

► **HACER BROTar EL INCONSCIENTE** estuvo en la raíz de las investigaciones de Carl Gustav Jung y también en buena parte del movimiento juvenil contracultural y psicodélico. **1** «Flight to Egypt», 1959-61, pintura al óleo de Mati Klarwein. **2** «Anunciación», 1961, pintura al óleo y témpera de Mati Klarwein que sirvió para ilustrar la portada del disco «Abraxas» de Santana en 1970. **3** Imagen 54 del Libro Rojo de Jung, que simboliza la palabra creadora a través de la serpiente -lo femenino-. **4** El Libro Rojo de Carl G. Jung, abierto y con sus ilustraciones simbólicas.



JUAN ARNAU

Filósofo

»»

Quien nunca ha pensado que podría ser un impostor, probablemente lo sea.
Horacio

Nadie sabe quién es. Pocas cosas son más evidentes que esta afirmación negativa. No sabemos quiénes somos. Tenemos, claro está, una ligera idea, por lo general complaciente. La inteligencia de la vida nos la imprime y nos hacemos la ilusión de saberlo, asumiendo lo que después, la escuela, la familia o las instituciones sanitarias dicen que somos. La cuestión viene siendo debatida desde el oráculo de Delfos, y desde entonces se han ensayado incontables métodos para responder a esa pregunta. Me gustaría hablar aquí de uno de ellos, relativamente reciente, desarrollado por Carl G. Jung como parte de su psicología analítica. Una serie de técnicas destinadas a propiciar que las fantasías inconscientes «asciendan» a la conciencia. Los jungianos aseguran que, para saber quiénes somos, lo primero que hay que hacer es aceptar nuestra sombra, condición *sine qua non* para explorar el país desconocido de lo inconsciente. Y una buena estrategia para ello es desarrollar la llamada «imaginación activa», un diálogo activo con el inconsciente que pretende armonizarnos con él.

La idea de utilizar la imaginación como medio de conocimiento no es nueva en la tradición occidental. Se encuentra ya, en estado embrionario, en un libro de madurez de Aristóteles. En *Acercas del alma*, el gran filósofo insiste en que todo pensamiento es al mismo tiempo la contemplación de una *fantasma* (imagen o representación). El rastro de esa idea puede seguirse en las tradiciones, sufíes y cabalísticas, así como en el Renacimiento florentino y en místicos y visionarios como Jakob Böhme y Emmanuel Swedenborg. En ellos la imaginación se convierte en «órgano» del alma y permite el acceso al llamado mundo *imaginal*. Un mundo intermedio entre el mundo inmaterial de los valores y el material de la experiencia sensible. Coleridge distinguió la imaginación de la fantasía, en unos párrafos de su biografía literaria deliberadamente ambiguos (como en Aristóteles). Berkeley insistirá en la idea, pero será ignorado por la ilustración alemana. Mientras la fantasía expresaría la creatividad del alma artística, para el romántico inglés aficionado

al opio la imaginación «es la condición para la participación cognitiva en un universo sacramental», una idea donde resuena la *imaginatio vera* de los alquimistas.

Como técnica de meditación, la imaginación activa se inicia con un estado de relajación. Se centra entonces la atención en una imagen rescatada de un sueño (la diferencia con el sueño es que en este caso disponemos de un control que, en general, está fuera de nuestro alcance cuando soñamos). Se la interroga como si fuera una persona, preguntando por su origen y significado, en una actitud lo más abierta posible y dejando parcialmente en suspenso el control del yo. Se trata de ofrecer una oportunidad al inconsciente para que se exprese. Pues el inconsciente (este es uno de los dogmas de la propuesta jungiana) tiene vida propia, y simplemente hay que ponerse en disposición de oírlo. Una vez escuchado, podremos verter esos contenidos o bien mediante el arte (música, escultura o dibujo) o mediante una narración discursiva.



Ahora que se conmemora la insurgencia de Mayo del 68, no está de más recordar algunas prácticas de la imaginación que venían desarrollándose desde la primera Gran Guerra respecto al célebre eslogan estudiantil y que podrían haber evitado la banalización y absorción comercial de la contracultura.

nismo y el puritanismo de la sociedad suiza), que colectivamente reprimía esa voz rebelde y fastidiosa que pide atención desde el sótano. El proceso interno de la imaginación activa (la prolongación de un sueño o las interferencias inconscientes en el estado de vigilia), pretenden ensanchar nuestra personalidad, revelar los arquetipos de los que participamos (aunque sin identificarnos con ellos). Hay una responsabilidad respecto a los propios pensamientos y fantasías que todavía no ha sido suficientemente reconocida y que puede ser investigada simbólicamente, entendiendo por símbolo una expresión que reproduce de la mejor manera posible una situación compleja que todavía no ha sido comprendida por la conciencia. El recorrido puede ser cognitivo o artístico, de comprensión o de creación (nada es bueno o bello si no encaja en el esquema colectivo), pero la creación estética precisa de cierta comprensión, y ambas vías se complementan gracias a la «función trascendente», que es como Jung llamaba a estos experimentos mentales. Tomar en serio al inconsciente no significa tomárselo al pie de la letra (de hecho, lo inconsciente es aquello que carece de literalidad), sino ofrecerle la oportunidad de participar en nuestra vida mental. Aproximando los opuestos, armonizándolos, descartando la unilateralidad de la conciencia civilizada frente al instinto disgregador, corrigiendo esa deformación psíquica que tuvimos que asumir para vivir en sociedad. Las comunidades científicas tendrán sus reuelos, el juicio intelectual no siempre es capaz de asumir la complejidad de lo mental y prefiere en general cercenar la mente, dividiéndola en compartimentos más o menos estancos: lenguaje, símbolo, razón..., pero es pueril ir en contra de los presupuestos míticos de la vida de la mente. Que no haya una explicación por parte de la física o la química no significa que no exista ese mundo *imaginal* que no influya en nuestra propia visión de la verdad científica.

tas sustancias psicoactivas radica precisamente en que desmontan el ego). Una vez pasada la prueba, la personalidad saldrá fortalecida, más completa y armónica. Esa es la gran diferencia respecto a la propuesta budista, que tiende al desmontaje del yo (un exceso de meditación puede acabar con la pérdida completa de la espontaneidad, y uno acaba convirtiéndose en una máscara artificial y aburrida, algo que puede verse en algunos practicantes del zen).

Con demasiada frecuencia nuestra propia actitud consciente nos mantiene alejados de nosotros mismos. Las constantes suposiciones negativas (devastadoras para la psique), la complacencia en las fantasías del deseo (las ensoñaciones en las que actuamos como los héroes que no somos, o como los miserables que tampoco somos), nos hacer perder el contacto con esa realidad interna. De ahí a la depresión no hay más que un paso, en el supuesto de que quien menos conoce su inconsciente está más influido por él.

El fracaso intelectual y moral en la evolución interior del hombre fue para Jung uno de los descubrimientos más dolorosos de nuestra época. Como el cuerpo vivo, la psique es un aparato autorregulador. El miedo a adentrarse en uno mismo y la pérdida del instinto, dos de las marcas del hombre civilizado, ha tenido un coste psíquico. Jung reproduce en cierto sentido el problema de Rousseau (ambos se enfrentaron al determi-

El enriquecimiento de la personalidad

Ante la fantasía del mito y el juego proteico de las trasformaciones (un caballo se disuelve en un enjambre de moscas), Jung veía una responsabilidad ética en nuestra actitud hacia lo inconsciente. Su integración en lo consciente suponía un enriquecimiento de la personalidad –y la imaginación activa ofrecía el medio para lograrlo–, pues ella misma es el vector por excelencia del «proceso de individuación». El gran mérito de Jung fue explicar cómo entrar en contacto con ese extraño mundo. La imaginación activa es una psicosis voluntaria, de ahí que sea arriesgada. Una

experiencia que muestra un paisaje inadvertido donde se constata que los muertos no se han ido, donde los contenidos del pasado, olvidados o reprimidos, exigen su integración en el presente. Desde la perspectiva jungiana, es absolutamente esencial que en ese encuentro el yo no quede fuera de combate. Del mismo modo que la conciencia del civilizado ejerce sobre lo inconsciente un efecto restrictivo, también lo inconsciente puede poner en riesgo la «personalidad», constituir una amenaza para el yo, arrinconarlo o ponerlo en peligro, como ocurre en algunas experiencias con el ácido lisérgico (la nobleza de cier-

Para ilustrar esa disposición, Barbara Hannah cuenta la historia de aquel discípulo que preguntaba al rabino por qué en la antigüedad Dios hablaba con frecuencia a los profetas y ahora no lo hacía; a lo que el rabino respondía: «Hoy la gente no sabe inclinarse lo suficientemente *bajo* para oír lo que Dios dice». Como casi todo en la vida, se trata de una cuestión de actitud.

Brujería, mística y cambio climático

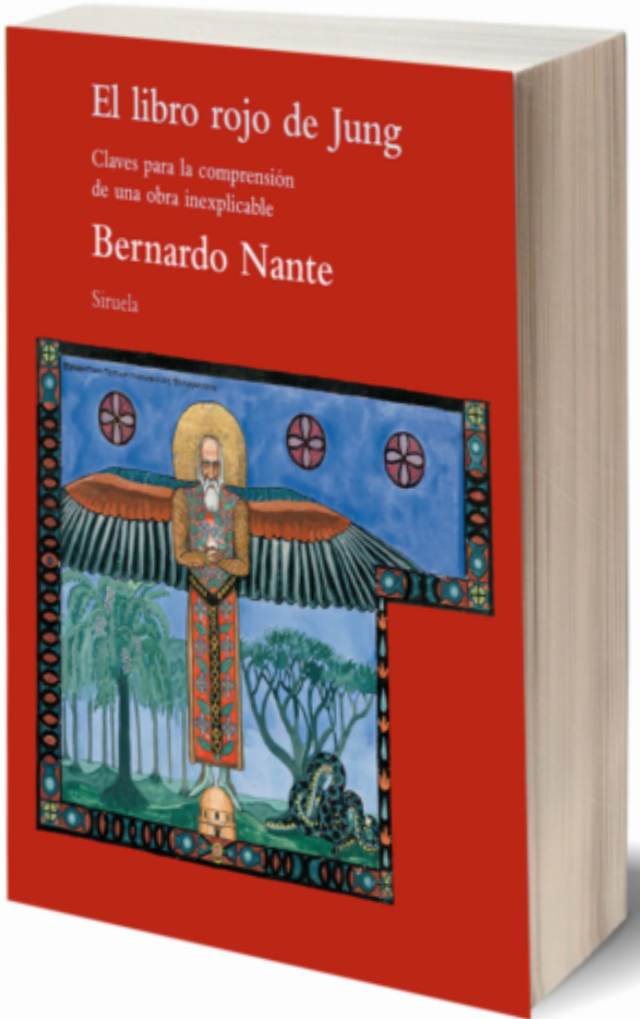
La neurosis colectiva ha sobredimensionado la necesidad de control. Y vivimos, paradójicamente, un renacimiento de los brujos y los chamanes, aunque hoy sus hechizos tienen forma de algoritmos. Entre el *coach* y el ingeniero telemático anda el juego. Pero todo el asunto, incluido el junguiano, se decide en la dimensión de la personalidad, en la cultura mental (individual o colectiva) que escoge qué pasiones fomentar. Tanto la actividad del místico como la del científico teórico se enraízan en la imaginación. Las dos tradiciones de conocimiento constituyen un esfuerzo de adaptación a una fuerza invisible. Las pasiones humanas son las mismas, los

finos distintos. El primero renuncia a las demandas del ego, el segundo ofrece los mecanismos para sublimarlas, utilizando las fuerzas de la naturaleza (incluida la humana) para sus propios fines. Mientras el místico trata de sacrificar la unilateralidad del ego en beneficio de la totalidad, el tecnócrata, como el brujo de antaño, rinde el mundo natural a las pasiones del ego consciente.

Una situación que nos lleva directamente a una cuestión fundamental: la armonía con el entorno (hoy llamada cambio climático), que ilustra la vieja parábola del «hacedor de lluvia». Una historia basada en una convicción ancestral: la armonía con el «Sí mismo» tiene un efecto sobre el paisaje. Dicho en términos modernos: hay personas que transmiten simpatía y paz y personas tóxicas que contaminan el ambiente. La anécdota ocurrió en una remota región de China, donde vivía Richard Wilhelm. Durante meses no cayó una sola gota de agua. Los religiosos de todas las confesiones hicieron sus invocaciones. Se quemaron barras de incienso y se disparó con fusiles para espantar a los demonios de la sequía. Nada sirvió. Cuando las cosechas estaban a punto de echarse a perder, los campesinos decidieron salir en busca del «hacedor de lluvias». Trajeron a un anciano de la región de Schantung, con la cara demacrada y una sonrisa incierta. Pidió una casa pequeña y tranquila y se encerró en ella durante tres días. Al cuarto día cayó una abundante nevada. Wilhelm fue a verle y le preguntó como lo había conseguido. El anciano respondió: «Yo no he hecho la nieve, no soy responsable de ello». Pero, ¿qué ha estado usted haciendo durante estos tres días?», inquirió Wilhelm. «Muy sencillo. Vengo de un país donde las cosas están en orden. Aquí las cosas no están en orden, por eso el país entero está fuera del Tao. Y yo tampoco estaba en el orden natural de las cosas porque me encontraba en un país que no estaba dentro de ese orden. Así que tuve que esperar tres días hasta volver a encontrarme en el Tao, y entonces, naturalmente, el Tao hizo la nieve.»

EL LIBRO ROJO DE JUNG
CLAVES PARA LA
COMPRENSIÓN DE UNA
OBRA INEXPLICABLE
Bernardo Nante
► Siruela
544 PÁGS. 39,95 €

»»»



UNA GENUINA CONTRACULTURA

La premisa de todo el asunto es sencilla. Hay un trasfondo de la existencia que, desde bastidores, rige en buena medida nuestras vidas. Asomarse a esa trastienda requiere cierta destreza en la «imaginación activa», generada a partir deseos y fantasías de inconscientes que, en última instancia, quieren volverse conscientes. Una técnica que recuerda al *viaje imaginal* de los chamanes y que supuso la contribución distintiva de Jung a la psicoterapia. Puede realizarse no sólo a través de la visualización, sino también mediante la escritura automática, la música, la danza o la pintura. Se trata, todo hay que decirlo, de una práctica no exenta de peligros, fundamentalmente para los psicóticos. Pero tiene un beneficio claro, armonizar el yo consciente con el inconsciente (tanto personal como colectivo), permitir que la conciencia entre en contacto con el reino de los arquetipos. Un ámbito *imaginal*, objetivo y preciso, que no debe confundirse con los caprichos de las fantasías. Se trata de avanzar de lo discursivo hacia lo espiritual, de dialogar con la carga sombría del pasado, con la

historia de la humanidad. Un ambicioso proyecto que sus defensores identifican con la búsqueda de la quintaesencia de lo humano, quizá demasiado humano e intolerable. Gran parte del trabajo posterior de Jung, en colaboración con Henry Corbin, se orientó al estudio histórico comparativo de la imaginación activa y el proceso de individuación en diversas épocas y culturas. Corbin descubrió en el mundo imaginal de los sufíes «un orden preciso de realidad, que corresponde a un modo preciso de percepción», y lo identificó con el reino de los ángeles que describen las religiones, que se manifiesta no solo a través de la imaginación, sino también mediante la vocación y el destino de las personas. Según Corbin, desarrollar esta facultad permite superar el divorcio entre pensar y ser. Una idea utilizada recientemente en las Ciencias de la Comunicación, basada en el estrecho vínculo entre los ciudadanos y el «imaginario público», un conjunto dinámico de elementos simbólicos y heterogéneos que impregnan las épocas y las sociedades.