

REFLEXIONES: De la integración al vacío



REFLEXIONES.
González Díaz de la Campa, M.
García Galeán, L.

Fecha de recepción: 30 de mayo 2018.
Fecha de aprobación: 14 de junio 2018.

LA HOJA DE PSICODRAMA N° 67 (20-30)



**Mónica González
Díaz de la Campa**

Psicóloga. Psicodramatista.

Psicoterapeuta individual, de pareja y familia.

Psicoterapeuta de grupo. Miembro del equipo terapéutico y docente del ITGP,

Instituto de Técnicas de Grupo y Psicodrama. Miembro colaborador docente de la Asociación Española de Psicodrama (AEP)

monicaglez@gmail.com



**Laura García
Galeán**

Psicóloga. Psicodramatista.

Psicoterapeuta individual y de grupo. Miembro del equipo terapéutico y docente del ITGP, Instituto de Técnicas de Grupo y Psicodrama. Miembro colaborador docente de la Asociación Española de Psicodrama (AEP). Miembro de la sección de psicoterapia de grupo y humanista de la Federación Española de Asociaciones de Psicoterapeutas (FEAP).

lauragalean@hotmail.com

RESUMEN

En esta comunicación presentamos una reflexión personal sobre el sentido del proceso psicoterapéutico como una vía de maduración y crecimiento, de aceptación, integración y posterior desprendimiento, hasta su encuentro inevitable con el vacío, con esa realidad de la persona como ser inacabado que apuntaba Moreno y cuya aceptación es la vía de iluminación y libertad en la que desemboca la sabiduría de la mayoría de los pueblos, desde los místicos a las filosofías orientales, con esta idea del camino del Tao.

Avanzamos en la ruptura, primero de la conserva cultural que implica el constructo género, como algo socialmente construido tal como se maneja habitualmente –como dice Moreno, la adquisición de distintos roles, entre ellos los de género, son los que constituyen el yo -, pero también, un paso más allá, en sus aspectos arquetípicos, transgredimos la idea de integración, la fantasía de completud que de algún modo está presente tanto en los arquetipos jungianos de animus y anima, como en otras psicoterapias, o más atrás en la fusión alquímica del rey sol y la reina luna.

El mito del andrógino que describe Platón, tal vez nos ayude a comprender por qué nos es tan difícil aceptar ese hueco que nos acompaña y que no podemos llenar. Como seres incompletos, realizamos este viaje de búsqueda una y otra vez, lo anhelamos, lo descubrimos, y apenas lo rozamos con la punta de los dedos vuelve a desaparecer, disuelto en la fantasía de haber alcanzado por fin, tal vez, esta vez, una verdad.

**PALABRAS
CLAVE:**

Psicodrama
Género
Arquetipos
Integración/vacío

INTRODUCCIÓN

Desde que el feminismo emergió en las sociedades occidentales denunciando el sistema de relaciones de poder imperante, articulado a partir del hecho biológico de ser hombre o ser mujer, el concepto de género⁽¹⁾, entendido éste como un sistema de expectativas, asignaciones, etc., socialmente construidas y atribuidas a un individuo a partir de su pertenencia manifiesta a uno u otro sexo, ha cobrado unas dimensiones difíciles de abordar.

A nuestro modo de ver, esta concepción ha sido una propuesta audaz, necesaria en el proceso de transformación social, pero, como contrapartida, ha dejado una impregnación de tinte político al aludir al género, que provoca allá donde es nombrado –sirva de referencia el título de este congreso– una cierta sensación de «susto», de alerta ante el temor de herir sensibilidades, que dificulta un acercamiento

abierto, limpio, vivo. Como psicodramatistas, conocemos bien este proceso de pérdida de libertad, de estancamiento de un acto que nace con un propósito creador, transgresor, hasta que se convierte en cultura en conserva, con la pérdida de espontaneidad que comporta y la instalación en posiciones rígidas de temor, de aferramiento a lo conocido.

Decimos esto como antesala de lo que viene a continuación para aclarar, en primer lugar, que esta comunicación no es un acto político. Nuestro deber como psicodramatistas es favorecer el encuentro con la verdad, no como algo místico o inalcanzable, no como

(1) «El feminismo académico anglosajón impulsó el uso de la categoría gender (género) en los años setenta, pretendiendo así diferenciar la biología de las construcciones sociales y culturales. Además del objetivo científico de comprender mejor la realidad social, estas académicas tenían un objetivo político: distinguir que las características humanas consideradas «femeninas» eran adquiridas por las mujeres mediante un complejo proceso individual y social, en vez de derivarse «naturalmente» de su sexo». (Portal Nieto, 1999).

ABSTRACT

Here we present a personal reflection on the meaning of the psychotherapeutic process as a means towards maturing and growth, acceptance, integration and subsequent release, until it inevitably meets with a vacuum, with that very real part of one's self which denotes an unfinished person and which Moreno pointed towards, and the acceptance of which is the way towards illumination and liberty and where the wisdom of most cultures flows into the concept of the Tao, all the way from the mystics to the oriental philosophies. We go forward towards the breakdown, first in the cultural reserve which implies race concept, as something that has been socially concocted and as it is commonly managed, and Moreno points out, the acquisition of different roles, among them those pertaining to gender, are the ones that make up the self, but also a step beyond in their archetypal aspects, we transgress the concept of integration, the fantasy of wholeness which in some way or other is present in the Jungian archetype of animus and anima, as well as in other psychotherapies, or way before in the alchemical fusion of the sun king and the moon queen. The androgynous myth described by Plato can perhaps help us to understand why it's so difficult for us to accept that gap we have and can't fill. As incomplete beings we are continuously in search of it, we yearn for it, we find it but we just seem to scratch its surface and it disappears again as it dissolves within the fantasy that maybe this time, at last, we've found and can grasp a piece of the truth.

KEY WORDS:

Psychodrama,
 Gender,
 Archetypes,
 Integration,
 Emptiness/Vacuum

un absoluto –y mucho menos como una vía de manipulación a favor o en contra de ninguna bandera–, sino con los contenidos que hay dentro de la persona en diferentes estratos, desde los aspectos más primarios del yo, biológicos, pasando por los contenidos de la conciencia personal –deseos, temores, expectativas derivadas de la propia historia de vida–, y otros aspectos familiares y culturales, hasta los estratos más profundos, vinculados al desarrollo filogenético, a la historia colectiva de la humanidad, in illo tempore, en la que se inscriben los mitos arcaicos, como sustrato emocional, universal e inconsciente de nuestro mundo interno, puesto que «lo mítico conforma el último estrato sobre el que se soporta todo el edificio psicológico de cada uno de nosotros» (Población, López Barberá y González, 2016, p. 47).

Creemos que ese encuentro con la verdad es lo que libera a la persona de sus cadenas, lo que constituye ya un primer encuentro con uno de los más importantes mitos arcaicos, el de las ligaduras o encadenamiento en el que inevitablemente nos enlazamos como seres humanos, y con el que nos encontramos una y otra vez en el curso de una psicoterapia profunda.

Este es nuestro enfoque. Y nuestro deseo en esta comunicación es realizar un recorrido por estos distintos estratos, como un camino de búsqueda.

Nuestro reto es alejarnos de la senda del poder tantas veces como sea necesario y adentrarnos en el territorio del amor (Población, 2005). Insistimos entonces, esta comunicación no es un acto político, es un juego de búsqueda, de exploración, que es la vía regia del psicodrama para acercarse al ser humano.

Además, como vía de inmersión, de acercamiento íntimo a esa multiplicidad de estratos que nos confunde y que son sincrónicos, no secuenciales, no racionales, tomamos del mundo chamánico un símbolo⁽²⁾: la escalera, símbolo universal de progresión, puesto que, como señala Jung, la producción simbólica del inconsciente es el punto de partida para la integración del mundo psíquico.

A través de la escalera

Como hemos señalado, los mitos y símbolos arcaicos influyen y nutren la realidad. Al lector y lectora no les pasará por alto las constantes referencias que se hacen en el texto, de manera explícita e implícita, a este mundo simbólico. De manera natural nuestro proceso reflexivo nos ha llevado al símbolo de la escalera, la escala de 7 peldaños. Nos ha servido para reflejar los distintos momentos e hitos de descenso y ascenso que hay en el camino y que es imprescindible atravesar para poder superar las ataduras de la cultura en conserva, necesario para alcanzar una postura existencial más espontánea, unificadora de las múltiples facetas de nuestra identidad, incluidas las dimensiones masculinas y femeninas que la constituyen.

La escalera, según el Diccionario de símbolos de Cirlot, nos remite a «un símbolo de la iconografía universal» que engloba las ideas de «ascensión, gradación, comunicación entre los diversos niveles de verticalidad».

Cada uno de los peldaños de la escalera (nos basamos en la escalera de Mitra) es de un metal diferente que representa a los distintos planetas y, a medida que asciende, supone un mayor desarrollo, una mayor comprensión espiritual y personal:

Cualquiera que sea el conjunto religioso en el que se encuentre y cualquiera que sea el valor que se le haya dado –rito chamánico o rito de iniciación, éxtasis místico o visión onírica, mito escatológico o leyenda heroica, etc.–, las ascensiones, la subida de montañas o escaleras, el subir volando por la atmósfera, etc., significa siempre trascender la condición humana y penetrar en niveles cósmicos superiores». (Eliade, 2000, p.196)

La escalera simboliza la conexión entre el cielo, la tierra y el infierno, representa una visión integral del ser humano, que es hacia donde, como psicodramatistas, consideramos

(2) En su etimología griega, «símbolo» significa unión, integración. Originalmente el símbolo era un objeto partido en dos mitades del que dos personas guardaban cada uno una mitad hasta que volvían a reunirse. Para Jung el símbolo es el puente que une lo consciente y lo inconsciente.

que tenemos que tender. Un ciclo en espiral que retoma el sentido completo de la persona, integrado más allá de la dualidad, cuerpo/alma, consciente/inconsciente, masculino/femenino.

Además, es en movimiento en acción e interacción con uno mismo y con los otros. Supone una subida difícil –símbolo de ascensión– que genera ganancias y libera de ataduras pero, claro está, también conlleva pérdidas de posiciones adquiridas, de lugares conocidos... y la consecuente aparición de miedos, no sólo externos, sino muchos de ellos fruto de los propios fantasmas internos ante un nuevo escenario del «no hay control». Supone un proceso, no carente de dificultades, para encontrarse con la «verdad del alma».

Este «viaje del héroe» (García Galeán y González, 2015), como acto psicodramático, supone un encuentro con aspectos propios, hasta entonces silenciados o desconocidos, un encuentro con la sombra. Es un proceso de transformación y conciencia de qué somos y quiénes somos. Y, a nuestro parecer, un proceso de «obligado» cumplimiento en el desarrollo de nuestro rol como psicodramatistas, que se hace necesario para poder acompañar al paciente en el suyo.

Los chamanes (Eliade, 1976) practicaban ese mismo ritual en su viaje al cielo y en las ceremonias de iniciación. La ascensión por la «escalera» forma parte del rito de iniciación chamánico. Una ascensión que será semejante a la que realicen posteriormente para curar a los enfermos.

Además, acompañar en este viaje a lo largo del proceso psicodramático requiere una posición nueva, el desarrollo de una mirada «más allá», que permita ver –sentir, percibir– simultáneamente los contenidos en distintos niveles de latencia, la relación entre los elementos presentes o ausentes-presentes en la escena y su desarrollo dinámico, lo que Población y López Barberá han denominado «mirada en escenas» (2016).

Cómo leer el texto

Nos apoyamos en cada uno de los siete peldaños de la escalera para tratar de facilitar

la comprensión. Cada uno de ellos representa una nueva etapa, un acceder a los distintos niveles de conciencia de quién es uno/una y hacia dónde quiere ir. Del mismo modo que el proceso psicodramático, donde cada dramatización representa un pequeño avance en este camino, un pequeño trazo que va dibujando poco a poco el conjunto de la espiral terapéutica, y que permite la evolución y maduración progresiva del protagonista.

Pero además le requerimos al lector/a que haga otro esfuerzo, al proponerle que adopte la mirada en escenas (sistema-escena). Como veremos, cada escalón tiene su propio valor y contenido. Cada escalón conlleva otros subsistemas y a la vez forma parte de un todo, de la escalera. Y la escalera es la que es por la interrelación de unos escalones con otros, y pasa a ser más que la suma de sus partes. Rompemos la clásica mirada lineal y causal. Un proceso de crecimiento, en el que no es obligatorio tener que pasar por todas las fases, lleno de ascensos y descensos, como único camino para encontrarse con la verdad de uno mismo.

- Sexo y género. Lo biológico, lo social

Somos seres sexuados. Nuestro sexo, como realidad presente y biológicamente constituida representa un aspecto esencial de nuestro ser, de nuestra relación con nosotros mismos y con el mundo. Nos hacemos presentes a través del cuerpo, a través de nuestra configuración anatómica, cromosómica, genital, hormonal. Somos hombres, somos mujeres.⁽³⁾

Si acudimos a la definición que ofrece el Diccionario de la Real Academia Española del término «sexo», encontramos como principal acepción: «condición orgánica, masculina o femenina, de los animales y las plantas», y otras referencias, ya culturalmente connotadas, relativas al uso de expresiones como bello sexo o sexo débil, en referencia a las mujeres y sexo feo o sexo fuerte, para nombrar al conjunto de los hombres.

(3)Tenemos presentes también las diversas formas de intersexualidad, como realidad que rompe la perspectiva binaria de los sexos.

Si completamos la búsqueda con el vocablo «género», encontramos en su primera acepción: «conjunto de seres que tienen uno o varios caracteres comunes». Esta definición amplia, de carácter general, transmite ya, como primera impresión, la búsqueda de una categorización o clasificación, es decir, de una vía para sistematizar y aprehender de modo racional una realidad compleja. En la tercera acepción, más concreta y próxima a su homólogo anglosajón, señala: «grupo al que pertenecen los seres humanos de cada sexo, entendido éste desde un punto de vista sociocultural en lugar de exclusivamente biológico».

Accedemos entonces a un primer encuentro inmediato, externo, ante la presencia de un ser sexuado, expresado a través de un cuerpo con una configuración biológica que recibe una serie de atribuciones familiares y sociales en el marco de una cultura de referencia. Una realidad biológica y una realidad social que condiciona nuestra existencia. Y puesto que condiciona nuestra existencia nos arrastra a la tentación, como intuimos en la introducción, de aducir si se trata de un marco perverso, o un marco amable, que privilegia o condena, visibiliza u oculta, es opresor u oprimido. Ser hombre, ser mujer, no es algo que simplemente se es, sino que abre un espacio de fuerzas en lucha, como en toda dualidad, hay un espacio de tensión.

Cuando tratamos de acercarnos a la comprensión de algo tan inherente e importante, algo que nos es propio, que forma parte del submundo emocional, inconsciente, inasible que conforma nuestro mundo psíquico, e intentamos hacerlo accesible a la conciencia, queda paradójicamente atrapado en las limitaciones del aparato racional, polar, binario.

Como alternativa a este primer peldaño racional, secuencial, intelectualizado, sólo es posible entonces plantear una vía fuera del espacio del logos. Romper la polaridad de los géneros y atrevernos a abandonar toda conceptualización sustentada en un aferramiento a la dualidad, comenzando por la dualidad bueno/malo.

Superar esta visión es romper también el espacio de lucha de poder generado desde ahí y abrir, aceptar, un camino incierto hacia la

integración, hacia la conjunción de las fuerzas en conflicto, conjunción de los opuestos, en la línea de Jung.

• **Contacto con la sombra y su integración**

Vivimos en sociedad, en relación con los otros. Desde que nacemos vamos construyendo un abanico de roles que nos permite vivir o por lo menos sobrevivir. Moreno (1965) se refería al rol como unidad de acción, «de experiencia sintética en la que se han fundido elementos privados, sociales y culturales...». Como señalan P. Población y E. López Barberá (2016), el rol es un sistema compuesto por elementos biológicos, instintivos, afectivos, emocionales, actitudinales, conductuales, axiológicos... que constituyen el entramado que marca la idiosincrasia del propio rol en cada sujeto. Además, todo rol cuenta con aspectos individuales y colectivos que tienen que ver con los componentes sociales y psicodramáticos del mismo. Por ejemplo, el rol de mujer se ve conformado por imágenes y múltiples escenas (sociales, culturales, familiares...) de lo que tiene que ser la mujer, lo que se espera de ella, como tiene que relacionarse con el mundo, con el otro, con la otra... y por contra, lo que se espera del hombre. Todo ello va dando entidad al rol, en este caso al rol de género. Elementos que son más parte de la cultura en conserva y que no hacen otra cosa que encorsetarnos, ignorar una parte de nosotros mismos y dificultar, por tanto, una posición vital más flexible y espontánea.

Pero ¿qué pasa con todos estos aspectos (sentimientos, cualidades...) que forman parte de nosotros, que forman parte del ser humano y que constantemente rechazamos, negamos al resto y nos lo negamos a nosotros mismos (porque no están bien vistos, no son adecuados, nos hacen ser malos o débiles...)? Esa parte a la que Jung se refería al hablar de la «sombra»:

La sombra representa cualidades y atributos desconocidos o poco conocidos del ego tanto individuales (incluso conscientes) como colectivos. Cuando queremos ver nuestra propia sombra nos damos cuenta (muchas veces

con vergüenza) de cualidades e impulsos que negamos en nosotros mismos, pero que puedo ver claramente en otras personas (Jung, C. G.).

Como hemos mencionado más arriba, tenemos una tendencia a desterrar, a negar, aquellos aspectos que no coinciden con la imagen idealizada de lo que creemos que «tenemos» que ser. Se va conformando ya desde los primeros años de vida y es lo que entendemos que nos hará merecedores del amor, del reconocimiento por parte de los otros. Un proceso que se ve determinado por la escena primigenia, sea ésta de amor, de agresión o de vacío (Población, 2010), y que supone un primer encuentro que va a marcar la historia futura de un modo significativo. Una escena que contribuye al desarrollo del amor hacia uno mismo y hacia el otro.

Después, en los primeros años de vida, el niño/niña, se ve marcado por distintos mensajes que recibe de su madre, su padre y las personas más cercanas emocionalmente. Mensajes que irán construyendo lo que Población denomina «roles asignados». Papá dice «esta niña es mi princesita». Este u otros muchos roles marcan ya de modo inconsciente un papel y un modo de funcionar. Y a partir de aquí, el niño o la niña, asume un rol (roles de supervivencia) con el que garantiza tener la mirada del otro, la atención, el cariño... en definitiva el amor de las figuras parentales, y que supone una forma de manipular y por tanto la adquisición de una posición de poder.

Es el origen del personaje (Población, 2010), un ropaje que envuelve al yo y puede llegar a asfisiar o prácticamente aniquilarlo. El «yo verdadero» queda enmascarado, creyendo que sólo así obtendrá amor. Una construcción que se ve reforzada socialmente, por todos esos rasgos que parecen hacernos merecedores del amor de los otros: «Las niñas no se pelean, qué bien cuidas a los bebés... los niños no lloran, juegan al fútbol...», todos ellos clásicos mensajes que determinan la adquisición de roles y una forma de relacionarnos con el otro («las niñas buenas no se enfadan»)... a la vez que determinan la identidad de género que interiorizamos.

En un principio el personaje puede ayudarnos a obtener ese bien ansiado (la mirada del otro, su atención), pero poco a poco esclaviza. Oculta, oprime el desarrollo del ser y el modo vincularse con los otros se vuelve rígido. Se reniega de una parte del sí mismo, y como señalaba Jung, «la sombra sólo resulta peligrosa cuando no le prestamos la debida atención».

Y puede llegar un momento en el proceso evolutivo en el que ya no es útil el personaje, el coste por mantenerlo se hace muy elevado, y se produce la crisis. Abundan comentarios como: «yo no soy esa», «tengo la sensación de haber vivido en una mentira», «no me vale todo, no siempre soy buena». En este momento, el personaje se quiebra, se resquebraja y el yo asustado construye angustias, temores, fobias, insomnios, trastornos psicósomáticos, como reflejo de la lucha interna que se está produciendo.

El yo aflora, dejando al descubierto esas partes que se han visto negadas durante años, atribuidas a otros y que han llevado a tener relaciones más transferenciales que téticas, con la dificultad de relacionarse de forma auténtica.

Asumir nuestra sombra, asumir nuestro yo y abandonar el sometimiento del personaje es reconocer, aceptar aspectos que hemos venido negando, relegando al sótano y que forman parte de nosotros, de nosotras... mirarlos es lo único que nos va a permitir transformarlo y reconocer su energía... Se trata de superar la dualidad del ser. Es conectar con todo lo que implica nuestro ser «mujer», nuestro ser «hombre». Claro está, es un camino doloroso, pero cuando conectamos con toda esa parte que nos configura, que forma parte también de nosotras/nosotros, nos completamos, tenemos más capacidad de desarrollarnos creativamente...

• **Arquetipo masculino y femenino.** **Animus y anima**

En el peldaño anterior aludíamos al desprendimiento del personaje y la integración del yo con aquellos aspectos negados que proyectamos desde nuestro inconsciente personal, como un encuentro con la totalidad

de nuestra identidad individual. Un paso más allá nos encontramos con los arquetipos masculino y femenino, animus y anima de la teoría jungiana, que trascienden lo individual, puesto que animus y anima se expresan, como señala Arango (1995) en dos niveles, uno más personal, que remite a la propia historia de vida a partir de las vivencias respecto al otro sexo, comenzando por la madre o el padre, y un segundo nivel, que tiene que ver, no ya con aspectos de la propia experiencia, sino con profundas representaciones arquetipales, imágenes primordiales que conforman el inconsciente colectivo.

Jung denominó anima a los aspectos femeninos inconscientes en la psique del hombre, y animus al elemento masculino en el inconsciente de la mujer. Estas fuerzas dicotómicas, tal como se presentan en el imaginario jungiano, se encuentran en conflicto, separadas de la identidad consciente y, en consecuencia, son fuente de numerosas dificultades tanto en el amor y aceptación a uno mismo, como hacia el sexo opuesto, hombre o mujer, sobre el que son proyectados aquellos aspectos profundos, universales, masculinos o femeninos, no reconocidos como parte de nuestra identidad: «Cuando nos negamos a aceptar una parte de nuestra personalidad, ésta termina tornándose hostil. Casi podríamos afirmar que es como si se alejara y organizara un motín en contra de nosotros» (Bly, 1991).

A Jung le debemos la osadía de desafiar las leyes de la ortodoxia científica y adentrarse en la incertidumbre de los fenómenos «ocultos», inaprehensibles, retomando la sabiduría ancestral presente en la filosofía la mitología, la alquimia, y las religiones de distintos pueblos, lo que nos ha dejado un legado teórico rico y profundo, pero sobre todo nos ofrece, al igual que Moreno, un camino de búsqueda, desde la experiencia como vía de encuentro y creación. Jung aceptó vivir en «sí mismo» un descenso profundo hacia las simas del alma, un viaje hacia los sedimentos más profundos del inconsciente humano que le llevó al encuentro con aquello primordial femenino que habitaba en su interior y que denominó anima. Del

mismo modo, en el curso de una psicoterapia profunda aparecerán cargados de toda su fuerza ancestral, primigenia, aquellas imágenes arquetipales internas, representaciones simbólicas de lo masculino y lo femenino, que debemos leer y ayudar a aprehender en su propio lenguaje.

Aceptarlos implica un profundo encuentro con los abismos de la psique pero además supone la renuncia a una comprensión lineal, causal, puesto que una imagen, en cuanto símbolo, es polisémica, aglutina y porta imágenes divergentes, incluso opuestas. Una imagen masculina, como imagen arquetípica, porta al guerrero, al padre, al demonio, al sabio. En la imagen femenina habitan simultáneamente sus aspectos de amor, destrucción y sabiduría, es virgen, madre, prostituta, diosa, hechicera. Y aún más allá, al colocarnos ante ella, se multiplica, conecta con los contenidos internos y los transforma y es transformada, en una cascada emocional que se despliega de manera sincrónica.

Entre las críticas recibidas a las aportaciones de Jung, se ha señalado que, tal como es definido, el arquetipo animus no está dotado de la misma fuerza expresiva que el anima, en cuanto fuente de una dimensión profunda de la psique, sino que su origen es posterior y constituye más un reflejo de aspectos conscientes masculinos del hombre que un elemento interior, primordial, en la mujer. Podemos deducir, si aceptamos este hecho, que la teoría de Jung está inevitablemente ligada a su condición de hombre y a su propia vivencia, pero también abre una vía para el salto al siguiente escalón, en una contemplación simultánea de los distintos niveles de latencia, puesto que, como refleja la teoría matricial del psicodrama, lo masculino aparece en un segundo nivel de experiencia, traspasado el segundo universo, frente a lo femenino que se constituye en matriz de identidad, tal como la denominó Moreno (1965), «espacio fusional, primigenio, de unicidad y coexistencia en el encuentro con la vida»

• Ruptura de la dualidad

Es difícil desprenderse del principio de oposición. A lo largo de la historia y en las distintas culturas la mayoría de tradiciones religiosas, filosóficas o metafísicas han ofrecido una comprensión binaria del origen y desarrollo del universo, que queda expresada en un sistema de polaridades más o menos rígido e irreductible. Desde las más radicales doctrinas del dualismo teológico, cuyo máximo exponente se encuentra en la tradición zoroástrica, hasta las filosofías orientales que representan estas fuerzas antagónicas a través del yin y el yang, principios complementarios e interdependientes que expresan la dualidad presente en todo lo existente.

También a lo largo de la historia se ha repetido en oriente y occidente la búsqueda de un principio integrador, arché, «fuente», «principio» u «origen», que constituye el primer elemento de todas las cosas.

El proceso de individuación de Jung representa un movimiento en esta búsqueda, un camino hacia la reunión, fusión de los opuestos –conjunctio oppositorum– como vía de integración de los elementos duales del mundo psíquico.

Del mismo modo, la integración de los principios masculino y femenino aparece representada en el mito del andrógino y en distintas hierogamias o matrimonios sagrados, en la unión del rey Sol y la reina Luna en la tradición alquímica, Shiva y Shakti en el hinduismo, y otras muchas.

Es una búsqueda universal y difícil, un impulso de vida, de búsqueda de completud que se expresa en cada uno de nosotros, cargado de temor y de deseo, de aproximaciones y huidas hacia el encuentro con aquel arché, el origen del sí mismo y su integración en el cosmos. Una búsqueda que, como señala Jung (1997, p. 10):

«exige aquello que más se teme, concretamente la totalidad, algo que está continuamente en boca de todos y con la que se puede teorizar hasta el infinito; pero a la que en la realidad de la vida se rehuye con los máximos rodeos».

Si aceptamos esta experiencia de totalidad, comienzan a difuminarse las fronteras que enfrentan y separan los pares de opuestos. Desaparece lo dicotómico, binario, y queda al descubierto el principio de sincronicidad, propio del coinconsciente. Comienza entonces a expresarse esta conexión entre fenómenos que se enlazan de manera acausal, y aparece la experiencia totalizadora, como una constelación, un sistema complejo de relaciones que muestra sus conexiones aquí y allá, conectando elementos de la realidad que se encuentran entre sí de forma intuitiva. Si trasladamos esta visión a lo que sucede en el espacio psicodramático, podemos reconocer numerosas experiencias de este principio de sincronicidad, de coexistencia, que a menudo son vividas como algo incomprensible y mágico, pero también con un profundo sentido de verdad. En el modelo psicodramático esta vivencia enlaza con la categoría moreniana de «momento», como aquella unidad inasible en la que se funden tiempo y espacio, donde confluyen locus, matriz y status nascendi en un continuo «estar siendo».

• El mito del andrógino. El contacto con la falta

«El que siente deseo, desea lo que no tiene a su disposición y no está presente, lo que no posee, lo que él no es y aquello de que carece, desea aquello de que está faltó, y no desea si está provisto de ello».

Platón (El Banquete)

En el principio, como relata Platón por boca del cómico Aristófanes en «El mito del andrógino», la naturaleza humana constituía un todo indivisible. Entonces el individuo era esférico (símbolo de completud, de la perfección, de la armonía universal). Se entendía la perfección humana como «una unidad sin fisuras». Pero debido a la soberbia este primer individuo fue dividido en dos mitades y desde entonces anhela constantemente su unidad primitiva, siendo débil reflejo de la misma la complementariedad de los sexos (Martínez Quinteiro, 2007).

Esto lleva al ser que quedó dividido a lanzarse a una constante búsqueda de su otra mitad, de su otra parte, motivado por el deseo de completud en la construcción y/o fortalecimiento de su identidad.

En esta búsqueda constante hay un anhelo íntimo de restitución de esa «plenitud perdida», de reencuentro con un total. Es reunirse y fundirse con el amado, con la amada, con la falta y convertirse en uno solo TOTAL.

Pero la naturaleza del ser humano es limitada. El otro no puede rellenar mis huecos, ni siquiera yo misma voy a poder rellenarlos para alcanzar esa absoluta completud, esa perfección que nos haga tocar las puertas del cielo y los fuegos del infierno. Un constante intento de alcanzar la divinidad, lo inalcanzable, que responde más a un estado fantasioso con el que querer conseguir llenar el vacío y las carencias (limitaciones) del ser humano.

En todas las personas existe un espacio de vacío, un espacio que no puede completarse, más allá de las propias limitaciones personales, y que nos confrontan con «la falta» (la falta óptica, como lo inacabado, lo imperfecto, lo limitado), más allá de las propias heridas –incluso de las más antiguas–. Una falta o un hueco que es inherente a nuestra condición humana. No somos inmortales, eso pertenece al mundo de los dioses. Y como cuenta Aristófanes: «su arrogancia y soberbia llevó a los dioses a castigarles (a los seres humanos) y les cortaron en dos. Qué más lamentable y trágico, después de todo, que ese episodio en el que cada mitad trata en vano de emparejarse con la otra...». Zeus, en el mito, instaura con el castigo la imperfección y lo inacabado, es decir, el mundo tal como lo conocemos, la humanidad de hoy. Una realidad con la que todo psicoterapeuta se confronta, desde luego primero en su propio viaje personal, que se hace imprescindible para luego poder acompañar al otro en su propio proceso y no caer bajo los influjos diabólicos de la soberbia.

• Desintegración y contemplación

*Si quieres ser todo, acepta ser parte.
Si quieres ser recto, acepta estar torcido. Si
quieres ser pleno, acepta estar vacío. Si quieres*

*renacer, acepta morir.
Si quieres que te sea todo dado,
abandónalo todo.*

(Lao Tse, Tao Te Ching, p. 22)

A medida que la persona toma conciencia de quién es, de su yo verdadero, hay determinados mecanismos y modos de interaccionar basados, en numerosas ocasiones, en estructuras de poder que ya no le sirven. Entonces la persona entra en un estado de caos. Un estado de desorden y confusión en el que se produce la muerte simbólica del modelo existencial (P. Población) desde el que se ha estado manejando y que es necesario para poder llegar a un nuevo equilibrio, más sano.

Esta bajada «al inframundo», supone enfrentarse a la muerte, a la propia sombra personal y colectiva. Es abandonar la certeza y el control, entregarse a lo que no se puede anticipar. Se trata del infierno personal en el que aparecen sus «demonios», conflictos o roles patológicos que nacen de la historia personal, de lo vivido en su átomo social familiar pero también de creencias y mitos más extensos (sociales, culturales, religiosos, políticos...). Supone adentrarse en lo desconocido y por tanto en lo temido de las profundidades psíquicas, de las experiencias de vida, con cierta esperanza de poder volver a la superficie con una mayor integración del yo. Conlleva una renovación hacia un modelo existencial más libre, espontáneo y creativo: «Es una resurrección simbólica, la culminación trascendente de todo viaje» (García Galeán y González, 2015).

En este proceso de búsqueda de libertad, de la verdad del ser, podemos seguir avanzando y valiéndonos del trabajo que realizan los místicos en su desarrollo espiritual, introducir la «mirada contemplativa» como un paso más en el proceso de aceptación de uno o una misma. Una mirada que exige «silencio, la creación de un vacío (...)» y que es aquella en la que «pese a su ceguera, «no es aquel que ignora», sino que es quien reconoce la caída, «la transformación del caer en un acto de conocimiento» (Hernández González, 2013).

Según San Juan de la Cruz, la contemplación supone una atención amorosa en donde la persona «ha depurado su vida, alcanzando, como se dirá la pureza de corazón y la pobreza de espíritu necesaria para abrirse por completo a la escucha». Es el camino o medio para centrar la propia vida, para reconstruir esas pequeñas ruinas que llevamos por dentro, para mantener limpio y sano el propio espacio interior». (Marcos, 2005, p. 254).

En definitiva es una manera de mirarse, libre de tapujos y mentiras, en la que uno se atreve y da un salto rompiendo con lo establecido. Sería transgredir, tal y como Población refiere, al vincularlo con el significado de avanzar, subir un escalón, dar un paso, y que nos conduce al aspecto positivo del proceso transgresor. En este saltar se dejan a un lado los aspectos adquiridos fruto de la cultura en conserva, las prácticas y conductas adquiridas, el discurso intelectual, y lleva a la persona a que se «desnude» y a conectar con su yo verdadero –integrado e incompleto–, pudiendo ir a contracorriente y aceptando el posible rechazo social que conlleve.

Esto supone un entrar en contacto, también con el miedo que implica, con el vacío y la soledad óptica que forma parte de la

persona. Un estado de aceptación, serenidad y desde ahí plenitud. Es un cambio en la manera de enfocar la vida, un cambio de ser.

Este proceso es «un camino sin camino», en el que, como ya hemos mencionado, la primera experiencia es de oscuridad y de pérdida del control, de pérdida de la capacidad de entender lo que pasa y donde uno no sabe ni dónde está ni hacia dónde va. Este camino de purificación, aunque genera una gran aflicción, es un camino de apertura, de aceptación a lo que una/uno es, a su ser limitado e ilimitado, en el que la persona se despoja de todas esas ataduras que le han hecho sentirse sometida y bajo control y se deja ir creativamente.

• El último escalón

Ahora, en el final nos encontramos ante el principio.

Como alquimistas, hemos preparado nuestras propias pócimas de palabras y dudas con el propósito de purificar los elementos y ofrecerlos para su reunión en un nuevo principio, con suerte, en otro lugar de la espiral.

Al volver a este espacio primero, de vacío fértil, comienzan a aparecer imágenes, olor a

Epílogo

Como decíamos, dado que el último escalón es también el primero, retomamos la vía del juego y entregamos aquí una pequeña reflexión final sobre aquello de ser hombre, o ser mujer, en un encuentro.

Al parecer existe cierta controversia sobre la etimología de la palabra «química». Algunos autores señalan que su origen es egipcio, basado en la antigua *kēme*, que signifi «tierra», o «negro», en alusión a la fértil tierra negra del valle del Nilo. Otros, sin embargo, sostienen que proviene del griego *χημεία* (*khemeia*) que significa «mezcla o extracción de jugos, o líquidos» y otros más que procede de la voz árabe *kimiyá*, «piedra filosofal», origen también de la palabra «alquimia» que, como hemos visto, aparece ligada a la transmutación de la materia. Si aceptamos renunciar un instante más al status científico y confiamos en la sabiduría popular, podemos dejarnos invadir ahora de un modo nuevo por la cascada de siglos, fluidos, búsquedas y transformaciones que se reúnen dentro de nosotros al exclamar «¡aquí hay química!» y sabernos testigos de algo más que un deseo inmediato, el hallazgo de un primer paso para la transmutación, para la transformación de un elemento en algo nuevo.

¿Y quién no se ha transmutado alguna vez?

polvo y tierra seca, percusión de tambores. Hay un silencio infinito, y un rugido que tiembla bajo los pies.

Allá aparece la «Pacha Mama» (la madre tierra), que en aimara y quechua significa tierra, mundo, universo, tiempo.

Aparecen Istar y Astarté, descendiendo a la tierra en busca del amante, del hijo muerto.

Aparecen los siete umbrales que la diosa debe recorrer, los siete velos que ha de atravesar

abandonando siete prendas para revelar su verdad desnuda.

Aparecen los siete valles de Attar, el viaje de todos los pájaros del mundo hasta el último de ellos, el valle de aniquilación, en el que muere todo vestigio del ego.

Queda morir y renacer, el ciclo vegetativo, la regeneración incansable de la vida.

Y eso es todo.

BIBLIOGRAFIA

- Anwandter, R. (1998). *Los Sueños. El Espejo del Alma*. Sevilla: Ed. Platero.
- Arango, L.G, León, M. y Viveros, M. (1995). *Género e identidad. Ensayos sobre lo femenino y lo masculino*. Bogotá: Uniandes.
- Boa, F. (1992). *El Camino de los sueños. Conversaciones con Marie-Louise von Franz*. Santiago de Chile: Ed. Cuatro Vientos.
- Castellanos, G. (1995). *¿Existe la mujer? Género, lenguaje y cultura*. Bogotá: Mundo Editores.
- Cirlot J. E., (2016). *Diccionario de símbolos (8.ª Ed.)* Madrid: Siruela.
- Dethlefsen, T., Dahlke, R. (1990). *La enfermedad como camino*. Barcelona: Plaza y Janes.
- Eliade, M. (1976). *El chamanismo y las técnicas arcaicas del éxtasis*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Eliade, M. (2000). *Tratado de historia de las religiones: morfología y dialéctica de lo sagrado (3.ª ed.)*. México: Ediciones Cristiandad.
- García Galeán, L. y González Díaz de la Campa, M. (febrero 2015). «Canto III. Del viaje del héroe». *Vínculos (3)*, pp. 63-74.
- Hernández González, C. (2013). *Las lágrimas del ciervo. Lo sagrado en la poesía de Miguel Fernández*. Madrid: UNED.
- Jung, C. G. (1964-1995). *El Hombre y sus símbolos*. Barcelona: Ed. Paidós.
- Jung, C. G. (1989). *Psicología y Alquimia*. Barcelona: Plaza y Janés.
- Jung, C. G.; Campbell, J.; Wilber, K.; Von Franz, M-L.; Bly, R. et al. (1991). *Encuentro con la sombra. El poder del lado oculto de la naturaleza humana*. Barcelona: Kairós.
- Marcos, J.A. (2005). «La «atención amorosa» en clave de presencia: Juan de la Cruz». *Revista de Espiritualidad*, n.º 64, pp. 255, 253-278.
- Martínez Quinteiro, E.; Figueruelo, A.; López de la Vieja, T.; Barrios, O.; Velayos, C.; Calvo, MD. (eds.) (2007). *La Igualdad como compromiso: estudios de género en homenaje a la profesora Ana Díaz Medina*. Salamanca: Universidad de Salamanca.
- Mitchell, S. (1999). *Tao te ching (Lao Tzu)*. Trad. Viñes Roig, J. Madrid: Gaia Ediciones.
- Moreno, J. L. (1965). *Psicodrama*. Madrid: Ed. Hormé-Paidós.
- Platón (2011). «El Banquete». *Clásicos de Grecia y Roma*. Madrid: Alianza Editorial. Población, P. (2012). «El hombre y el árbol. Símbolos y mitos del protagonista de un grupo». *Conferencia 40 aniversario de la fundación de la Sociedad Española de Psicoterapia y Técnicas de Grupo, SEPTG*.
- Población, P. (2005). *Las relaciones de poder*. Madrid: Fundamentos.
- Población, P. (2010). *Manual de psicodrama diádico*. Bilbao: Desclée de Browber. Población, P., López Barberá, E. y González, M. (2016). *El mundo de la escena. Psicodrama en el espacio y el tiempo*. Bilbao: Desclée De Brouwer.
- Portal Nieto, A.M. (1999). *ELE: género gramatical y sexismo lingüístico*. X Congreso Internacional de ASELE. Actas, pp. 551558.
- Sharp, D. (1994). *Lexicon Jungiano*. Santiago de Chile: Ed. Cuatro Vientos.