconsciente colectivo, el término a utilizar es el de arquetipo (por ejemplo, el arquetipo de la madre) pero si lo hacemos en un plano más consciente hablaremos, como ya vimos en su momento, de complejo (en el sentido de complejo materno). Así, los primeros suponen los centros vitales colectivos mientras que los segundos son los centros vitales individuales.

La misma estructura, no ya desde el punto de vista psíquico sino desde el plano físico u orgánico, viene representada por lo que conocemos como **instintos**. Así, al igual que ya decíamos al hablar de la energía psíquica y física, los arquetipos e instintos son las dos visiones complementarias de una misma estructura básica: el inconsciente colectivo. Y, en este sentido, Von Franz viene a ejemplificarlo con el espectro luminoso en que un lado, el infrarrojo, correspondería, por ejemplo, a los instintos; mientras que el ultravioleta correspondería a los arquetipos.

³⁶ "Symbols and the interpretation of dreams". CW 18. Pag., 253.

³⁷ "Symbols and the interpretation of dreams". CW 18. Pag., 263.

*El desarrollo de la biología y del estudio del comportamiento animal y humano ha permitido en los últimos años unas excelentes bases para reconocer lo que denominamos como **patrones de comportamiento**; es decir, pautas heredadas que definen substancialmente a una colectividad de otra.*

Independientemente del sustrato morfológico y fisiológico de las mismas es incuestionable su presencia como modelos básicos; pero, sin embargo, la discusión es importante en relación a concepciones como la idea de arquetipo, aunque goce de cierta semejanza. Jung llega incluso a decir: "Los arquetipos son las imágenes inconscientes de los mismos instintos, en otras palabras, son los modelos del comportamiento instintivo".³⁸

La veracidad de un arquetipo reside en su propia "numinosidad". Es decir, un contenido es tanto ó más arquetípico cuanto más emocionalidad nos provoque. De ahí la fuerza de los rituales religiosos ó el mantenimiento de ciertos mitos. Estos subsisten de una forma colectiva por la "verdad" y la fuerza interior que contienen. El arquetipo nos atrapa de una manera "mágica" y, provoca, sin que nosotros lo pretendamos, una reacción inequívocamente colectiva. La incuestionable presencia de una múltiple variedad de actuaciones que acaban en "-ismo" delatan tal circunstancia; y, a veces, en ellas, la emocionalidad e inconsciencia que suscitan marginan al Yo en un puesto secundario.

*Para nuestra mente escrupulosamente consciente, aún nos sigue sorprendiendo como podemos ser víctimas, para bien ó para mal, de una extraña fuerza que nos invade. El fervor religioso por una determinada virgen, la estruendosa hinchada por un cierto equipo, la clamorosa recepción a un determinado ídolo de la música ó el febril trajinar de la economía reflejado en la bolsa; son algunos de los ejemplos comunes en el día a día. Nos creemos seres libres y responsables; y, sin embargo, nuestros ideales políticos ó filosóficos nos zarandean continuamente en nuestra vida marginándonos de nuestra propia identidad. Para Jung, el **proceso de individuación**, del que a continuación hablaremos, es básico porque presupone la verdadera liberación de la colectividad que, sin saberlo, nos envuelve.*

³⁸ "The concept of the collective unconscious". CW 9i. Par., 91.

*Sin embargo, ésto es, en principio, lo normal y natural. Escapar y negar el hecho de que nuestro indefenso Yo debe afrontar la fuerza de su profundo inconsciente nos vuelve neuróticos. El niño ó el primitivo vive, por así decirlo, a un nivel predominantemente arquetípico; y, en la medida en que el Yo y el consciente se desarrollan, aumenta el conflicto. Si nos dejamos llevar ó caemos en el terreno de los arquetipos voluntaria ó involuntariamente (drogas, rituales, enfermedades, etc.) caemos en un comportamiento puramente emocional e instintivo. Ó si, por el contrario, intentamos desoír, mediante una postura prepotente del Yo, al resto de la psique, nuestra **inflación del Yo** nos prepara, sin darnos cuenta, un terreno abonado para poder quedar supeditados al influjo del mundo arquetípico.*

Jung quiso voluntariamente vivenciar la numinosidad del arquetipo durante su conocida fase de confrontación con el inconsciente. De esta forma, aún manteniendo su nivel de consciencia, dejó que las imágenes interiores, como ya sabemos, fluyesen en él. Y así, a través de los sueños ó la imaginación activa, fueron aflorando unas estructuras psíquicas que, igualmente, pudo encontrar en el inconsciente de otros individuos a través de sus sueños ó en todas las expresiones de la creatividad humana.

Los arquetipos que con más frecuencia e intensidad influyen sobre el Yo son los siguientes: la Sombra, el Anima (para el hombre), el Animus (para la mujer) y el Sí mismo.

3.6. El Sí mismo y el Yo

*Intencionadamente, comienzo hablando del Sí mismo en lugar del arquetipo de la Sombra porque, como a continuación veremos, dicho arquetipo marca secretamente el inicio de la psique humana, aunque, igualmente, representa la meta de la misma. Esta paradoja, cuyo camino supone el **proceso de individuación**, apunta hacia una de sus características fundamentales: la expresión de la **totalidad**.*

La idea del arquetipo del Sí mismo es uno de los conceptos más difíciles de explicar dentro de la psicología analítica ya que, en él, confluyen un buen número de experiencias previas que, de no ser vivenciadas, pueden relegar a esta importantísima entidad psíquica como un mera propuesta pseudointelectual. Por otro lado, como iremos viendo, he deseado volver a hablar del Yo en relación con el Sí mismo porque guardan una relación tan estrecha que sería más justo hablar del arquetipo Sí mismo-Yo.

Como ya sabemos por la biografía, Jung experimentó desde bien pequeño una sensación de doble identidad a las que denominaría como número 1 y número 2. La primera era el niño escolar y la segunda, "el hombre interior", que se manifestaba como un sabio y respetable anciano ó como una imagen de Dios independiente de su voluntad y de la voluntad de la Iglesia que le rodeaba. Su fantasía de como Dios defecaba sobre la catedral de Münsterplatz le expresó de manera temprana esta idea de algo divino y humano dentro de sí.

Muchos años después, cuando después de la primera guerra mundial comenzó a realizar los dibujos en forma de mandala comprendió, como ya dijimos, que el objetivo del desarrollo psíquico era la propia persona, que todo tendía al centro del Sí mismo. Cada círculo mandálico representaba un momento en su estado de individualidad. Representaba la totalidad de su psique en continua transformación pero cuyos cambios estaban ya contenidos en el propio mandala. Por tanto el mandala representaba la totalidad y la meta.

La confirmación sobre su idea central del Sí mismo la obtuvo Jung definitivamente a través de un sueño en 1927. Su contenido es el siguiente:

"Me hallaba en una ciudad sucia y llena de hollín. Llovía y todo era oscuro, era invierno y de noche. La ciudad era Liverpool. Con otra gente, digamos una media docena de suizos, iba yo por las calles oscuras. Tenía la sensación de que veníamos del mar, del puerto, y la ciudad propiamente dicha estaba allá arriba, sobre los "cliffs". Hacia allí íbamos nosotros. Me recordaba Basilea en donde abajo se divisa el mercado y, por la Totengassen, se llega a una planicie, a la Petersplatz y a la grandiosa Peterniche. Cuando llegamos a la altiplanicie hallamos una amplia plaza, débilmente iluminada por los faroles, donde

desembocaban muchas calles. Los barrios de las ciudades eran radiales y tenían por centro a esta plaza. En el centro se hallaba un estanque redondo y en su interior una pequeña isla central. Mientras todo estaba cubierto por la lluvia, la niebla, el humo y la noche escasamente iluminada, la pequeña isla resplandecía a la luz del sol. Allí había un árbol solitario, un magnolio recubierto de flores rojas. Era como si el árbol estuviese al sol y a la vez fuera luz. Mis compañeros comentaban el terrible tiempo y al parecer no veían el árbol. Hablaban de otro suizo que vivía en Liverpool y se asombraban de que se hubiera trasladado precisamente aquí. Yo estaba admirado por la belleza del árbol florido y por la isla iluminada por el sol y pensé: Ya sé por qué, y desperté.

Por último, debo agregar algunas particularidades del sueño: los barrios aislados de la ciudad eran a su vez radiales y distribuidos alrededor de un punto. Este formaba una pequeña plaza abierta, iluminada por un gran farol y reproducía así una pequeña copia de la isla. Yo sabía que el otro suizo vivía en las cercanías de uno de estos centros secundarios." ³⁹

A raíz de este sueño, Jung realizó el siguiente comentario: "El sueño representaba mi situación de entonces". Todo lo veía oscuro y sombrío pero, sin embargo, era capaz de observar "el rostro de la belleza supraterrrenal" y, por ello, podía vivir. No en vano el "liver" (hígado) era considerado antiguamente como el centro de la vida. Jung nos añade:

"La vivencia del sueño se vinculó con el sentimiento de lo definitivo. Veía que aquí se expresaba el objetivo. El centro es el objetivo y más allá de él ya no se puede ir. Por el sueño comprendí que el sí mismo es un principio y un arquetipo de la orientación y del sentido." ⁴⁰

Como ya comentamos en su momento, este sueño, aunque le mostró una valiosa información, le provocó, igualmente, una sensación de incompreensión al no poder encontrar ninguna referencia a sus ideas. Pero esta incompreensión finalizó con la lectura de "El secreto de la flor de oro" que, por entonces, le mandó Richard Wilhelm. La mismas ideas del mandala, totalidad y evolución hacia el centro venían expresadas desde hace siglos en la antigua cultura China. Sus posteriores estudios en la alquimia, con el trabajo hacia la búsqueda de la "lapis incorruptible" y en las religiones, como en los ejercicios de San Ignacio de Loyola con la "Imitatio Cristi" ó las técnicas de meditación orientales; confirmarían esta importantísima realidad psíquica. En todos ellos la idea fundamental, el proceso, era conseguir que el Yo se dirigiese hacia el centro de la psique, al Sí mismo. Ésta es la base del proceso de individuación.

³⁹ *Recuerdos, sueños y pensamientos.* Pags., 205 y 206.

⁴⁰ *op. cit.* Pag., 206.

Como ya dijimos, el complejo del Yo corresponde, por así decirlo, al centro de la psique consciente y, de esta forma, la relación entre un contenido psíquico y el Yo constituye el criterio de la consciencia. Sin embargo, evidentemente, no podemos considerar al Yo como el centro de toda nuestra psique, pues, nuestra esfera inconsciente, queda al margen de su control ó, en ocasiones, a través de algún otro complejo, es quien toma el mando del comportamiento del individuo.

De esta forma, Jung denominó como el **Sí mismo** a aquella estructura psíquica ó arquetipo que contiene al propio Yo y que representa tanto la totalidad como el centro de nuestra estructura psíquica. Es decir, el Sí mismo expresa lo que en realidad somos mientras que el Yo es el medio de relación y de expresión. "Con este descubrimiento -nos dice Jung- se ha relativizado la posición hasta entonces absoluta del Yo; o sea, si bien éste conserva su cualidad de centro del campo de consciencia, queda cuestionado en cuanto punto central de la personalidad".⁴¹ Es el centro regulador de la psique, el "átomo nuclear", como lo llamaría Von Franz.

A lo largo de la historia, los hombres ya llegaron a tomar consciencia de esta realidad interior. Los egipcios lo expresaban mediante el concepto de "alma-ba", los griegos lo denominaban el "daimon" interior y los romanos como el "genius" de cada hombre.⁴²

Von Franz nos cuenta como los indios naskapi de la península del Labrador, debido a su forma de vida en pequeños grupos aislados y a la falta de rituales y guías colectivos, han desarrollado sus propias voces interiores y revelaciones del inconsciente. Para su compañero interior tienen un nombre "mi amigo" ó "mista'peo" que significa "gran hombre". Mediante una continua atención a sus sueños entran en contacto con el Gran Hombre y, en la medida en que siguen sus instrucciones y expresan mediante el arte su contenido, éste les favorece como guía interior y exterior. "Los naskapi -dice Von Franz- han percibido que la persona que es receptiva a las insinuaciones del Gran

⁴¹ "The ego" en *Aion. Researches into the phenomenology of the self*. CW. 9,II. Par., 11.

⁴² VON FRANZ, M.L. (1961). "El proceso de individuación" en *El hombre y sus símbolos*. Pag., 160.

*Hombre consigue más y mejores sueños que le ayuden. Podemos agregar que el innato Gran Hombre se hace más real en una persona receptiva que en quienes lo desdeñan. Tal persona también se convierte en un ser humano más completo."*⁴³

Si recordamos, Jung también encontró, en su vivencia con el inconsciente, la figura de un "hombre sabio" interior al que llamó Filemón. Y, en conversaciones con un viejo amigo de la India, también éste le habló de la existencia habitual entre los hindúes de un "guru interior".

Por tanto, el Sí mismo, en cuanto totalidad ó centro de la psique, puede venir expresado mediante una figura mandálica (mandala oriental, rosetón, esfera, plaza, laberinto que apunta al centro, etc.). Incluso los naskapi llegan a representar a su Gran Hombre con un mandala. Pero, igualmente, por expresar precisamente la totalidad, puede venir expresado de múltiples formas, aunque siempre de una manera especialmente vital y numinosa. Así, como hemos visto, una de ellas es la del Gran Sabio interior que cumple el papel de guía y creador de los sueños. Sabio que, sin embargo, en el sexo femenino se expresa como una Gran Mujer ó una figura relevante de mujer, como es el caso de la diosa griega Sabiduría ó Sophía .

Desde su nacimiento, todo niño dispone de este centro psíquico ó Sí mismo y, de él, se va formando el complejo del Yo. Por tanto, el Yo posee, básicamente, la misma estructura que el Sí mismo.

Como nos dice Jaffé, el círculo o la esfera como expresión del Sí mismo representan una "totalidad natural", mientras que el cuadrado representa la realización de dicha totalidad en la consciencia y, por ello, Von Franz añade que el proceso de individuación tiende a basarse en el motivo del número cuatro ó en algún múltiplo del mismo (8, 16, etc.).⁴⁴ Esta cuaternidad, que en la estructura del Yo viene expresada en las cuatro funciones de la consciencia, va a venir igualmente expresada en las expresiones de la psique humana de múltiples formas, ó bien solas ó bien acompañando a otro motivo que

⁴³ *op. cit.* Pags., 161-62

⁴⁴ VON FRANZ, M.L. (1961). "El proceso de individuación" en *El hombre y sus símbolos*. Pag., 198.

refuerzan la idea del Sí mismo. Igualmente, vamos a poder encontrarnos con formas mixtas entre el círculo y el cuadrado como unión de ambos aspectos: el Sí mismo y su manifestación consciente, el Yo.

Los rosetones de nuestras vidrieras cristianas ó los mándalas orientales en que el centro lo ocupa una figura central y a su alrededor se sitúan cuatro figuras importantes (por ejemplo, los cuatro evangelistas) puede orientarnos en este sentido. Lo mismo, por ejemplos, con conocidas entidades culturales de índole muy diferente como son: las cuatro estaciones del año, los cuatro puntos cardinales, nuestras plazas de los pueblos y ciudades con su fuentes u obeliscos centrales (como es el caso de la Puerta del Sol de Madrid ó punto kilométrico cero de España) ó el conocido tablero de juego del parchís con sus cuatro jugadores y su dirección hacia el centro.

Del círculo y el cuadrado ó de los ejemplos que hemos puesto, va a derivarse otro motivo muy conocido: la cruz. Sobretudo, inicialmente, en su forma como cruz griega de brazos iguales. Y, de hecho, en trigonometría no nos es posible desligar estas tres representaciones. Como sabemos de la representación de una cruz en un círculo surge el cuadrado. Este motivo, desde el punto de vista psicológico, viene a expresar, igualmente, otro importantísimo aspecto del Sí mismo como totalidad: la expresión de la unión de los opuestos. Así, en el Sí mismo encontramos: el todo y el centro, la femenino y lo masculino, lo material y lo espiritual, lo viejo y lo joven ó la vida y la muerte. Pero, en realidad, ésto sólo es así en la medida en que es el consciente quien provoca tal dualidad.

Como vemos, esta situación producto del consciente de que ambos opuestos se den en la totalidad nos puede llevar a pensar en el hecho de que el Sí mismo es, igualmente, negativo; ya que, en definitiva, contiene lo demoniaco, la destrucción ó la muerte. Sin embargo, el lado negativo depende de la visión del propio Yo, de nuestra propia moralidad y de nuestra actitud; pues, al fin y al cabo, procesos como la muerte ó la destrucción son tan naturales como sus contrarios. Así, esta extraña relación ó existencia de los contrarios la podemos encontrar, sin ningún tipo de sorpresas, en los deportes de pelota, en donde el estadio, los dos equipos y el balón expresan la idea de totalidad e,

igualmente, en el juego del ajedrez, en donde fichas blancas y negras se mueven en un tablero cuadrangular de casillas, igualmente, blancas y negras.

Jung dedicó una buena parte de su trabajo a intentar explicar la necesidad de la aceptación de los contrarios como camino hacia la totalidad. Del Dios y del diablo que todos llevamos dentro. En realidad, fue ya un problema que se le planteó desde su infancia (recordemos el sueño del gigantesco falo encerrado en la tierra). Aún así, los "propósitos" del Sí mismo son tan inalcanzables para nuestro sencillo complejo del Yo que, en el fondo, es imposible explicar que misterio se oculta tras este vital arquetipo del que sólo sabemos de él a través de sus manifestaciones. Así, lo que podríamos denominar como el "lado oscuro" del Sí mismo viene expresado en la medida en que, bien por un Yo débil, bien por un identificación con este arquetipo, el Si mismo "atrape", literalmente, al complejo del Yo sin que éste haya realizado su adecuado desarrollo y proceso de individuación. Es en estos casos cuando el aspecto destructivo y paralizante del Si mismo puede venir expresado mediante la araña y su tela ó mandala.

Un ejemplo muy claro del aspecto oscuro de este arquetipo lo podemos encontrar expresado, en nuestros días, en dos conocidas películas: "Dark crystal" (Cristal oscuro) y la trilogía de "La Guerra de las Galaxias".

En la primera, el problema inicial surge cuando la importantísima piedra central de la cultura expresada en la película (en forma de gran cristal ó piedra preciosa, uno de los conocidos símbolos del Si mismo) se divide en dos fragmentos. Uno de ellos es más grande y se convierte en un cristal oscuro; de él surgirán la fuerzas del mal. Es el que dominará a partir de entonces. El otro fragmento es más pequeño y ha quedado relegado a los confines del reino. Las fuerzas del bien quedan, por tanto, en un segundo plano. Pero, gracias al héroe de la historia, el pequeño fragmento es recuperado y vuelve a unirse al resto, completándose, de nuevo, el cristal inicial. En ese momento, como símbolo de la unión de los opuestos, el bien y el mal se reunifican en forma de doce magos bondadosos vestidos de blanco y doce magos malvados vestidos de negro. De la fusión de ambos por parejas surgen doce nuevos y numinosos Grandes Sabios. La totalidad ha sido restablecida.

En la trilogía de La Guerra de las Galaxias, el Sí mismo viene expresado, en su manifestación energética, con el nombre de: "la fuerza". Esta fuerza contiene al bien y al mal; y, dependiendo de la utilización que de ella hagan los héroes de la película, quedan a merced de una u otra. Así, como sabemos, el padre del protagonista principal, un "jedi" ó iniciado, queda atrapado, por el mal uso de la misma, en el "reverso tenebroso" de la fuerza y, por tanto, al servicio del mal. Su hijo, un nuevo iniciado, está a punto de caer en el mismo problema pero, al final, consigue liberar a su padre de dicho aspecto oscuro. Así, en esta historia se encuentra expresado de forma maravillosa la idea de que, aquel que se pone en contacto con el Sí mismo, puede correr un gravísimo peligro de ser atrapado por él.

Este mismo problema lo podemos encontrar, a nivel religioso, en la dificultad de la relación entre lo divino y lo humano. La posición entre el rey (como representante del Yo consciente colectivo) y la deidad ó su representante (como Sí mismo) ejemplifica esta idea. Así, por ejemplo, este hecho se expresa de una forma muy patente en muchas culturas en donde el rey, aunque soberano, no es superior al Dios ó su representante. La identificación con el Sí mismo, como dice Jung, presupone un grave desastre; y, en este sentido, el que, por inflación del Yo, un rey (como Calígula) se endiose ó un hombre (como Hitler) se considere el centro del mundo, invita a una profunda equivocación. Sólo al principio ó al final del proceso ambos aspectos, lo humano y lo divino, permanecen unificados; pero, en el proceso, si no hubiese una verdadera separación, en realidad no podríamos decir nada sobre nuestra existencia.

Volviendo de nuevo al Sí mismo como expresión de la totalidad, este arquetipo va a poder quedar expresado en los sueños, fantasías inconscientes, cuentos y demás facetas de la expresión humanas, mediante motivos muy diferentes. Sin embargo, aunque en el fondo se trate de la manifestación del Sí mismo, lo importante a tener en cuenta es saber que aspecto concreto del mismo, como totalidad, se está, en ese momento, manifestando. Un sencillo ejemplo que puede ayudarnos a llegar a entender esta diversidad lo podemos encontrar en las simpáticas mascotas de los juegos olímpicos. Así, dicha mascota, aunque el personaje siempre es el mismo, dependiendo de la actividad, función ó deporte que

realice, queda investida de formas muy diferentes y complementarias. (De hecho, los juegos olímpicos con su espíritu, su estadio y su símbolo olímpico realizado con círculos, expresan, igualmente, la idea de totalidad). En los capítulos siguientes tendremos oportunidad de ver algunos de estos motivos contenidos en los sueños y, como veremos, el contexto del sueño y del soñante nos ayudará a comprender más este arquetipo. Algunos de éstos motivos pueden ser los siguientes: el Sí mismo como niño divino en el sentido, por ejemplo, de la pureza ó de lo que está en crecimiento; como dualidad rey viejo-rey joven con el sentido de la renovación, como rey y reina como unión de los opuestos, como hermafrodita en el sentido de lo indiferenciado, como Cristo ó héroe espiritual , como hombre gigantesco en representación de las fuerzas del cosmos, como hada madrina en representación del poder oculto , como animal sabio en representación de las fuerzas instintivas ó como cristal piedra u oro en el sentido de lo inmutable.

Por otro lado, como ya hemos visto, la combinación de diferentes símbolos que representan, igualmente, al Sí mismo, refuerzan aún más este sentido. Este es el caso de Cristo y los cuatro evangelistas ó de la pelota y la confrontación de los opuestos. Ejemplos en este sentido podemos encontrar, igualmente, muchos. Así, una paciente me contó maravillada este sueño:

"Del centro de una especie de estanque en medio de un bosque veo salir a un hombre desnudo que está como unido y recostado en un gran caparazón de tortuga. Este conjunto se hace cada vez más evidente en la medida en que sobresalen del agua. De repente, por debajo del caparazón, surge una cabeza con un bellissimo rostro de mujer. Su imagen me produce alegría y un profundo sentimiento de bienestar. Entonces el hombre la mira y la dice: ¡Qué bella eres!⁴⁵

En este sueño, como vemos, van a confluir diferentes motivos que nos pueden ayudar a entender el símbolo que representa. El lago en medio del bosque, el centro del mismo, la tortuga ó la imagen de esta especial mujer como expresión de la naturaleza; son, en general, conocidas manifestaciones del Sí mismo. El arquetipo del Animus, que más adelante veremos, nos ayudará a entender el motivo del hombre incrustado en la tortuga.

⁴⁵ Archivos personales. Ref. 1.

En definitiva, el desarrollo adecuado del individuo se produce en la medida en que el Yo responde a las necesidades del Sí mismo. Lo contrario, un proceso "contra natura", supone caer en una peligrosa situación de inestabilidad psico-física que podemos ver perfectamente reflejada tanto a nivel individual como colectivo. Sin embargo, atender los designios del Sí mismo no es una tarea fácil pues supone ir en contra de nuestro Yo y del inmenso poder del Yo colectivo. El proceso de individuación, como su propio nombre indica, es un proceso personal e independiente que no gusta de prototipos ó modelos externos a seguir. Inicialmente puede parecer que esto supone ir en contra del mundo y caer en un posible aislamiento pero, sin embargo, el resultado es todo lo contrario ya que, aquellos que atienden al Sí mismo tienen una visión más completa, comprensible y humana de los demás y, por tanto, les supone un punto de verdadera unión con el resto de los hombre y de la naturaleza a un nivel superior.

3.7. La Sombra

Como sabemos, podemos hablar de individuo en la medida en que ya existe un Yo consciente, aunque éste sea pequeño y débil. Con ello comienza la tan necesaria separación, por así decirlo, entre el Yo y el Sí mismo ó el consciente y el inconsciente. Sin embargo, este desarrollo va a provocar la aparición de un primer arquetipo: el arquetipo de la Sombra.

Para comenzar a hablar de la Sombra permítanme volver a recordar el ya conocido sueño de Jung:

"Era de noche en un lugar desconocido, y sólo, avanzaba penosamente en contra de un poderoso huracán. Además, una densa niebla se extendía. Yo sostenía y protegía con ambas manos una pequeña luz, que amenazaba con apagarse a cada instante. Pero todo dependía de que yo mantuviese viva esta lucecita. De pronto tuve la sensación de que algo me seguía. Miré hacia atrás y vi a una enorme figura negra que avanzaba tras de mí. Pero en el mismo momento me di cuenta -pese a mi espanto- de que debía salvar mi pequeña luz, ajeno a todo peligro, a través de la noche y de la tormenta."

Como ya sabemos, en este sueño viene representado el importantísimo complejo del Yo, en la "lucecita"; y, la personalidad inconsciente, en la "enorme figura negra que avanzaba detrás de él". Visto así, no es difícil entender porque, a esta determinada "figura" Jung la denominó como Sombra, manteniendo el término que ya, anteriormente, propondría Freud.

Y ésto es así porque, en sus inicios, el Yo se encuentra completamente extraño a todo cuanto le rodea dentro de su psique. El Yo se siente como lo único real mientras que lo demás forma parte de un mundo irreal y sombrío. Exista ó no algo de real en esa otra parcela, hasta que el Yo no la ilumina y la diferencia, aparece oscura y misteriosa. Algo parecido a cuando entramos en una habitación en penumbra y todo nos parece confuso hasta que no la iluminamos.

El que en principio todo el inconsciente nos parezca ocupado por el "mundo de la Sombra" sólo es debido a esta falta de discriminación inicial pero, pronto, sobretudo a través de los sueños, puede llegar a advertirse que esta zona sombría no está totalmente ocupada por ella. Es más, el arquetipo de la Sombra ocupa sólo una pequeña parcela de la psique, aunque no por ello deja de ser, inicialmente, muy importante.

Jung nos dice que la Sombra es el arquetipo más fácilmente accesible a la experiencia ya que su contenido puede deducirse del propio inconsciente personal.⁴⁶ Es decir, la Sombra está formada por todos los aspectos, sean negativos ó positivos, que el Yo, por un motivo u otro, aún no reconoce como suyos. De ahí que represente el lado oscuro del Yo pero que, en cualquier momento, puede llegar a hacerse consciente. De hecho, esta proximidad al Yo hace que, en los sueños, la Sombra aparezca personificada en un individuo del mismo sexo.

En los inicios de su confrontación con el inconsciente, Jung tuvo el siguiente sueño:

"Me encontraba con un joven moreno desconocido, un salvaje, en una solitaria montaña rocosa. Era antes del amanecer, el cielo del este era ya claro y las estrellas se extinguían. Entonces resonó por las montañas el cuerno de

⁴⁶ "The shadow" en *Aion. Researches into the phenomenology of the self.* CW. 9,II. Par., 13.

Sigfrido y supe que debíamos matarle. Ibamos armados con fusiles y le acechábamos en un estrecho acantilado.

De pronto apareció Sigfrido en lo alto de la cumbre de la montaña, con el primer rayo del sol naciente. En un carro de osamenta descendía rápidamente por la pendiente rocosa. Al doblar una esquina, disparamos sobre él y se desplomó herido de muerte.

Lleno de asco de mí mismo y arrepentido por haber destruido algo tan grande y bello, intenté huir, impulsado por el miedo, pues podían descubrir el crimen. Entonces comenzó a llover copiosamente y supe que todas las huellas del crimen quedarían borradas. Había escapado al peligro de ser descubierto, la vida podía continuar, pero quedaba un insoportable sentimiento de culpa." ⁴⁷

En el sueño, como vemos, aparecen dos personas del mismo sexo que el soñante: Un joven salvaje moreno y Sigfrido. Los comentarios de Jung al respecto son los siguientes.

Para él, Sigfrido representa la imposición heroica de la voluntad del pueblo alemán. En Jung había una secreta identidad con el héroe: la propia voluntad de su Yo. Pero esta voluntad debía de ser ya sacrificada. Su "ego" debía de dejar paso a otras voluntades de carácter superior. De ahí el que, aún en contra de su "voluntad", deba de asesinar a Sigfrido.

Uno puede ser consciente de la fuerza de la voluntad de su Yo pero, tal vez, se es inconsciente del daño personal que esto produce en el desarrollo personal. Este aspecto de Sombra, ya desproporcionado e inadecuado, es el que ha de ser sacrificado. Sería como desprenderse de un amigo que, en el fondo, sin saberlo, nos influye negativamente. Es fácil rechazar aquellos aspectos que, en realidad, son negativos y que consideramos como tales; pero es difícil hacerlo si pensamos que nos son positivos. Este sueño le ayudo a Jung a entender que podía caer bajo el dominio de este tipo de Sombra.

Por el contrario, el joven salvaje se muestra positivo en el sueño ya que le ayuda a acabar con ese aspecto negativo. Se trata, pues, de una Sombra positiva que representa lo que aún de primitivo y natural hay en Jung. Es la personificación del "buen salvaje" que,

⁴⁷ *Recuerdos, sueños y pensamientos. Pag., 187.*

por su instinto, conoce lo que le conviene y, por su condición, se encuentra más próximo a la naturaleza de la psique.

Fácilmente, nuestra moral colectiva nos haría pensar lo contrario: El héroe Sigfrido (la voluntad de nuestro Yo) es siempre positivo; mientras que el primitivo no deja de ser un salvaje asesino; pero la moral personal del inconsciente, las necesidades del Sí mismo van por otro camino. Al final, la tensión inicial entre el consciente e inconsciente, representado por la tierra y el cielo, se resuelve con la cómplice lluvia y, con ello, se produce la unión de los opuestos. "Deo concedente".

Sin embargo, reconocer la Sombra de cada uno no es fácil. "Es más fácil ver la paja en el ojo ajeno que la viga en el propio", dice una vieja sentencia. Uno puede molestarse por la cobardía, la pereza ó la testarudez de otra persona pero ¿es capaz de ver la suya? Y, sobretodo, ¿es capaz de aceptarla cuando otros se la indican? Como Von Franz nos dice: "Si alguien siente un enojo insoportable cuando un amigo le reprocha una falta, ese alguien puede estar completamente seguro de que en ese momento encontrará una parte de su Sombra de la que no se da cuenta".⁴⁸ Sería justificable el que nos molestásemos ante la crítica de los demás pero ¿y ante la crítica de nuestro propio sueño? Von Franz añade: "ese es el momento en que el Yo ha sido pillado".

Mi experiencia particular en el estudio de los sueños de mis pacientes y con los míos propios me han hecho una y otra vez ver esta "curiosa" situación. Lo normal es que, al principio, el soñante tienda a ver a todos sus sueños de una manera objetiva, en el sentido de que si aparece una persona conocida, por ejemplo, en el contexto del mismo, considere que el sueño está comentando algo con respecto a su amigo pero no considerándolo como una Sombra suya. Ambas circunstancias pueden darse pero, teniendo en cuenta, con la facilidad con que vemos los "defectos" de los demás, es más fácil pensar que el sueño nos está hablando de algo con lo que tenemos dificultad de ver en nosotros. Así, cuando uno ya piensa en esa posibilidad y sueña con alguien conocido, la situación puede convertirse en ciertamente "embarazosa". Si, de primeras, las características negativas de esa persona son evidentes, la situación es clara; pero, si

⁴⁸ VON FRANZ, M.L. (1961) "Percepción de la sombra" en El hombre y sus símbolos. Pag., 170.

vamos reconociéndolas, sin darnos cuenta, en la medida en que hablamos de ella, la reacción personal puede fácilmente evidenciarse. A veces es tan fuerte que es difícil intentar convencernos de que el sueño no es solamente objetivo. Sólo una buena dosis de moralidad personal ó un nuevo sueño puede ayudarnos a reconocer esta Sombra.

La Sombra, como contenido del inconsciente, dispone de una naturaleza emocional y de cierta autonomía.⁴⁹ Y así, uno puede quedar, durante buena parte de la vida, verdaderamente poseído por la Sombra y contaminado con su emocionalidad, de la que es muy difícil desprenderse. Sólo cuando, tiempo después, analizamos esa circunstancia, comprendemos la triste situación en la que nos encontrábamos. Por otro lado, la "Sombra está expuesta a contagios colectivos";⁵⁰ es decir, un individuo puede, sin saberlo, entrar, por así decirlo, en "resonancia" con las actitudes emocionales y primitivas de un grupo. Sobran ejemplos en este sentido tanto para bien como para mal: asistencia a conciertos, a actividades deportivas, fiestas, mítines, huelgas, guerras, etc.; son situaciones en las que podemos comportarnos de tal forma que, sólo después, cuando volvemos a la normalidad, comienza, en ocasiones, el arrepentimiento y la vergüenza.

Cuando hablábamos de la estructura del consciente y de sus tipos de disposición y funciones, comentamos el hecho de que, en la medida en que el Yo se mostraba, por ejemplo, como intuitivo extrovertido, la introversión y el resto de las funciones, sobretudo el sentir, quedaban a un nivel más primitivo. Por tanto, la Sombra va a poder llegar a mostrarse con este tipo de características.

Este hecho vamos a poder verlo expresado, en parte, en un sueño que nos relata Von Franz de un cierto hombre joven:

"Un hombre está tendido en una cama y se ha echado la colcha sobre la cara. Es un francés, un desesperado al que no le importaría encargarse de cualquier tarea delictiva. Un funcionario me acompaña escaleras abajo y sé que se ha tramado algo contra mí: concretamente, que el francés me mataría en cuanto tuviese ocasión. (Eso es lo que parecía exteriormente). Efectivamente, él se desliza tras de mí cuando me acerco a la salida, pero yo estoy en guardia. Un

⁴⁹ "The shadow" en *Aion. Researches into the phenomenology of the self*. CW. 9,II. Par., 15.

⁵⁰ "Percepción de la sombra" en *El hombre y sus símbolos*. Pag., 171.

hombre alto y corpulento (más bien rico e influyente) se apoyó de repente en la pared junto a mí sintiéndose enfermo. Rápidamente aprovecho la ocasión de matar al funcionario apuñalándole el corazón. "Sólo se nota como un poco de humedad" -esto lo dice a modo de comentario-. Ahora estoy a salvo porque el francés no me ataca puesto que está muerto el hombre que le daba órdenes. (Probablemente, el funcionario y el hombre corpulento e influyente son la misma persona, reemplazando, en cierto modo, el segundo al primero.)" ⁵¹

Este hombre tenía un temperamento muy vivo y había iniciado una y otra vez empresas afortunadas. Se trataba de un individuo marcadamente extrovertido. En el sueño, nos dice Von Franz, el francés representa su lado introvertido que ha llegado a la ruina total. Se encuentra pasivo (en la cama) y no desea que se le reconozca (se tapa la cara). El funcionario y el hombre corpulento representan, por otro lado su faceta extrovertida que le ha llevado a los éxitos en la vida. Pero este hombre está enfermizo y no tiene sangre en las venas lo cual significa que "esas ambiciosas actividades externas del soñante no contienen vida y pasión auténtica". Por tanto, puede ser sacrificado. Von Franz acaba así su interpretación:

"Al final del sueño, el francés queda satisfecho; evidentemente, representa una figura positiva de la sombra que se ha hecho negativa y peligrosa sólo a causa de que la actitud consciente del soñante no estaba de acuerdo con ella." ⁵²

En el sueño, por tanto, viene representado su lado extrovertido e introvertido. Pero, también, es importante destacar lo que al final nos añade la analista: una sombra positiva se puede volver negativa por la actitud del soñante hacia ella. Así, al igual que un ser natural, como un niño, primitivo ó un animal, puede volverse agresivo por el trato a que es sometido, de la misma forma nuestra naturaleza se revela si la humillamos despiadadamente. Y así, al igual que nuestra buena disposición llegaría a hacernos entender que su mal comportamiento no es más que fruto de nuestro trato, cuando nuestro cuerpo ó nuestra mente reacciona con una enfermedad convendría preguntarnos: ¿en donde estoy abusando de mí?

⁵¹ op. cit., Pag., 173.

⁵² op. cit., Pag., 174.

Hace unos días asistía a una conferencia en defensa de la naturaleza, pero, en ella, naturalmente, sólo se hablaba de la concienciación al respeto de nuestra naturaleza exterior. Y así, fácilmente olvidamos que, tal vez, nuestro abuso y mala utilización del planeta en que vivimos y desprecio de los indígenas que en ella viven es una mera consecuencia del maltrato hacia el resto de nosotros mismos; es decir, hacia todo lo que no sea nuestro poderoso Yo.

*Este proyectar en el medio ambiente nuestro abuso interior es semejante al que realizamos al proyectar nuestros males en el resto de los hombres ó en algún tipo de ínfimo virus. Sin embargo, el mecanismo de la **proyección** es inconsciente. Uno no la hace, sólo puede llegar, tal vez, a reconocerla. Mientras que permanezca inconsciente, cualidades personales negativas ó positivas, pueden ser vividas a través de los demás, produciendo una sensación cada vez mayor de aislamiento. Sólo la retirada de la proyección permite conocer verdaderamente al individuo ó a una colectividad tal y como es.*

El que una Sombra sea positiva ó negativa depende de los designios del Sí mismo y no de nuestra yoica moralidad. Así, sólo si la Sombra sirve al Sí mismo podemos considerarla como positiva, aunque aparentemente se nos muestre de forma negativa. El llegar a saber cuando esto es así, como dice Von Franz, "es uno de los más difíciles problemas que encontramos en el camino de la individuación".

Un claro ejemplo del Yo y la Sombra en su aspecto negativo podemos encontrarlo en la conocida novela "El Dr. Jekyll y Mr. Hyde" basada en un sueño de su propio autor y del cual nos habla la analista Barbara Hannah.⁵³ Así, en esta historia podemos encontrar varias características fundamentales de la misma: Su carácter inconsciente, la transformación que el individuo sufre cuando se encuentra bajo su influencia, su carácter compensatorio y su difícil y doloroso reconocimiento.

En definitiva, la Sombra puede llegar a ser finiquitable. Es decir, puede llegar a ser completamente consciente, aunque suponga un trabajo laborioso; y, aun así, es la tarea inicial y más urgente; y en la que nos debemos de sentir completamente

⁵³ HANNAH, B. (1955). *Ego and Shadow*. The Guild of Pastoral Psychology Nº 85. London.

responsables. Buena parte de nuestra salud física y psíquica está, de esta forma, puesta en juego. Como en el caso anterior, a lo largo de este trabajo encontraremos más ejemplos con respecto a este conocido arquetipo.

3.8. El *Ánima*

*El arquetipo del *Ánima*, al igual que la mayoría de los conceptos desarrollados por Jung, proviene del empirismo y, como él mismo nos dice, sólo pretende dar nombre a un grupo de fenómenos afines o análogos que vienen expresados en la mitología, la religión, los cuentos, el comportamiento humano ó los sueños en que se trate de la psicología masculina. Sin embargo, no cabe duda que la idea de *Ánima* (así como la de *Ánimus*) resulta extrañamente novedosa y, en ocasiones, difícil de ser aceptada por las implicaciones que de ella resulta. Por mi parte, como hombre, encuentro de tal significación y sentido esta idea del *Ánima* que la considero fundamental para la comprensión de la psique masculina.*

Expresiones mitológicas tan importantes como las "syzygias" ⁵⁴ ó la parejas de dioses de nuestra cultura occidental (Hermes - Afrodita) y el par yang (masculino) - yin (femenino) de la cultura china, otorga a esta unidad de opuestos el calificativo de arquetípico; y, por tanto, formando un elemento más de lo que hemos denominado como Inconsciente Colectivo. Se trata de la representación de la unión de "lo masculino" y "lo femenino" como expresión del Sí mismo.

*Y así, en esta lejana y profunda representación de "lo femenino", podemos encontrar una de las expresiones de lo que Jung denominó como *Ánima*. Al igual que, como luego veremos, a "lo masculino" lo denominó *Ánimus*. Por tanto, la pareja de dioses viene expresada por la unión *Animus-Anima*. "En las figuras del *ánima* y *ánimus* -nos dice Jung- se expresa la autonomía del inconsciente colectivo." ⁵⁵*

⁵⁴ "Syzygos"= Apareado, unido. Equivale al término "coniunctio". Ver en "Concerning the Archetypes and the *Ánima* Concept". CW 9i. Pars., 111 y ss. y en "The syzygy: *Ánima* and *ánimus*". CW 9ii. Pars., 20 y ss.

⁵⁵ "The syzygy: *Ánima* and *ánimus*". CW 9ii. Par., 40.

Para nuestro monoteísmo cristiano la pareja de dioses nos resulta un tema oscuro. Sin embargo, diversos santos y visionarios de nuestra cristiandad han tenido la experiencia, no exenta de cierta herejía, de la visión de un Dios dual, a veces masculino, a veces femenino; ó de Dios en su trono acompañado de la Diosa y reina del cielo en un trono similar.⁵⁶ Y, en cualquier caso, la Iglesia, igualmente, considera de una forma divina la unión de Cristo con ella, como su esposa. (Figura 7)

El tema de esta pareja de dioses viene a expresar un hecho fundamental: la aparición de lo masculino conlleva lo femenino y viceversa. Ambos elementos son opuestos y complementarios.

Esta pareja arquetípica es proyectada normalmente al nacer el niño, al igual que van a ser proyectados otros productos del Inconsciente colectivo, en los padres; de forma que el padre es el portador de los valores masculinos y la madre de los femeninos. Tendremos oportunidad, más adelante, al estudiar sueños en donde aparece los llamados complejo paterno y materno, de ver como ésta proyección de la pareja de dioses traerá, no pocas veces, importantes conflictos en el desarrollo del individuo.

Sin embargo, en condiciones normales, y ya centrándonos en el arquetipo del Anima, un niño varón es portador de lo masculino, como el padre, así que el dios masculino ó el arquetipo de lo masculino viene expresado en él conjuntamente con su desarrollo. Digamos que, no solamente hay un físico masculino sino que, además, hay un consciente y un complejo del Yo masculino. Pero ¿qué ocurre con el arquetipo de lo femenino? Evidentemente, al no ser consciente permanece inconsciente. Así, pues, todo niño ó todo hombre contará con un Yo masculino y con un Anima ó feminidad inconsciente. En definitiva, tanto biológica como psicológicamente, lo femenino reside en el varón desde su nacimiento.

Así, como antes hemos dicho, esta feminidad inconsciente es proyectada por el niño en todo lo femenino que le rodea y, principalmente, en la madre ó aquella figura que cumpla el papel de madre.

⁵⁶ Jung cita el caso de Niklaus von der Flüe ó de Guillaume de Digulleville.

Pero pronto esta diosa arquetípica de lo femenino no encuentra un lugar adecuado para su proyección ante lo banal ó mundano de lo femenino que le rodea (madre, abuela, tata, etc.), al menos en condiciones normales, y cae, de nuevo, en el inconsciente. Debido a ello, el Anima inconsciente del hombre va a ser así proyectada una y otra vez dando lugar a toda una rica expresión de manifestaciones que, junto a las ideas mitológicas y religiosas de la pareja de dioses, aportan el material necesario para, de una forma empírica, llegar al concepto de Anima.

El Anima es la personificación de la naturaleza femenina en el inconsciente del hombre. Y así, esta "mujer interior" va a jugar, por tanto, un importantísimo papel en la psicología masculina y nos va a permitir entender algunos de los problemas específicos del varón.

El hombre, ya desde niño, necesita, en primer lugar, desarrollar su consciente ó, lo que es lo mismo, su varonilidad. De ahí que los propios niños, en contra incluso de nuestras "novedosas" ideas de confraternización, prefieran, en muchos casos, jugar en grupos separados. Los niños por un lado y las niñas por el otro. Los ritos de iniciación para el varón en numerosas culturas ó nuestro servicio militar son un ejemplo de los medios que la sociedad ha creado para reforzar este hecho. Cuanto más desarrollado tenga el hombre su Yo masculino mejor podrá confrontar el mundo femenino exterior, representado por la mujer, y el mundo femenino interior, representado por el Anima. Jung nos dice que, hacia la mitad de la vida, un hombre puede soportar sin perjuicio la falta total de relación consciente con el Anima; pero que, a partir de entonces, debe completar el "ser hombre", es decir, desarrollar lo femenino que hay en él para alcanzar la totalidad de sus posibilidades.

El problema es que todo rasgo de feminidad en el hombre (y ésto demuestra, también, que lo tiene) está muy mal visto en nuestra sociedad, al igual que con lo masculino en la mujer.⁵⁷ La sociedad quiere que el hombre sea completamente masculino y, por tanto, al varón no le queda más recursos que reprimir una y otra vez su natural expresión femenina. Desgraciadamente, al cariño ó a la ternura se ha confundido con

⁵⁷ "Ánima and Ánimus" en *Two essays on Analytical Psychology*. CW. 7. Par., 297.

*debilidad y la rudeza con varonilidad Detrás de no pocos hombres hostiles y rudos se esconde un alma tierna que es capaz de ofrecer todo su cariño a su familia ó, tal vez, sólo a un simple pajarillo. ¿Cuántos hombres, aparentemente muy "machos", se han venido abajo y han lloriqueado ante una circunstancia difícil ó ante una simple inyección? El hombre a adoptado la máscara varonil que la sociedad pretende pero detrás y enfrentándose a ella se encuentra el **Ánima** que puede delatarle en cualquier momento.*

*Através del **Ánima** y, por tanto, de lo femenino en el hombre, se encuentra el **eros** ó la función de relación. El hombre, por naturaleza, cuenta con la función contraria, el **logos** ó función de discriminación, a nivel consciente, mientras que su eros permanece inconsciente. Por tanto, en su momento, será necesario que llegue a integrar este Anima inconsciente con el fin de relacionarse con la vida. No en vano Jung llamó al **Ánima** "el arquetipo de la vida en sí misma" y comenta:*

*"La pérdida permanente del **ánima** representaría una creciente pérdida de vitalidad, flexibilidad y humanidad. Sobreviene una prematura rigidez, cuando no esclerosis, estereotipia, unilateralidad fanática, testarudez, doctrinarismo ó lo contrario: resignación, fatiga, abandono, irresponsabilidad y, finalmente, un "ramollissement" infantil con inclinación al alcohol." ⁵⁸*

Tal vez por fuera, como nos dice Jung, ⁵⁹ se desempeña un papel afectivo y vigoroso pero por dentro, inconscientemente, se desarrolla una debilidad femenina con continuos cambios de humor, ansiedad ó, incluso, una sexualidad afeminada que puede llegar a una verdadera impotencia.

*Esta mujer interior ó espiritual viene perfectamente expresada durante la Edad Media en el "amor cortés" de los caballeros. Así, cada caballero, además de a su esposa, correspondía a otra dama a la que consagraba sus servicios y gestas. Esta mujer, incluso, podía estar ya casada ó ser la reina. Poco a poco esta figura fue desapareciendo para proyectarse el **Ánima** espiritual en la Virgen María pero, con ello, sólo se proyectaba lo bueno, lo malo empezaría, entonces, a ser proyectado en quienes se denominarían brujas.*

⁵⁸ "Concerning the Archetypes and the **Ánima** Concept". CW. 9i. Par., 147. "Ramollissement"= Ablandamiento.

⁵⁹ "**Ánima** and **Ánimus**" en "The Relations between the ego and the unconscious." CW 7. Par., 308.

El Ánima, como dice Von Franz, ⁶⁰ es una personificación de todas las tendencias psicológicas femeninas en la psique de un hombre, tales como vagos sentimientos y estados de humor, sospechas proféticas, captación de lo irracional, capacidad para el amor personal, sensibilidad para la naturaleza y, sobretudo, su vía de relación con el inconsciente. Estas manifestaciones las vemos, por ejemplo, claramente expresadas, entre los sanadores y chamanes de algunas tribus árticas que se invisten con aspecto de mujer para manifestar su lado femenino interno y, así, obtener una mejor comunicación con el inconsciente. Es también el sentido oculto de que los sacerdotes, como guías y sanadores espirituales, se invistan con túnicas.

Estas cualidades del Ánima pueden expresarse ó vivirse de forma positiva ó negativa. En el sentido positivo el Ánima es expresión de amor, cariño, comprensión ó imaginación.⁶¹ El Ánima ayuda al hombre a encontrar la compañera adecuada y es la guía o mediadora con su mundo interno. Este Ánima como guía la vemos, por ejemplo, representada en la Beatrice del "Paraíso" de Dante ⁶², en la diosa Isis del sueño de Apuleyo en "El asno de oro" ⁶³ ó en el personaje femenino de la novela "She" de Haggard .⁶⁴ Von Franz nos comenta que "esta función positiva se produce cuando un hombre toma en serio los sentimientos, esperanzas y fantasías enviadas por su ánima y cuando los fija de alguna forma; por ejemplo, por escrito, en pintura, escultura, composición musical o danza"; ⁶⁵ cuando, en definitiva, la expresa de una forma creativa. El Ánima positiva, en conjunto, conduce al hombre a la vida.

En el sentido negativo, el ánima adquiere las formas de la "femme fatale", de las sirenas ó de las Lorelei germanas que conducen, por el contrario, a la muerte. La literatura y las tradiciones están llenas de estas mujeres que envenenan ó adormecen como en el cuento de la Isla de Pascua titulado "Kava-aro y Kava-tua" ⁶⁶ en donde dos diablas

⁶⁰ "El proceso de individuación" en *El hombre y sus símbolos*. Pag., 180.

⁶¹ ZAVALA, J. (1982). *Seminarios APA*. Valencia.

⁶² MAZZARELLA, A.. *Seminarios APA*. Valencia.

⁶³ VON FRANZ, M.L.(1966). *A Psychological interpretation of The Golden Ass of Apuleius*. 2ed., Dallas, Spring, 1980.

⁶⁴ HAGGARD, R. (1887). *She*. (Tr. castellana en *Ella*. Madrid, Anaya, 1983.)

⁶⁵ "El proceso de individuación" en *El hombre y sus símbolos*. Pag., 186.

⁶⁶ CAMPBELL, R.. (1971) *La herencia musical de Rapanui*. Pags 100 y ss. Este cuento fué presentado e interpretado por mi en los seminarios de la APA y, posteriormente, en 1988 fué presentado como trabajo en

transformadas en bellas mujeres, cuyos nombres dan el título a esta historia, al tocar los cabellos del joven protagonista, con el pretexto de quitarle los piojos, lo adormecen para llevárselo a su lejano país. En Chile, por ejemplo, existe la tradición de una bruja que habita en los árboles y que, en forma de pájaro, se dedica a picar en los testículos de los transeúntes masculinos. Es decir, se ocupa de debilitar ó suprimir la masculinidad. El resultado de un *Ánima* negativa en el hombre es variado, dependiendo, entre otros factores, del grado de negatividad de la madre. Por un lado lleva a la irritabilidad, a la inseguridad, al lloriqueo, a la hipocondría ó a la impotencia y, por otro, a comentarios irritados, venenosos ó afeminados con los que se tiende a rebajar todo. Una forma muy particular de un *Ánima* negativa la podemos encontrar en todos esos diálogos neuróticos pseudointelectuales que inhiben al hombre de entrar en contacto directo con la vida y que en los cuentos viene expresado por esas princesas que proponen acertijos para poder casarse con ellas, castigando con la muerte a aquel que falle; como en el caso, por ejemplo, del cuento interpretado por Von Franz titulado "La princesa hechizada."⁶⁷ Y, por último, el *ánima* toma también, frecuentemente, la forma de fantasías eróticas llevándole a nutrirse de espectáculos pornográficos ó strip-tease.

*"Este es un aspecto crudo y primitivo del *ánima* -dice Von Franz- que se convierte en forzoso sólo cuando un hombre no cultiva suficientemente sus relaciones sentimentales, cuando su actitud sentimental hacia la vida ha permanecido infantil."⁶⁸*

El *Ánima* es la que provoca que nos enamoremos perdidamente de una mujer y la que nos hace decir que "esa es la que será mi mujer"; e, igualmente, al igual que el *Ánimus*, es la responsable de no pocos "triángulos amorosos" y germen de infidelidades. Si lo proyectado es lo positivo del *ánima* la pareja será adecuada; pero, aún así, ésto es sólo válido siempre y cuando no se viva continuamente el *ánima* a través de la mujer. Expresiones como: ¡Sin ti ya no soy nada! ó ¡si tu mueres yo me moriré!, responden a este problema. Pero, si lo proyectado es alguno de los aspectos negativos, la mujer elegida puede resultar una "mujer fatal" que nos anule ó nos utilice. Von Franz nos pone como

los cursos de doctorado del departamento de Psiquiatría de la Universidad de Málaga con el título "Un estudio desde el paradigma psicológico analítico de una leyenda de la cultura pascuense en Chile titulada: Kava-aro y Kava-Tua. Leyenda de Pikea-Uri (La Jaiba Negra)".

⁶⁷ "The Bewitched Princess". *An introduction to the interpretation of Fairy Tales*. Pag., 99.

⁶⁸ "El proceso de individuación" en *El hombre y sus símbolos*. Pag., 182.

ejemplo la película "El ángel azul", en que un serio profesor se enamora de una cabaretera y acaba haciendo de payaso en el mismo local. Si a las proyecciones del Anima añadimos las del Ánimus, como a continuación veremos, podemos ya intuir las vicisitudes que están detrás de los problemas de las parejas. Jung llegó a llamar al Anima, en el sentido negativo, "la amante celosa" ⁶⁹, y no pocas situaciones de divorcio guardar relación con ella. La "syzygy" animus-anima no tiene porque ser siempre tan feliz como uno se imagina. Y, por otro lado, la total proyección del Anima ó Ánimus en el contrario provoca que permanezca completamente inconsciente en cada uno de ellos. Como decíamos antes, tal vez, estas parejas sean matrimonios bienvenidos, de los que llamaríamos inseparables ó muy compenetrados, que incluso se parecen; pero que, en realidad, no están juntos por verdadero amor sino por dependencia mutua. Cada uno vive una parte de sí a través del otro. Así, no son raros los casos en que, cuando uno de ellos, ya anciano, muere, el otro fallece poco después tras una completa desgana por la vida. Y, así, frente a ésto, no es raro que podamos escuchar el siguiente comentario: ¡El pobre marido se encontraba completamente "des-anima-do" tras la muerte de su mujer!

El ánima del hombre es reconocible por ir emparejada a sus emociones y afectos. Si el anima está constelizada en un alto grado ó, como analíticamente se suele decir, si el hombre "está en ánima", afemina el carácter del hombre y lo hace, como nos dice Jung, sensible, susceptible, caprichoso, celoso, vanidoso e inadaptado. Resulta un hombre en estado de "malestar" que difunde dicho malestar a su alrededor. Y, en los casos en que la masculinidad no ha sido, por algún motivo, convenientemente desarrollada ó el arquetipo femenino pugna con una especial fuerza, aparecen los diferentes grados de homosexualidad ó afeminamiento. En estos casos, el ánima, ya como complejo, actúa libremente ante la débil oposición del Yo masculino hasta tal punto que puede llegar a identificarse con el mismo.

El Ámima es susceptible de ser desarrollada en un sentido cualitativo pero, sin embargo, ésto requiere esfuerzo y verdadera aceptación personal. Jung diferenció el desarrollo del Anima en cuatro etapas. ⁷⁰ La primera etapa está representada por la mujer

⁶⁹ "Ánima and Ánimus" en *Two essays on Analytical Psychology*. CW. 7. Par., 320.

⁷⁰ "El proceso de individuación" en *El hombre y sus símbolos*. Pag., 186.

puramente instintiva y biológica. Un ejemplo de ella sería la Eva pero, igualmente, en esta etapa pueden quedar representadas el tipo de mujer que sólo se rige por el comer, la protección, el sexo ó la prole, etc. La "mujer objeto" correspondería, igualmente, a esta etapa. La función del Eros, en este caso, se encuentra aún en un nivel primitivo. En la segunda etapa aparecen ya valores románticos y estéticos. Hay un cierto nivel de espiritualización pero aún se caracteriza por elementos sexuales. Jung pone como ejemplo a la Helena de Fausto pero, igualmente, aquí podríamos incluir a un buen número de mujeres que van más allá de ser, simplemente, hembras. Entre este primer y segundo nivel podríamos incluir, por ejemplo, a un buen número de actrices como Greta Garbo ó cantantes como Madona que, evidentemente, son y han sido objeto de proyección del ánimo de muchos hombres. En la tercera etapa el nivel de espiritualización es mucho mayor, "elevándose el amor, el Eros -como Von Franz dice- a la altura de devoción espiritual. Un ejemplo excelente para nuestra cultura es el de la Virgen María pero, igualmente, en este grupo podríamos incluir a Fátima, la hija de Mahoma, ó a la Shakti hindú. En general, cualquier mujer santa ó espiritualmente reconocida, como Teresa de Jesus, Juana de Arco ó la Madre Teresa de Calcuta, podrían ser portadora de esta proyección. Por último, la cuarta etapa conlleva a la "sabiduría a la Sapiencia que trasciende, incluso, lo más santo y mas puro". Es la Sophía gnóstica ó la Sulamita del Cantar de los Cantares de Salomón. Aunque este nivel, según nos dice Von Franz, es difícilmente alcanzable por el hombre.

Sin embargo, el Ánima del hombre no solamente es proyectado en una mujer, sea fruto de la imaginación ó de la realidad; pues, igualmente, puede quedar proyectada en las instituciones ó, incluso, en los objetos. La iglesia puede ser un ejemplo, como ya vimos. La política, la economía, la cultura, la universidad, la justicia, la guerra. Evidentemente detrás de cada una de ellas podemos encontrar a una diosa. Para el marino, en su barca ó nave reside algo femenino; y, así, no sólo es frecuente utilizar el nombre de mujer para las embarcaciones sino que, igualmente, es muy frecuente que el mascarón de proa este ocupado por una figura femenina. Otro ejemplo lo tenemos, actualmente, en los coches en donde su dueño vuelca todo su cariño y cuidado. Y, por último, un ejemplo mucho más moderno lo vemos en el ordenador personal en donde, incluso, una conocida marca de ordenadores recibió el nombre de "Amiga". Posiblemente, si se estudiasen, pues

desconozco si se ha hecho, la problemática actual del tráfico en este sentido ó la "adicción" a los ordenadores de algunos individuos, tal vez se podrían aportar nuevas conclusiones de interés al respecto.

*Como podemos ver, la investigación de lo que Jung denominó como *Ánima*, supone, para el hombre, una aportación muy importante que le puede permitir (y de hecho le permite por la actual experiencia práctica) comprender muchos aspectos de su psique. Pero, desgraciadamente, el mayor enemigo es el propio hombre. Confrontar ó relacionarse con el *ánima*, aspectos que aquí no hemos abordado, es una tarea mucho más difícil que la que supone el encuentro con la *Sombra*. Al hombre, en general, no le gusta mucho hablar de su feminidad, aunque en su comportamiento se manifieste claramente la presencia de su *Ánima*.*

*De la dificultad en la confrontación con el *Anima* nos habla un sueño repetitivo en un joven de 23 años. Su contenido es el siguiente:*

"Voy corriendo a través de un estrecho pasillo. Tras de mí voy cerrando puertas, ya que tengo la sensación de que alguien me persigue, hasta que llego a un punto en que siento que ya no hay peligro. Pero ahora temo que alguien me diga algo y que me eche ya que no es mi sitio. Encuentro allí a una antigua novia por lo que intento pedirle explicaciones de porqué me dejó y decirle que ya no la necesito. Pero alguien viene y se la lleva, con lo que no puedo acabar la conversación. Tengo la impresión de que quiere que la siga." ⁷¹

*Así, este sueño plantea la siguiente situación. El soñante huye de una sombra completamente desconocida que le conduce a un lugar que no le corresponde. Por ello, el encuentro con el *Ánima* no es fructífero. De nuevo, un hombre desconocido se la lleva. Se trata de un antigua relación que aún sigue vigente y a la que, por su carácter repetitivo, ha de ponerse especial atención. Evidentemente, un desconocido problema de *Sombra* al que, por miedo, no desea reconocer y enfrentarse, le conduce al mismo quejoso e inacabado encuentro con el *Ánima*. En este caso, el problema inicial con la *Sombra* impide la adecuada confrontación con ella.*

Jung nos narra, en sus memorias, su vivencia de la "mujer interior" durante su confrontación con el inconsciente. Así, nos cuenta como fue el primer sorprendido al

⁷¹ Archivos personales. Ref. 002.

*escuchar que una voz femenina hablaba dentro de él. Jung permitió que esta voz siguiese expresándose y realizaba imaginación activa con ella en forma de diálogos a través de cartas. "¡Me sentí -nos dice- como un paciente analizado por un espíritu femenino!"⁷² Pero, al margen de los aspectos negativos ó positivos en su relación con esta feminidad interior, lo importante es resaltar el hecho de que este contenido del inconsciente adquirió una auténtica diferenciación tanto a nivel del inconsciente como del propio Yo consciente. A este complemento psíquico en la vida de todo hombre, Jung lo llamó, como todos sabemos, la figura del *Ánima*.*

*El *Ánima*, al igual que la Sombra, puede llegar a ser finiquitada o integrada a nivel consciente, aunque supone mayor dificultad por la lejanía y lo contradictorio que resulta a nuestro Yo masculino. Si el reconocimiento de la Sombra exigía un esfuerzo moral, la aceptación del *Anima* exige una buena dosis de humildad y de aceptación de nosotros mismos. En definitiva, de verdadero amor.*

*En el capítulo dedicado a la interpretación objetiva y subjetiva tendremos oportunidad de comentar diferentes sueños en relación a la figura del *Ánima*.*

3.9. El *Ánimus*

*Como es lógico, Jung no pudo nunca tener un conocimiento directo de su concepto de *Ánimus*. Sin embargo, a través de sus pacientes, amigas y mujeres analistas pudo comprobar esta realidad psíquica en la psicología de toda mujer.*

*Ya comentamos la realidad arquetípica de la existencia de los opuestos desde el nacimiento de un niño al hablar del *Ánima*. En el caso de una niña, su Yo consciente es femenino y, por tanto, su masculinidad permanece inconsciente. Pero, como ya sabemos, su masculinidad va a poder ser pronto proyectada y vivida a través de los hombres que rodeen su incipiente vida. En general, el padre, el abuelo ó un hermano mayor y, más tarde, un maestro, un sacerdote ó un amigo. Y, como en el caso del *Ánima*, esta proyección de lo masculino en la psique de toda mujer, vendrá igualmente recogida en la*

⁷² *Recuerdos, sueños y pensamientos.* Pag., 193.

multiplicidad de expresiones creativas proveniente de este sexo y en los símbolos culturales y religiosos de todos los tiempos.

Toda proyección del Ánimus conlleva a un continuo estado de inconsciencia del mismo y, por lo tanto, sea psíquica ó físicamente, dicha deficiencia puede llegar a expresarse de una forma patológica en la mujer. El que una relación "ideal" en el sentido de una continua proyección del Ánimus en un hombre ó, por ejemplo, en Dios, conduzca a una alteración de la mujer, va a depender, no sólo de que un factor externo rompa la proyección, como un desengaño amoroso, sino de las propias necesidades del inconscientes ó del Si mismo. Necesidades que, inicialmente, desconocemos.

El desarrollo e independencia del Yo femenino de la mujer es, igualmente, vital para su posterior confrontación con el hombre exterior (amigo ó marido) y con el hombre interior (el Ánimus). Los rituales femeninos tanto primitivos como modernos juegan, en este sentido, un importantísimo papel; e, igualmente, tal y como le sucede al hombre, la mujer no alcanzará su total realización si no es capaz de integrar su Ánimus.

Sin embargo, como todos sabemos, los particulares posicionamientos entre los mundos femenino y masculino a lo largo de la historia ha dado como resultado ciertos planteamientos difíciles de resolver entre psicólogos y sociólogos. Por ejemplo, ¿porqué hay un predominio cultural del hombre sobre la mujer? ¿existe realmente una desigualdad? ¿cuál es el papel de la mujer? De este modo, preguntas como éstas y otras similares han flotado y flotan en el ambiente actual; y, sobretodo, en el entorno de la propia mujer. Evidentemente, los movimientos en defensa de la mujer serían casi impensables en relación a los hombres; e, igualmente, las dudas que la mujer tiene sobre su propia feminidad no parecen ser cuestionadas por los hombres en relación a su masculinidad.

Esta circunstancia plantea, hoy en día, un curioso problema en el desarrollo de la primera etapa de la mujer: ¿qué es ser realmente mujer? En el caso del hombre lo masculino es aceptado sin contemplaciones y su dificultad posterior reside en la difícil integración de su parte femenina en contra de la masculinidad reinante; pero, en el caso

de la mujer, la situación puede llevar a tomar como meta, desde el principio, el desarrollo de lo masculino; y, como consecuencia, realizar un sacrificio de su propia feminidad. Por tanto, hoy en día urge que la mujer recupere el sentido de lo femenino y, por tanto, del Eros. Ni que decir tiene que, detrás de todo ello se encuentra, no sólo la actitud del hombre sino, sobretodo, el importantísimo papel que, calladamente, desempeña el Ánimus; pues, aunque parezca lo contrario, no hay peor enemigo de lo femenino que la propia mujer.

Si todo es correcto, el desarrollo normal de su Eros permite a la mujer un conocimiento profundo de lo que significan las relaciones humanas, tanto a nivel individual como colectivo; y, por otro lado, un conocimiento de la relación con la propia naturaleza que le rodea. De ahí la importancia y urgencia del mantenimiento y desarrollo del Eros en nuestros días.

Como complemento a su Eros natural, el Ánimus aporta el Logos a la mujer; pero éste, en tanto en cuanto no se desarrolle en un sentido cualitativo, permanece a un nivel primitivo e "infantil".

*Al igual que en el Ánima, podemos distinguir cuatro etapas no excluyentes en el desarrollo del Ánimus.⁷³ La fase inicial corresponde a un Logos básico que se sustenta únicamente en la **fuerza**, es decir, en la fuerza física ó animal. Su personificación vendría representada por un hombre primitivo tipo Tarzán, por un hombre "brutote" ó por un deportista que sólo se preocupa por sus músculos . La frase que reza en el escudo de Chile es muy sugerente al respecto: "Por la razón ó por la fuerza". La mujer con este nivel Ánimus sólo es capaz de discriminar ó luchar en la medida en que busca cubrir sus necesidades instintivas básicas, como la conservación y la procreación, ó defender el amor por los suyos. Su casa, su marido y sus hijos serán cuidados y defendidos por ella como una autentica "leona". Es un modelo de mujer muy "primitivo" pero, igualmente, hasta hace bien poco, por lo menos en España, era un modelo muy extendido y aceptado.*

⁷³ JUNG, E. (1931). "On the Nature of the Ánimus"

La segunda etapa corresponde a un Logos que aporta iniciativa y **acción**. La mujer puede seguir manteniendo las cualidades anteriores (ó haberlas perdido, es decir, haberlas vuelto, de nuevo, inconscientes) pero, ahora, se suma la capacidad de dirigir su vida hacia otras posibilidades que no sean las puramente básicas. La personificación de este Ánimus corresponde a los hombres que, por así decirlo, tienen una cabeza sobre sus hombros (y no solamente músculos) y son capaces de emprender nuevas empresas y desarrollar nuevas acciones. Así, pues, una mujer con este tipo de Ánimus resulta, igualmente, emprendedora, constructiva y capaz de desarrollar un tipo de actividad ó trabajo independientemente del mero cuidado de su prole. Como sabemos, este modelo de mujer resulta, hoy en día, muy común y, en líneas generales, es el prototipo de la mujer "moderna". El que la mujer se esté preocupando de controlar la natalidad con el fin de dedicarse a otras actividades habla en este sentido. Sin embargo, tal vez el problema surge cuando lo femenino es desbancado demasiado rápidamente y de forma prematura por esta "masculinidad" tan bien vista. Entonces el Ánimus se apodera de la mujer, como luego veremos, y su feminidad sufre inexorablemente. Pero parece que, al menos en nuestra sociedad, la naturaleza es sabia en este sentido. Cuando hace años comenzó a resurgir el papel de la mujer en otras áreas que no fuesen las habituales y a reclamar "la misma condición que los hombres", una serie de generaciones fueron acrecentando este tipo de rol y, aunque por las circunstancias, no tuvieron más remedio que desarrollar su Yo femenino hasta un nivel adecuado, cuando se preocuparon en desarrollar su Ánimus se encontraron con unas capacidades hasta entonces insospechadas que podían ser capaces de atender. Ésto supuso el gran resurgimiento del papel de la mujer en todas las áreas de la sociedad. Pero, últimamente, las mujeres que se han desarrollado "con una meta demasiado masculina" están pagando por esta grave inadaptación; y, curiosamente, hoy en día, vemos en nuestras niñas y jovencitas un cierto regreso de los más "puros" valores femeninos en donde lo que, de nuevo, desean es "casarme de blanco, por la Iglesia y tener una casa, unos hijos y un marido".

La tercera etapa viene representada por la **palabra**. Es decir, el Ánimus que es capaz de transmitir ideas y experiencias. Pero no en un sentido de hablar por hablar ó hablar por "con -vencer" sino, más bien, en el sentido de aprender y enseñar. Se trataría de figuras como el maestro ó el sacerdote pero, también, lo que en general conocemos con

el calificativo de: *persona de conocimiento*.⁷⁴ De esta forma, la mujer con este nivel de desarrollo del *Ánimus* adquiere unos valores espirituales que las hacen distinguirse claramente del resto. Quisiera aquí llamar la atención sobre el hecho de que el "conocimiento" al que nos referimos no se aprende en los libros sino en la vida. Los libros sólo son un medio. Y así, con gran placer, podemos encontrarnos mujeres (al igual que hombres) que, a pesar de no haber estudiado, son auténticas "personas de conocimiento" y verdaderas "guías espirituales". Mujeres hacia las que se siente un auténtico y profundo respeto. Evidentemente, como bien podemos suponer, este tipo de mujeres no son, desgraciadamente, tan frecuentes.

Y, por último, la cuarta etapa corresponde al *Ánimus* que encarna el **significado**. y, de esta forma, "se convierte en mediador de la experiencia religiosa por la que la vida adquiere un nuevo sentido".⁷⁵ Es el Gran Maestro, el guía espiritual ó el Cristo. Es el Logos en su máxima expresión. La mujer que llega a alcanzar esta etapa de desarrollo es poseedora de una profunda espiritualidad que le proporciona firmeza y soporte tanto para su vida interior como exterior.

Hasta aquí hemos planteado situaciones en la que la mujer es capaz de integrar los aspectos que le aporta su *Ánimus* en los diferentes estados de desarrollo. Pero, tenemos que tener en cuenta que, desgraciadamente, al igual que ocurre en el hombre, el desarrollo e integración del *Ánimus* no es una tarea fácil y, además, no sólo depende de nuestra voluntad consciente sino de muchos factores inconscientes que influyen en este proceso. De ahí que podamos encontrarnos diferentes posibilidades que plantean una serie de dificultades en la vida de una mujer.

Antes comentábamos que era fundamental el desarrollo de lo femenino en la mujer para confrontar e integrar el *Ánimus*. Por lo tanto, si ésto no es así, no es posible una correcta integración y el Yo, por así decirlo, queda poseído ó a merced, de su *Ánimus* inconsciente. Esta mujer es inconsciente de sus estados de "ánimus" y, lo que sí puede vivir intensamente, es el sufrimiento que ésto le produce. En la medida en que desarrolle su

⁷⁴ En este sentido recordemos, según lo dicho al hablar de las funciones del consciente, que al conocimiento se llega por las cuatro funciones y no únicamente por el pensar.

⁷⁵ "El proceso de individuación" en *El hombre y sus símbolos*. Pag., 192.

feminidad será capaz de poder llegar a integrar su Ánimus. Una mujer en esta situación no se siente para nada identificada con un hombre, se siente, sobretodo, mujer; pero, sin embargo, el término "niña" parece ajustarse mejor a su verdadero estado.

Circunstancia parecida puede ocurrir con un Yo femenino bien desarrollado pero que, al no ir integrando adecuadamente el Ánimus, sea invadido por un Ánimus poderoso (en sentido cuantitativo) que haya sido fruto de su propia "pereza" personal ó de otros factores inconscientes. Es el caso, por ejemplo, de una mujer que tiene ya varios hijos y que, sin embargo, en vez de atender una necesidad interior en el sentido de realizar nuevas cosas en su vida, decide tener más hijos. Cuando el Ánimus aflora puede expresarse con tanta fuerza que echa por tierra los más maravillosos proyectos previstos.

Por último, otra circunstancia puede darse cuando la mujer se identifica con su Ánimus y lo desarrolla de tal forma que sustituye conscientemente a su feminidad. Es lo que, de forma simpática, podemos llamar: "Un Ánimus con patas". Es decir, una mujer invadida por su masculinidad y que, por tanto, se comporta y se manifiesta, más bien, como un hombre.

Los distintos personajes masculinos que aparecen en los sueños de las mujeres van a corresponder, en general y si lo interpretamos subjetivamente, a un nivel de Ánimus de los anteriormente expuestos. Sin embargo, como ya sabemos, independientemente de su desarrollo, el Ánimus puede comportarse positiva ó negativamente.

Un Ánimus con características primitivas pero positivo puede expresarse en los sueños en forma de un héroe que la rescata. Pero, a nivel negativo, puede tratarse de un hombre que se comporta salvajemente, de un brutal violador (si está siendo literalmente "poseída" por el Ánimus) ó de un hombre en forma de ogro; como, por ejemplo, en el siguiente sueño de una joven de 17 años a la que solía pegar su padre y que perdió a su madre cuando tenía 11 a.:

"Un ogro me acorralla y se tira encima pegándome. Yo me quedo quieta haciéndome la muerta y el ogro se va." ⁷⁶

⁷⁶ Archivo personal. Ref. 003.

En este caso, como vemos, el arquetipo de lo masculino ha sido vivido a través de un padre agresivo; y, por otro lado, la perdida temprana de la madre condiciona el desarrollo de lo femenino. Sin embargo, en este sueño, se produce una circunstancia muy valiosa: gracias a la respuesta pasiva de la soñante el ogro la deja tranquila. Posiblemente, si hubiese intentado hacerle frente (confrontarlo), debido a la fuerza del Ánimus y a la debilidad del Yo, la paciente habría sucumbido.

En este caso a la paciente se la veía completamente femenina pero, cuando una mujer se identifica con este estado, se convierte en lo que denominamos comúnmente como "marimachos". Un ejemplo lo vemos en la protagonista de la película "Cuerno de cabra" en que, a causa de que la madre es violada y asesinada, el padre educa a la niña como un varón y la enseña a luchar para acabar con los asesinos de su esposa. Este tipo de mujeres viven las relaciones con los hombres y su sexualidad de una forma muy agresiva y "varonil".

En el segundo estadio del Ánimus, la representación positiva, como ya sabemos, corresponden a Ánimus que invita a desarrollar nuevas posibilidades y actividades en la mujer. En el siguiente sueño de una mujer de 36 años se da este caso pero bajo una curiosa circunstancia.

"Mi perro se está desangrando por un herida que tiene en su cola. Mi hermano está presente." ⁷⁷

En la etapa en que aconteció este sueño, su hermano de 30 años sufría una parálisis desde pequeño pero, gracias a su fuerza de voluntad, estaba a punto de acabar la carrera de veterinaria; y, precisamente, más de una vez había curado a este perro. Así, pues, el sueño parecía indicarle a la soñante que disponía de un Ánimus adecuado para solucionar el problema que se le planteaba pero que, sin embargo, por ahora, se mantenía al margen. Tal vez esperaba de ella una iniciativa.

A nivel negativo podría tratarse de un hombre tipo asesino ó ladrón que lleva a la mujer a realizar actividades completamente destructivas para sí ó para los demás. Como es el caso de un sueño que tuvo Von Franz en que "un ladrón había entrado por su

⁷⁷ Archivo personal. Ref. 004.

ventana y la hizo despertar con un grito".⁷⁸ El ladrón que venía a robarle se trataba de un pensamiento que tuvo poco antes de dormir en el sentido de que su trabajo creativo, que estaba en ese momento realizando, no merecía la pena y, por lo tanto, era mejor destruirlo. Evidentemente, ésto no era cierto y, al parecer, "era algo valioso".

En el caso de un Ánimus desarrollado a nivel de la "palabra", éste adquiere la forma de una "persona de conocimiento", si se muestra positivamente, como sería un maestro ó un hombre que proporciona adecuados consejos. Pero, a nivel negativo, puede venir expresado en forma de individuos mefistofélicos ó inquisitoriales que proporcionan pensamientos completamente fríos en la paciente. Es una sabiduría que va especialmente en contra del Eros y que tanto daño han proporcionado a la mujer tanto a nivel colectivo como individual. La inteligente y mordaz protagonista de la película "Instinto básico" puede ser un ejemplo en el caso de identificación con este tipo de Ánimus negativo.

Por último, el cuarto nivel de desarrollo del Logos puede proporcionar, desgraciadamente, tanto un representante positivo, en la forma de un Sabio Maestro ó un tipo Merlin, como uno negativo, en la forma de Satanás ó el espíritu del mal; y, en este último caso, una bruja como Morgana puede caracterizar a una mujer de este tipo. Cuanto más desarrollo y poder tiene el Ánimus más positivo ó negativo se puede volver.

El siguiente sueño nos proporciona una visión de la sabiduría del Ánimus:

" Sueño que estaba realizando una traducción y me encontraba en un pasaje extremadamente difícil. Estaba en el segundo capítulo de Mateo, segundo versículo. No podía entenderlo. Entonces una voz de hombre me dijo con absoluta autoridad: ¡Esta es tu estrella guía! Y desperté." ⁷⁹

Este pasaje de Mateo habla precisamente de la estrella de Belén y el Ánimus le indica que esa es su estrella. Para Von Franz, la estrella de Belén es una estrella guía hacia el recién nacido Niño Dios (una conocida expresión del Sí mismo) y, su sentido, está en realización con el principio de la individuación. Por ello, en este sueño, el Ánimus le indica un nuevo sentido a la vida de la soñante.

⁷⁸ VON FRANZ, M.L. - BOA, F. (1988). *The Way of the Dream*. Pag., 267.

⁷⁹ *op. cit.* Pag., 282.

Sin embargo, como ya comentamos, el arquetipo del Ánimus, como tal, no puede considerarse ni positivo, ni negativo. Es la relación con el consciente lo que provoca dicha división. Por ello, la desatención ó inconsciencia de las cualidades positivas del Ánimus pueden aparecer, inicialmente, como negativas; pero, una vez que se han realizado las necesidades del Ánimus ó se ha aceptado tal y como es, este contenido del inconsciente se transforma y aparece su lado positivo. Un ejemplo típico en este sentido es el conocido cuento de "La bella y la bestia".

Pero no siempre el Ánimus aparece con una imagen clara que puede permitirnos relacionarlo con alguna etapa de su desarrollo. En ocasiones se siente como una presencia ó como sombras oscuras que denotan la característica del grado de inconsciencia del mismo. Este es el caso de la siguiente escena en un sueño:

"Había tres hombres pero no sé como eran. No vi sus caras. Sus ropas eran oscuras..."⁸⁰

Por otro lado, una característica que se da más habitualmente en la figura del Ánimus con respecto al Ánima es que se exprese a través de una colectividad masculina. Es decir, son un grupo de hombres los que en el sueño personifican al Ánimus. En este caso se les denomina "Animi" por utilizar el plural latino. Jung explica este hecho en el sentido de que, en líneas generales, la mujer a nivel consciente es más personal, al contrario que el hombre que se muestra más colectivo; y, por tanto, de este modo, el inconsciente se expresa de forma compensatoria.⁸¹

"A causa de esa inclinación a la colectividad -nos dice Von Franz- las mujeres habitualmente se refieren (cuando su Ánimus habla por ellas) a "uno" ó "ellos" ó "todo el mundo"; y, en tales circunstancias, su conversación, muchas veces, contiene las palabras "siempre", "debiera" ó "tuviera". "⁸²

A nivel negativo este Ánimus colectivo lo podemos ver expresado, en una etapa primitiva, en forma de "horda bárbara que arrasa todo lo que pisa"; ó, en forma más evolucionada, como tribunal inquisitorial que prejuzga, como claustro de patriarcas que asedian con sus opiniones inamovibles ó como grupo de hombres que disparan con sus

⁸⁰ Archivo personal. Ref. 005.

⁸¹ JUNG, C.G. (1917). "Ánima and Ánimus" en *Two essays in Analytical Psychology*. CW. 7. Par., 338.

⁸² "El proceso de individuación" en *El hombre y sus símbolos*. Pag., 192.

armas a la soñante. ¡No sirves para nada!, ¡nunca te sale nada bien! ó expresiones similares son pensamientos destructivos que bombardean desde el interior e impiden toda iniciativa y posibilidades de vida a una mujer bajo este tipo de Ánimus.

Por último, comentar el hecho de que, cuando la mujer está bajo la influencia del Ánimus, es fácil que provoque en el hombre ó en su pareja un afloramiento de su Ánima y, por tanto, poder quedar bajo la influencia de ésta; ó viceversa. Y, dependiendo del grado de inconsciencia y de las características de ambos, provocar unas relaciones completamente improductivas. Los cuadros a los que estas circunstancias pueden dar lugar son, por lo tanto, múltiples. Jung comenta al respecto:

"La relación ánima-ánimus, tanto en sus aspectos positivos como negativos, está siempre llena de "animosidad". Es decir, emocional y colectiva. Los afectos decrecen el nivel de las relaciones y las llevan a un plano instintivo básico, el cual ya no tiene nada de individual. Muy frecuentemente la relación transcurre por encima de sus intérpretes humanos quienes, más tarde, no saben lo que les ha podido ocurrir." ⁸³

En resumen, el saber popular, desde siempre, ha venido utilizando una expresión muy acertada en relación a lo que Jung denominó como complemento femenino en la psique de un hombre ó masculino en la de una mujer. Me refiero a la expresión: "Su media naranja". Pues, en realidad, aún desarrollando al máximo nuestro Yo consciente, somos únicamente media naranja que necesita completarse con su otra media inconsciente para alcanzar la esfera de la totalidad ó la meta de la individuación: el Sí mismo.

⁸³ "The Syzygy: ánima and ánimus". CW. 9, II. Par., 31.