

## **INTRODUCCIÓN**

*Soy consciente, ó al menos así lo creo, de la dificultad que encierra abordar en la actualidad el tema del análisis de los sueños dentro del marco académico. Sobre todo, si tenemos en cuenta que, en mi opinión y desgraciadamente, esta materia ha sido marginada, cuando no olvidada, de las líneas maestras de la psicoterapia actual.*

*Sin embargo, deseo recordar y el motivo de esta tesis así lo sugiere, que los contenidos oníricos producidos por los individuos, los sueños, no son elementos artificiales sino que, por el contrario, son productos naturales de nuestra psique. Y, por lo tanto, como cualquier otro elemento fruto del ser humano, son productos que merecen nuestro respeto y el poder ser amplia y profundamente estudiados.*

*Como observadores de la naturaleza humana no nos es posible dar la espalda a este fenómeno. Podemos no estar de acuerdo con los métodos ó con las diferentes técnicas de análisis pero no podemos ignorar que nuestra mente, todas las noches, produce un material que escapa de nuestra comprensión inmediata.*

*Desde hace más de quince años he venido recogiendo y observando mis sueños, así como los de pacientes y amigos. Y ello me permite humildemente afirmar que es nuestra estrechez mental la que nos impide reconocer que en los sueños, como Jung ya advirtió, se encuentran unas de las claves que nos pueden ayudar a la mejor comprensión del ser humano.*

*Permítanme contar una pequeña historia que cita la Dr<sup>a</sup> Marie-Louise Von Franz.*

*"Cuenta la leyenda que, una vez que los dioses terminaron de crear al hombre, se reunieron para decidir donde pondrían las respuestas que posteriormente los hombres necesitarían para la vida.*

*Un Dios dijo: "Pongamos las respuestas en lo alto de una montaña. Ellos nunca las buscarán allí."*

*"No -dijeron los otros- , ellos la encontrarán en seguida."*

*Otro Dios dijo: "Pongámoslas en el centro de la tierra. Ellos nunca las buscarán allí."*

*"No -dijeron los otros-, ellos la encontrarán en seguida."*

*Entonces otro habló: "Pongámoslas en el fondo del mar. Ellos nunca las buscarán allí."*

*"No -dijeron los otros-, ellos la encontrarán en seguida."*

*Hubo un silencio y, después de un cierto tiempo, otro Dios habló: "Podríamos poner las respuestas dentro de ellos mismo. Ellos nunca la buscarán allí."*

*Y así lo hicieron."*

*Esta sencilla pero profunda historia, como vemos, nos ayuda a reflexionar sobre la dirección en donde puede ser conveniente dirigir nuestras investigaciones. Naturalmente que la Medicina primero y la Psicología después han dado pasos de gigante en este sentido pero ¿qué son pasos de gigante en el mundo macrocósmico ó microcósmico? ¿hasta donde llegan los límites de la naturaleza humana?*

*El hombre es el gran desconocido para el propio hombre y la Psicología tiene la desventaja, en comparación con otras disciplinas científicas, de ser la psique quien estudie a la propia psique. Es decir, si somos conscientes de nuestras limitaciones pero estamos abiertos a lo que la naturaleza nos proporciona de nosotros mismos, podemos estar en mejor disposición para recibir nuevas enseñanzas de la naturaleza que habita en nosotros.*

*Creemos que el misonéismo es un hecho que quedó muy atrás, en el oscurantismo de la Edad Media y, sin embargo, debemos de preguntarnos hasta que punto no nos produce auténtico pavor cuando atisbamos que, en el fondo, son pocas cosas lo que sabemos de nuestra mente y que, en realidad, no hemos hecho más que empezar.*

*Inevitablemente debo de afirmar que no es científico ni razonable pensar que ya sabemos tanto de los sueños como para deducir que no nos son de utilidad. Desde luego, nunca se sabe suficiente de una cosa pero, además, concretamente y en relación a los sueños, esta verdad se acrecienta de forma particular.*

*Hace tiempo tuve la idea de realizar una tesis cuyo título empezase de la siguiente forma: "La importancia del análisis de sueños...". Pero, entonces, se me insinuó que no*

*hacía falta hablar de "la importancia" porque era un hecho evidente que los sueños eran importantes de por sí en la psicología clínica. Bien, me sentiría muy satisfecho si esto fuese así pero, indudablemente, el hecho es que esta opinión dista mucho de la realidad; ó, al menos, no puedo concebir como, a algo a lo que se le da importancia, no tenga la representación adecuada en el ámbito universitario. Es evidente, por tanto, mi atrevimiento. Pero también es evidente que plantear una tesis con estas premisas se hacía necesario, cuando no urgente.*

*La oportunidad que la Facultad de Psicología de Valencia me brinda, a través de mi estimado director de tesis el Dr. José Soler Pérez, al permitirme la lectura de este trabajo, merece mi más profundo agradecimiento no sólo por el evidente beneficio personal sino, sobretodo, por el reconocimiento que con ello se hace a nuestros incomprendidos sueños.*

*La tesis que aquí expongo aborda un tema aún más particular que el meramente estudio de los sueños. Se trata, como ya sabemos, del análisis de sueños bajo el punto de vista de la Psicología Analítica. Psicología que propuso el psiquiatra suizo Carl Gustav Jung.*

*Si me parece infantil, cuando no inquisitorial, relegar la posibilidad del estudio de los sueños, considero completamente adecuado y sano, por así decirlo, para la salud psíquica colectiva, el hecho de que la propuesta de Jung se pueda considerar discutible ó superada. El corpus junguiano es una propuesta valiente y, a mi modo de ver, genialmente acertada pero ésto no significa que sea una verdad universal e inmutable. El propio Jung rechazaba estos "-ismos" inamovibles.*

*Evidentemente, la Psicología Analítica es la materia que mejor conozco y, aunque considere que aún me queda mucho por saber, a través de ella y de aquellos que tanto me han enseñado, he podido descubrir "la importancia" que los sueños tienen en nuestra vida. Transmitir mi humilde experiencia a la comunidad científica a través de esta tesis no sólo me produce una profunda satisfacción sino que, sobretodo, empezaba a considerarlo como una verdadera obligación moral.*

*Tal vez en algunos momentos sorprenda la forma en que está redactado este trabajo, pues puede parecer que se trate más de una labor didáctica que una labor de investigación. Sin embargo, ésto era algo que consideraba necesario. Cuando el Dr. José Soler me animó a escribirla, cuestión que yo ya había dado por descartada, me surgió una primera duda. Evidentemente debía de hablar sobre los sueños y la Psicología Analítica pero ¿a quién debía de ir dirigida esta tesis, a la comunidad junguiana ó a la comunidad psicoterapéutica en general? En poco tiempo me decidí por lo segundo. Si escribía de una forma muy "avanzada", dentro de mis limitaciones, y si daba por sabido muchos aspectos, tal vez aportase algún dato valioso en esta materia pero sólo podrían participar de él los sectores más especializados. En cambio, si el tema era más abierto y prácticamente se partía desde el principio, tal vez esta tesis lograra el pequeño objetivo que, como antes decía, empezaba a ser considerado como una obligación moral, aportar un granito de arena para situar al análisis de sueños y a la psicología junguiana en el espacio académico que le corresponde.*

*El tribunal en el que defiende esta tesis y el lector en general juzgará si este propósito ha sido cumplido. Para los expertos conocedores de la Psicología Analítica tal vez este trabajo no tenga mucho valor y para los detractores del análisis tal vez sea más un elemento de crítica que de acercamiento pero, aún así, me sentiría satisfecho con que a todos nos ayude a reflexionar y ver en nuestros sueños algo más que un material absurdo e inútil. Espero haberlo conseguido.*

*En el primer capítulo abordo de una forma más ó menos amplia la vida de Jung. Sin embargo, el sentido no es puramente biográfico sino que, para la comprensión de la Psicología Analítica y el análisis de los sueños, es imprescindible ver cómo estos hechos fueron evolucionando a la largo de su vida y de su obra. Este capítulo intenta demostrar una vez más cómo, de la experiencia personal y de la observación y estudio de sus propias vivencias y sueños, Jung llegó a concebir su psicología y cómo, de alguna forma, esta tarea se planteó como un destino en su vida. Por otro lado y de forma particular, este capítulo intenta hacer ver la importancia tan relativa que Sigmund Freud, considerado*

como el padre del análisis de sueños, tuvo en la obra de Jung. En el Apéndice 1 figura un esquema biográfico con los principales acontecimientos a nivel personal y profesional.

*El segundo capítulo pretende un fin extremadamente arduo cuando no, tal vez, inadecuado. Se trata de exponer de una forma sencilla pero correcta algunos de los conceptos más importantes de la Psicología Analítica, conceptos que aportan la base para la posterior comprensión de los sueños. Era una tarea necesaria pero extremadamente peligrosa. Ni el propio Jung se atrevió nunca a hacerlo. Sólo lo que se considera como sus obras completas, y que no lo son, ocupan veinte gruesos volúmenes. Así que, pretender resumirlo en un simple capítulo, parece una obra de Titanes cuando no de imprudentes. En cualquier caso en él dejo mi pequeña aportación. En este capítulo repasaremos conceptos tan conocidos como el complejo, la introversión-extroversión, el inconsciente colectivo, el arquetipo ó el Sí mismo.*

*El tercer capítulo es ya un tema más práctico y directamente vinculado al análisis de los sueños, se trata de la exposición del método analítico junguiano en relación al estudio del material onírico. Este capítulo, por tanto, asienta las bases para la observación de los sueños y el comienzo de su análisis. Como pequeña aportación personal, en relación al método, expongo un sencillo modelo de historia clínica que me ha sido de utilidad durante muchos años (Apéndice 2). Y, por otro lado, la estructura de una base de datos bastante completa que he confeccionado para recoger los sueños y su contenido con el fin de facilitar, posteriormente, la búsqueda e investigación de los mismos (Apéndice 3).*

*El capítulo número cuatro es, prácticamente, una continuidad del anterior pero en él se aborda específicamente el tema de las amplificaciones y los paralelos en relación al análisis de los sueños desde el punto de vista junguiano. Al mismo tiempo dos interesantes sueños, uno de la mano de Von Franz y otro de Jung, siguiendo el método anteriormente propuesto, serán explicados en este capítulo.*

*El quinto capítulo aborda un tema fundamental aunque no exento de polémica. Se trata de las funciones que cumplen los sueños en la vida del ser humano. La función*

*compensatoria es, tal vez, desde un punto de vista más moderno, la más conocida pero, indudablemente, temas como los sueños proféticos que se remontan a los primeros albores de la cultura, producen una extraña sensación cuando se abordan bajo el pensamiento científico actual.*

*Con el sexto capítulo entramos de lleno en el tema de la interpretación de los sueños. En este caso comparando el punto de vista causal-reductivo y el finalista-constructivo. Serán aportados diversos ejemplos de sueños para esclarecer ambas formas posibles de interpretación. Es un capítulo a caballo entre la interpretación freudiana y junguiana pero siempre desde el punto de vista junguiano. Se trata, nuevamente, de un capítulo no exento de polémica y en donde mi aportación personal reside en el intento de una diferenciación clara de ambos puntos de vista y la agrupación de los términos causal con reductivo y finalista con constructivo, equiparación que no queda bien aclarada en la obra de Jung.*

*El capítulo séptimo aborda uno de los puntos más importantes del análisis de sueños desde el punto de vista junguiano, la interpretación subjetiva. Interpretación que, junto a la objetiva, va a ser ampliamente tratada y ejemplificada. En este capítulo y a lo largo del mismo van a ser expuestos numerosos ejemplos extraídos de mi experiencia analítica personal. Debido a la amplitud del tema, va a ser tan sólo la psicología masculina la que aquí, en relación a la interpretación subjetiva, va a abordarse. En cambio, dedicaremos uno de los capítulos posteriores exclusivamente a la psicología femenina.*

*El capítulo octavo se centra en el sueño inicial ó lo que podemos denominar como sueños iniciales. Como veremos, el sueño inicial juega un papel muy importante en el diagnóstico y pronóstico clínico. De forma particular se aborda lo que Jung consideró como el sueño inicial de su vida y, como aportación personal, realizo una crítica amplia a las opiniones que el analista junguiano Anthony Stevens realiza sobre este sueño.*

*El capítulo noveno estudia en profundidad y da una visión de conjunto sobre las largas series de sueños en contraste con el sueño individual. De esta forma, esta visión*

*globalizada del proceso de cambio onírico nos aporta una perspectiva fundamental para comprender uno de los principales conceptos de Jung, me refiero al proceso de individuación. Dos casos de mujeres, a las que tuve el honor de analizar, son aquí presentados. El primero, que he denominado como "el caso de Blanca", aporta una visión de conjunto sobre la dinámica de los motivos en los sueños y su distribución a lo largo de los mismos. El segundo, "el caso de Celeste", intenta exponer las vicisitudes del análisis, del analista y las aportaciones que los sueños realizan en el individuo. Amén de los casos aquí presentados, mi aportación particular en este capítulo reside en la representación gráfica, en forma de diagramas de dispersión, de algunos de los diferentes motivos relatados en la primera y larga serie de sueños. Serie que abarca, aproximadamente, trescientos cincuenta sueños.*

*Y, por último, el capítulo décimo expone de una forma somera la realidad actual de la Psicología Analítica y del análisis junguiano en España y en el mundo. Se trata de un capítulo enfocado de forma práctica que permita, al psicoterapeuta ó investigador interesado en este campo, el poder aproximarse a las fuentes más genuinas que hoy en día representan la profunda y extensa obra de Carl Gustav Jung. El Apéndice 4 complementa con direcciones esta posibilidad.*

*Las fuentes sobre las que me he basado para la realización de este trabajo descansan en cuatro apartados.*

*En primer lugar, en las enseñanzas recibidas durante tantos años, dentro del marco de la Asociación de Psicología Analítica, por los que considero que han sido y siguen siendo mis maestros y amigos. Contar con el Dr. Deater Baumann, nieto de Jung, para aprender de forma magistral de él y poder beber directamente de las más puras fuentes junguianas ha sido para mí una gran suerte y una gran satisfacción. Contar con las aportaciones de un buen número de analistas, compañeros y amigos ha sido siempre enriquecedor. Pero, sobretodo, el poder contar año tras año con el esfuerzo personal y continuado de quien fuera mi estimado y más directo profesor el Dr. Jose Zavala, es lo que ha hecho posible que hoy en día sea capaz de saber un poco sobre esta profunda materia.*

*En segundo lugar, en las fuentes biográficas más directas y preferentemente basada en la obra de Jung y Von Franz. Aunque, naturalmente, sin descartar la siempre interesante aportación de otros autores. (Ver Apéndice Bibliográfico). En este sentido, he de advertir que mi desconocimiento del idioma alemán me ha obligado a basarme en las versiones que tanto Jung como Von Franz han realizado de sus obras en inglés. Sin embargo, teniendo en cuenta que han sido los propios autores los que han escrito sus respectivas obras en este idioma, considero que las fuentes, cuando me ha sido posible disponer de ellas en el idioma original, pueden ser consideradas dentro del rigor que este trabajo exige. Las traducciones que en castellano, la editorial Paidós así como otras editoriales, han hecho de la obra de Jung, me parece loable pero, sin embargo, los errores que en ocasiones se han cometido y lo, tal vez, inadecuado del lenguaje, me inclina a recomendar, si es posible, la lectura de la obra de Jung en el original inglés y, sobretodo, para aquellos privilegiados entre los que no me encuentro, en alemán.*

*En tercer lugar, en la experiencia y enseñanza recibida con mis pacientes y analizados. Experiencia ó fuente de conocimientos que nunca deja de sorprender y que siempre anima a intentar saber un poco más y a reconocer humildemente nuestro grado de desconocimiento. Durante esta tesis he intentado exponer lo más sincera y honestamente posible sus más profundas intimidades en forma de sus sueños y opiniones. Por ello, de nuevo gracias a todos por confiar en mi y permitirme que vuestras experiencias sirvan de ayuda a los demás.*

*Y, por último y en cuarto lugar, en mi propio análisis personal. Fuente de conocimientos que considero la más importante y la realmente esencial. El aprender día a día de los propios sueños ó el tender simplemente una mano de amigo a los contenidos oníricos sin pretender juzgarlos ó criticarlos a priori, permite sentir la sensación de que se crece hacia el interior. De que se dispone de un aliado ó compañero, de un hacedor de sueños que nos puede aportar, si nosotros se lo permitimos, una fuente de conocimiento comparable a la que tanto queremos y por la que tanto nos preocupamos en nuestra vida diurna, a nuestra cultura. El análisis personal es duro y difícil pero increíblemente vivificante. En él no se busca la felicidad sino el crecimiento personal. Jung, como vamos*



*a ver a continuación, encontró en sus sueños el sentido de toda su vida, pero no fué ni mucho menos un camino fácil y cómodo. Jung exigía al psicoterapeuta responsabilidad para consigo mismo. Y la responsabilidad pasa por conocerse mejor e intentar llegar a lo máximo que cada uno lleva dentro de sí. Lo cómodo, lo fácil, lo que no exige compromiso personal es malo para el paciente porque no encuentra en su terapeuta y compañero de andadura la honestidad y el sufrimiento por el que él está pasando. Se pueden disponer de muchos conocimientos pero, si el alma esta vacía, nunca se llegará a saber lo que realmente está ocurriendo.*

*Por último, deseo citar una bonita frase que es puesta en boca de un famoso navegante que todos conocemos, Cristobal Colón:*

*"El mar dará a cada hombre una nueva esperanza como el dormir le da sueños."*

*Colón no dudó nunca del mar aunque si dudó de lo que podría encontrar en él. Sería bueno que nosotros lo imitésemos y no dudásemos de nuestros sueños; aunque sí lo hiciésemos sobre lo que en ellos nos podamos encontrar.*

*Espero, por tanto, que el contenido de esta tesis anime a otros a adentrarse en este océano precámbrico que son nuestros sueños ó, al menos, a dejarse bañar por él para salir revitalizados día a día.*