

Destellos de individuación: un acercamiento al senex.

Fermina Pulido Corrales.

Psicóloga sanitaria, analista junguiana y docente en “Caja de Arena”.

“Exploradora y experimentadora de la Psique”.

Sevilla, 2021.

Vivimos en una realidad social donde la vejez física incide sobre lo psicológico en un sentido más involutivo que evolutivo porque ocupa un lugar relegado, bien por inconsciencia, por incomodidad, por una falta de sentido que resulta en un desconocimiento propio de este proceso.

La ignorancia sobre el paso del tiempo y su devenir parece que se convierte en una lucha de olvidos y recuerdos sobre lo que acontece en nuestra mente y nuestro cuerpo, no digamos ya de los antepasados... y esto mismo hace que perdamos una parte de nuestra evolución, que es natural y que nos impide llegar y recoger lo integrado de una forma más consciente y saludable.

En este acontecimiento de la vida, que es parte de una experiencia que nos toca vivir en el camino de individuación que todos recorreremos, si logramos trabajar con el alma, desarrollaremos una consciencia intuitiva, que cuanto más profunda sea la propia contemplación de la vida que hemos tenido y seguimos teniendo hasta la muerte, traerá más conocimiento y comprensión del propio espíritu humano y esto debería hacer más rico nuestro sentido de la experiencia.

Si, por el contrario, este caminar es inconsciente podremos sentir el dolor o la pérdida de lo que fuimos o no pudimos llegar a ser, proyectándonos sobre la vida de los demás, en hijos, nietos, recuerdos, idealizaciones, incluso veremos cómo se nos escapa el espíritu de la época... porque nos alejamos del tiempo presente, donde nos ha tocado existir.

El camino de individuación es el recorrido en la vida a través del cual tenemos la oportunidad de hacernos conscientes, tanto de nosotros mismos, como del mundo. Este contexto recoge todos los procesos que van a desarrollarse, desde una indiferenciación hasta una realización del ser.

Es un camino arquetípico lleno de muertes y renacimientos, a través de repetidas operaciones de “solve y coagula”, de cambios y transformación a lo largo de la vida.

Está lleno de vivencias donde se experimenta el apego por las cosas, que tiene un final certero y que es, en cierto modo, lo que limita nuestro desarrollo como personas. También el trabajo de desapego continuado sirve para llevarnos a una exploración de lo infinito, siempre con un propósito, que es hallar nuestra propia realidad de ser.

En este camino se trata de acercarse, vincularse e intentar ver a través del Sí-mismo, con el lenguaje que tenemos a nuestra disposición, porque ver a través del Sí-mismo es aprender de lo desconocido, que es prácticamente todo, mientras vivimos, crecemos y hacemos alma. James Hillman decía que el alma dada pide ser trabajada, es decir, pide ser forjada, vivida y concienciada.

El camino de individuación consciente nos lleva a hacernos la pregunta misteriosa de ¿qué soy?, ¿dónde está el sentido de la vida que subyace en el fondo de la oscuridad de un inconsciente personal y colectivo, y qué anima al Sí-mismo?, mientras descubrimos la propia vida y experimentamos la propia existencia.

Aquí el alma es la que requiere material psíquico de su propio mundo imaginal, convertir los eventos del día y de la noche en experiencias, a través de las cuales, durante este proceso de individuación, puede generar un conocimiento vivo desde el logos,

y todo ello va a facilitar el acercamiento y la comprensión al Sí-mismo.

C.G. Jung concibe la senda de la individuación como la unión de los opuestos. Este proceso también coincide con el desarrollo de la consciencia en el hombre y sus respectivos cambios físicos y psíquicos. El objetivo es que el propio individuo tienda a una unidad autónoma, a un reforzamiento continuo del vínculo con el Sí-mismo, lo cual sería vivir la totalidad que está en cada uno de nosotros o al menos una vida más completa.

Dice C.G. Jung en su Libro Rojo que “la tarea de la individuación yace en el establecimiento de un diálogo con las figuras de la fantasía o contenidos de lo inconsciente colectivo y en su integración en la consciencia, para recuperar, así, el valor de la imaginación mitopoiética y de esta forma poder reconciliar el espíritu de la época con el espíritu de la profundidad”.

Nos dice C.G. Jung en su Libro Rojo que el espíritu de este tiempo manifiesta una fuerza centrífuga que huye de su propio origen en una carrera demencial. Repara en la utilidad y el valor, cambiando con las generaciones.

El espíritu de la profundidad, sin embargo, convoca el regreso a la profundidad desde una fuerza centrípeta. Nos recuerda que la condición humana sólo encuentra su sustento auténtico en la realidad de lo sagrado.

Las experiencias de este espíritu son propias del desarrollo del alma humana.

Así que desde esta profundidad podría decirse también que “hacemos camino” cuando recorremos el trayecto con Verdad en nosotros mismos, esto es un camino con corazón.

Los egipcios, en la antigüedad, tenían una diosa llamada Ma'at, la cual representaba la armonía universal, en ella se expresaba la justicia y la verdad. Una de sus imágenes se colocaba en la pesada del alma, que sucedía cuando se traspasaban las puertas de la muerte. Era llamado el juicio de Osiris. Los egipcios decían que el propósito en vida era “caminar con Ma'at”, es decir, caminar en la “verdad”, la verdad del corazón, para cuando llegara este momento, el corazón no pesara más que una pluma, que fuera liviano, sin apegos a lo perecedero... y ese es uno de los trabajos de la individuación que descubrimos mientras lo recorremos. Dentro de este camino, los sueños, las imágenes y nuestras experiencias de vida con lo numinoso, son un regalo preñado de sabiduría que nos muestra que el arquetipo está vivo, es dinámico y se vive a sí mismo en cada instante de la vida que nos permitimos conocer desde el espíritu de la profundidad.

Así que como el alma se reconoce en sus imágenes y a su vez, la creación de imágenes es la actividad primaria y natural del alma, nos acercamos a explorar estas experiencias imaginales de lo desconocido con el único propósito de que nos ayuden a hallar alguna chispa de consciencia en el camino, que nos acerque más a la comprensión de nuestra completitud como seres, si ello es posible y sea, lo que quiera que sea, este misterio.

Voy a comenzar a relatar un sueño que me puso en el camino de este trabajo y el acercamiento al senex:

Estoy en mi casa, es de noche y la parte trasera está comunicada con un bosque, hay un círculo limpio, de tierra, y a partir de allí, a su alrededor, se abre la oscuridad y apenas se ven los árboles de forma individual, sólo la negrura que forma el follaje.

Hay mucha gente que está fuera de la casa, en el círculo, y otras que están dentro de la casa, concretamente en la cocina,

donde se está elaborando la comida que se va a consumir. Hay una mesa de madera grande donde están los condimentos y hay mucha harina desparramada y la superficie se ve blanqueada.

En los fogones se está friendo pescado. La estancia está muy bien alumbrada. La luz deja ver todos los rostros y todo el trabajo que allí se hace.

Hay amigos de mi pasado y les digo que ellos no están invitados. Uno protesta y me dice: “ahora no me voy a mi casa a hacer de comer, quiero quedarme a esta cena”... así que se queda allí, en la cocina con todos los demás, mezclados entre ellos y relacionándose. Hay personas del pasado y del presente, todos conocidos y trabajando con cierto orden natural y tranquilidad.

Salgo fuera, a la intemperie, las personas que hay no las conozco en su mayoría, aunque a lo lejos reconozco algún rostro de sensación familiar. Están bailando, comiendo y bebiendo... la música salsera antigua suena muy bien y en alto. La luz es natural, la misma noche está alumbrando y sólo el propio espacio nocturno se refleja en aquel espacio circular del bosque.

De pronto reparo en el gran árbol que está en el centro de este círculo de tierra y me quedo delante contemplándolo, ensimismada por lo grande y hermoso que es... a través de sus ramas, que se mueven levemente en las alturas, se ve la luz de unas estrellas que traspasan sus hojas, brillan y tintinean.

Entonces una voz femenina inunda todo mi ser, es muy bella, me dice: “Habla con el hombre de la montaña”, mientras sigo mirando el gran árbol y sus brillos de estrellas... Me despierto en la realidad vigílica.

Es un sueño que lleva un trabajo de autoanálisis detrás, tanto personal como transpersonal, pero no voy a pararme en él de momento.

Este sueño, como vemos, lleva una sugerencia y una seducción para la consciencia. Un sueño siempre conlleva una responsabilidad, que es averiguar, acercarse e integrar un contenido de significación que está latente, pues, la mayoría de las veces, solo podemos sentir su presencia. Para ello también existimos los analistas, para acompañar este proceso y conscienciar su manifestación simbólica.

Así que este sueño conlleva un regalo con el cual el yo, que es el viajero del camino, no le parece que sea un obsequio fácil, sino todo un reto.

Es como si nos dieran un diamante envuelto en papel de periódico. Digo esto porque el yo suele ser perezoso para el cambio. ¡Total, con lo bien que está, lo tranquilo y seguro que se siente cuando ya conoce algo o ha aprendido algo!, ¿para qué va a cambiar?... Con lo seguro que está en ese momento y las cosas tan hermosas que le pasan, ¿para qué va a moverse?, además no tiene nunca tiempo y para qué va a comenzar de nuevo bajo el signo de una incertidumbre donde, a priori, sólo tiene que perder... Sabemos que a veces pierde su imagen, su estatus en su ideación mental, su estabilidad, sus pensamientos concretos y fijos lentamente trabajados,... el pobre yo, siempre joven y siempre viejo, una vez más en la vida tiene que ponerse en marcha.

¡Como si no fuera suficiente vivir en la realidad ordinaria y soñar!, este yo también tiene que atestiguar un conocimiento a través de la experiencia interna y esto siempre resulta como menos tedioso...

Es un verdadero desafío a la solidez del yo este trabajo de consciencia, clarificación e integración con la sombra, desarrollar el conocimiento con su ánima y ánimus, con el alma y el logos para afinar más el eje con el Sí-mismo.

En realidad, es un trabajo de compromiso con lo que uno es en su propia naturaleza, y comenzar dando pasos, yendo detrás de lo desconocido, sabemos que no comienza, ni continúa siendo agradable precisamente.

Teniendo en cuenta la sugerencia del sueño, hay que hablar con “el hombre de la montaña”, así que me pongo en camino con una herramienta junguiana que, como hemos visto en numerosas ocasiones, nos puede posibilitar este tránsito. Ella es la Imaginación Activa.

Hay que saber que en el instante que nos exponemos a una Imaginación Activa, hay una pequeña disolución del yo, vamos en busca de respuestas, así que necesitamos la flexibilidad, porque con ella existe la posibilidad de entrar en el reino imaginal, que es el reino del alma, el reino mercurial, y esta flexibilidad se expresa en la actitud del individuo, si queremos avanzar en nuestro propio autoconocimiento.

Sabemos que la Imaginación Activa actúa para unir dos posiciones opuestas y en esta operación transformará una posición que está distante del Sí-mismo en una más cercana, con lo cual, el yo va a mover su posición inicial.

Esta pequeña disolución del yo sólo funciona si entra consciente de esta actitud en el trabajo de la Imaginación Activa. Es lo que le va a generar lo real dentro de lo imaginal.

Este estado afloja unas posiciones armadas y defensivas del yo que pueden ser rígidas antes del trabajo que va a experimentar. En este

proceso psíquico el yo se acercará a la figura interior que surge y lo hace a través del proceso imaginativo natural, ya que sabe, en su interior, que es una manifestación del Sí-mismo.

Así que, llegados a este punto, me dirijo a buscar y hablar “CON EL HOMBRE DE LA MONTAÑA”.

La montaña en la mitología siempre fue el lugar donde habitan los dioses, las divinidades. Es donde reside lo sagrado y obliga al hombre a mirar hacia arriba, por encima de la línea del horizonte. Y el destino del hombre, si está inmerso en su realización como ser humano, en su evolución, es ir de abajo hacia arriba.

En la antigüedad la montaña simbolizaba el centro de iniciación porque conducía al hombre a la cima de su desarrollo y ampliación de su consciencia. Se asemejaba a un templo.

Lo que se encuentre allí, el contacto que se produzca, es una responsabilidad para la consciencia del yo. Hay un esfuerzo de por medio, un trabajo y una nueva visión desde un lugar que, generalmente, no se acostumbra a mirar, porque puede dar vértigo.

Así que comienzo mi Imaginación Activa, como un abandono sin abandonarse, dicho de otra manera, un abandonarse con consciencia.

Estaba situada en un camino que salía por la parte posterior de la casa hacia arriba, por medio del bosque, en la noche... pronto aquella escena fue quedándose atrás y me vi rodeada de abetos, pinos gigantes, robles... incluso la temperatura comenzó a cambiar, estaba en un bosque del norte y ya no había ni rastro de la casa, ni de sus gentes... estaba sola.

Las estrellas brillaban y seguía un sendero de tierra boscosa, que se volvía más empinado... anduve no sé cuánto tiempo por

aquel camino y cuando mis ojos se habían hecho a la oscuridad vislumbré una pequeña luz tintineante, recogida y centrada, pronto me di cuenta de que estaba ante una cueva donde había una hoguera en su interior.

Me salió un pequeño hilo de voz: “¿puedo pasar?”

“¡Pasa!, te estaba esperando”, dijo una voz grave, pero jovial a un tiempo.

No sabía qué decir... ante mí había un hombre de pie, anciano, pero enérgico. Con una vara en forma de garabato, tocaba y agitaba el fuego. Su vestimenta era una túnica de un azul oscuro con figuras geométricas desarrolladas en blanco... logré vislumbrar un cubo...

*Apenas sabía qué decir, así que le pregunté:
¿Eres tú el hombre de la montaña?*

*Me contestó con voz juguetona y teatrera:
El mismo que viste y calza,
El mismo que anda y se aquieta,
El que baila y descansa,
El que alumbra y oscurece.*

Yo: Me ha dicho una voz que hable contigo, pero la verdad es que ¿no sé de qué?...

Él: Soy la senectud, esperando largo tiempo a darte brillos entre los espacios oscuros.

Yo: ¿Y yo qué puedo hacer, qué quieres de mí?

Él: Que te calientes y alimentes de esta hoguera, eres muy vieja para ser tan niña, mira tus manos, mira tu cuerpo, mira la

profundidad de tu mente y déjala volar... todos bailan a su son y tú vas tardando para bailar al tuyo.

Yo: Pero... ¿quiénes son todos, a qué te refieres?, a mí no me importa lo que haga nadie.

Él (risas)... responde: “A los complejos bailaores”. Toca a tu son. Lo que se hace, debe hacerse, lo que no se hace, queda por hacer. Todo es acto, lo que sí y lo que no.

Yo: Ya he aprendido demasiado a aprender... siento que me falta tiempo, siempre el tiempo, lo necesito para seguir más en mí, para saber más...

Él: Sí, pero no como piensas, ni como tú crees. Tienes que “ver” y dejar que la sabiduría te instruya... ¿de quién crees que es la voz que te ha guiado hasta mí?... No está fuera, siempre lo supiste. Lee, estudia, explora, pero baila a tu son. Abandona los caminos. En la oscuridad también llegas a mí. ¿Cómo has venido si no?

Yo: ¿Pero, y si me equivoco, y si no sé?

Él: Nunca sabes y siempre te equivocas, esa es la señal de que no te estás equivocando.

Se hace el silencio... le digo que me vienen imágenes... son imágenes de otros sueños, vividos muchos años atrás, en la lejanía de los recuerdos soñados, y le cuento: “Te vi cuando era una niña, frente a una hoguera,... ahora lo recuerdo, ahora te veo”. En ese instante apareció la imagen de un sueño con él de forma nítida, tal vez el primer encuentro lejano que vivificaba mi memoria... era una casa en construcción, estaba en obras... Manejaba su vara, manejaba el fuego...

Él: Todos hemos andado, y aquí sigo alimentando y cuidando la hoguera. Tú y yo siempre estamos en el mismo lugar y siempre en sitios diferentes. Siempre ocupamos el mismo espacio, pero distinto tiempo, ahora sólo es un instante. Estamos.

Yo: Pero, ¿qué puedo hacer yo... sino seguir y caminar?

Él: Bailar a tu son. Necesito que seas. Verte en la lumbre. Todo va a cambiar y tú seguirás siendo una. Prepárate, es de noche, pero siempre amanecerá y el camino de bajada será un disfrute, verás la unión, verás los dones.

En ese momento me entra mucho agradecimiento, me siento muy unida a la experiencia que estoy viviendo.

Le respondo: Sí, me siento afortunada, me enviáis muchas cosas. Al mismo tiempo de manifestar este sentimiento, también siento angustia de quién puedo ser a partir de ahora. Algo en mí era consciente del cambio que estaba gestándose y que no podía controlar.

Él: Siempre fuiste la que eres. Pertenece al mundo, a nuestro mundo. Tu madre es la montaña y tú estás aquí y ahora. Ella te alimenta, te da la fuerza, te protege y a ella volverás.

Yo: Pero ¿qué hago? (en un instante entro en bucle frente a la experiencia, me agobia el estar “sin saber”).

Él: Bailar a tu son, bailar a tu son, bailar a tu son (me contesta con voz de burla infantil). Ahora cambia a una voz profunda, calmada y tierna a la vez y continúa diciendo: Caminar por el bosque, escuchar los sonidos del día y de la noche. Calentarte mirando el fuego que está hecho de lo crecido en la tierra.

Yo: Gracias por atenderme... (quería marcharme, sentía el agotamiento).

Él (riéndose, en plan burlón contesta): Tienes mucho que buscar: palabras clave (jajaja), busca en lo dicho y que acabas de olvidar, más en lo que tienes delante de la punta de tu nariz.

Yo: Ya... la senectud, o como se llame...

Él: Eso mismo... y Marie-Louise von Franz.

Yo: Vaaale, acepto, ¿y ahora qué?

Él: Ahora rige y tal vez ya no tengas la cabeza. (Lo dice de forma despreocupada, a la vez que risueño y divertido... como si supiera lo que yo no quiero saber).

Le contesto algo aireada: ¡pues me alivia!.

Él: A mí también. (La serenidad hace presencia).

He querido traer esta primera experiencia interactiva porque a través de ella podemos ver algunos de los distintos aspectos del senex que nos van a proporcionar un acercamiento a diferentes rasgos de este arquetipo, tan inabarcable e insondable por su energía, ya que nos ayuda a integrar un espíritu de la época, donde todos vivimos, y señala, al mismo tiempo, la dirección para adentrarnos a las experiencias de un espíritu de la profundidad, necesario para nuestra evolución de consciencia.

En realidad el uso más elevado que podemos hacer de la Imaginación Activa es ponernos en armonía con nosotros mismos y esto implica un acercamiento e interacción con lo inconsciente.

La Imaginación Activa, dice Marie-Louise von Franz, nos posibilita confrontar, negociar, consensuar, dialogar, mirarnos al espejo en facetas desconocidas, a veces no deseadas, pero importantes de reconocer en nosotros mismos y llegar a un acuerdo con lo revelado desde lo inconsciente.

A su vez nos va a facilitar el ir descubriendo y reconociendo nuestra función trascendente, haciéndola cada vez más presente, de una forma equilibrada.

Esto sucede siempre y cuando haya esta actitud colaborativa desde el yo con lo inconsciente.

Aquí se reconoce una aceptación de la situación real que está sucediendo en el momento de la vida, y también de la realidad de un poder simbólico del mundo imaginal.

Así también, esta técnica puede revelarnos el fundamento arquetípico que subyace bajo los complejos, y con el que no podemos identificarnos, obviamente, de forma personal.

El acercamiento a su conocimiento y su energía de expresión tiene que ser desde una imaginación real y consciente, hecha desde el alma, porque sabemos que la Sabiduría de Dios es locura para el hombre... ya que no puede ser contenida por un pequeño yo.

En realidad, esta herramienta en el camino de individuación es un acto volitivo de la psique que se hace desde y para el Sí-mismo, donde el yo es un testigo que hace "verdad", hace camino con corazón y así participa de la experiencia con su propia presencia y su intento de consciencia. De esta manera vive el sentido de su vida.

Extraer el significado de las experiencias internas y aplicar sus lecciones a la vida corresponde también al trabajo de consciencia del yo y es importante poder dar expresión física a estos procesos.

Se trata, en definitiva, de traducir el poder del mundo interior a una nueva forma de vida en el mundo exterior, en encontrar una relación diferente. Es verdad que gran parte del trabajo en el camino de individuación se lleva a cabo fuera del reino imaginal, sin embargo, sin él las experiencias imaginales serían estériles, se quedarían en fantasías que se diluirían. El mundo de la imaginación exige un trabajo, una huella, una fijación que lo exprese, ya sea de forma externa o interna.

Si me doy cuenta de que tengo un complejo que afecta a mi capacidad de vivir libremente, el primer paso para transformar ese complejo puede ser personificarlo en la imaginación como alguna figura de algún tipo.

Si puedo lograrlo, y luego participar e interaccionar activamente con él, poco a poco irá transformándose en una forma más cercana al Sí-mismo, hasta que ocurra la disolución y pueda transmutarse.

Esta herramienta es curativa y es necesaria si queremos trabajar en un procesamiento consciente de la psique.

Este proceso podemos verlo como un aspecto de Mercurio que nos induce al movimiento adecuado dentro del círculo sin centro, que decía Rafael López-Pedraza, señalando y mostrando el siguiente paso en nuestro vislumbrar de la consciencia de individuación, que como sabemos, no se completa hasta la muerte misma.

Marie-Louise von Franz dice en su libro de “Psicoterapia”: “dar forma a los espíritus es una tarea “sagrada” y tienen que estar formados por su causa (la del propio espíritu o manifestación), no de acuerdo al gusto o al humor del artista. El hombre intenta

dominar las figuras sagradas como objetos, aunque en realidad, son como arquetipos anteriores al yo y, de hecho, son ellos quienes le proporcionan al hombre la imaginación necesaria para captar su esencia. Uno no quiere parecer tan ignorante, como en realidad es, ante la experiencia de lo inconsciente. Tenemos que saber que el yo siempre va detrás del Sí-mismo”.

Podemos imaginarnos a nosotros mismos como el pescador que echa el anzuelo y pesca el alimento para el alma, hasta que nos vamos dando cuenta de que, en realidad, nosotros somos el pez que muerde el anzuelo y el Sí-mismo es el gran pescador que sujeta la caña.

Esto puede asustar, el exponerse a un poder numinoso y trascendente, y sin embargo, esta entrega con consciencia en un camino de individuación es lo que nos libera para danzar, para bailar al propio son que toque la vida. Esta es una experiencia de sentido y existencia.

Jeffrey Raff en “Jung y la Imaginación Alquímica” dice que: “uno de los procesos más significativos en la alquimia interna es la Imaginación Activa, que trabaja con las personificaciones de los poderes arquetípicos, cuya sabiduría y energía son necesarias para desencadenar la manifestación del Sí-mismo”.

En el encuentro con la figura arquetípica del anciano nos encontramos con una respuesta dual, y la forma de lenguaje en su presentación ya nos habla de los dos polos opuestos y también complementarios del arquetipo.

Es anciano, es senex, al mismo tiempo es jovial, se muestra puer.

Esto es porque este arquetipo corresponde a un crecimiento vital y vertical desde el individuo, donde la energía del puer se manifiesta en la potencia, lo creativo, lo que se regenera, lo que va siempre

hacia adelante, lo que resplandece, la vida que nunca acaba, mientras que la energía del senex tiene el conocimiento, la experiencia, lo vivido, las limitaciones, el cambio y la profundidad, la cual nos lleva a la búsqueda del verdadero sentir en la vivencia, a acercarnos al espíritu de la profundidad, que es lo que nos va a traer la sabiduría perenne, la construcción imperecedera y la posibilidad de que el Opus se realice.

Este movimiento de opuestos va a otorgarnos, en el trabajo de su integración, una nueva visión de la comprensión sobre lo más desconocido que hay en el ser humano, como son los impulsos, los instintos, hasta lo más alto, que es el mundo imaginal y espiritual, también ocultado en su esencia, y que van a ser vistos como dos formas de conocimiento experimentado en su propia unidad.

Llegados a este punto, el miedo ha sido superado y el complejo de poder también, ya que el yo ha tomado consciencia de que el trabajo de completitud y unicidad no puede hacerlo solo, o dicho de otra manera, que no está solo en el universo de la psique. No es el que rige, sino que es el que sirve para la Obra. Se ha dado cuenta de que es el Sí-mismo lo que crea los símbolos, para que la experiencia de contacto vinculante sea posible.

El yo lleva la identidad de la personalidad, sin darse cuenta de que hay otros aspectos de la psique que desconoce y con los cuales no puede identificarse de forma personal. Sin embargo en su trabajo de atención, no sólo presta consciencia a un contenido psíquico, sino que también puede desencadenar un cambio dentro de ese contenido. Por ello la riqueza del trabajo de individuación es el proceso también de hacer consciencia de los cambios y procesos que se producen en la psique.

Las energías arquetípicas de puer y senex son un proceso de complementariedad a lo largo de la vida para trabajar. La unión de estos opuestos trasciende la razón y este movimiento de ida y

vuelta es lo que va a constituir, en parte, la función trascendente en el individuo, lo cual a su vez nos abre las puertas de un mundo imaginario distinto al conocido hasta ese momento.

Cuando la función trascendente se activa se transforma el estado del individuo y de lo inconsciente, y este cambio lo propicia el arquetipo del senex.

No solo hay cambios en la consciencia, sino que ocurren cambios energéticos de las figuras que se muestran dentro de la psique del individuo. Esto impide la cristalización de la vejez, que es lo que podemos vivenciar en estos procesos de consciencia o estas edades mentales.

El puer es el que permite el movimiento e impide esta cristalización.

Marie-Louise von Franz hacía varias preguntas con respecto a este trabajo en su libro del “Puer Aeternus”: “¿cómo puede salir uno de la vida de fantasía y de la propia juventud sin perder el valor? ¿Cómo puede uno crecer sin perder esa sensación de totalidad, de creatividad y de estar realmente vivo, que tenía en la juventud? ¿Cómo puede uno crecer sin perderlo?.”

Crear ese puente es lo que nos lleva a la libertad de la conjunción que da el eje “yo-Sí-mismo”, y también hacer de ese Sí-mismo el centro de la vida; éste quizás sea el poder más importante que puede poseer la imaginación del hombre y es una sabiduría de la conjunción senex-puer.

También podemos visualizar la expresión de este arquetipo a través de una imagen primordial del Tarot, llamada El Ermitaño.

En ella podemos ver la atribución de la letra hebrea Yod, la cual está contenida en todas las representaciones de las demás letras del

alfabeto hebreo, resaltando su importancia como fundamento. Tiene forma de una llama porque representa el fuego azul que todo lo anima, el *sensus naturae* de los alquimistas, y esta es la Yod que cubre su cabeza.

Esta letra significa “mano abierta”, indicando que hay medios, habilidad, predisposición, pero sobre todo alude a la beneficiencia y a la libertad del espíritu.

Este espíritu es el que puede encontrarse a través de la energía del senex. Decía un dicho oriental que: “el espíritu no es difícil de encontrar, sino imposible de eludir”. La consciencia del senex también nos trae esta experiencia de aceptación.

Marie-Louise von Franz, en “Aurora Consurgens”, dice: “El núcleo del Sí-mismo es un misterio, pero la reducción de la imagen del Sí-mismo a su esencia más pura significa que la siguiente imagen que se forme llevará esa esencia dentro de sí”.

El Sí-mismo puede ser experimentado en su aspecto sin forma, pero casi inmediatamente crea experiencias imaginales a través de las cuales toma forma. Una de las partes más difíciles del trabajo imaginal es desarrollar la confianza necesaria en las propias experiencias. Es la energía del senex quien nos muestra este camino y nos enseña esta fase en la vida.

Las estrellas que brillan en la oscuridad y que tintineaban a través del ramaje del árbol en el sueño, son las que alumbran un camino y una dirección a los navegantes del océano de la psique, y por asociación del alma; su luz se observa en el fuego en forma de estrella que lleva en su farol este ermitaño, para guiar, enseñándolo y cuidándolo...

Estas estrellas no pueden perderse de vista, pues están en los cielos nocturnos de la realidad vigílica y onírica; son el fuego propio que

alumbra la cueva y que el anciano remueve y agita, el calor y la claridad junto a las sombras, que da innumerables formas de vida.

En definitiva, es el fuego que nunca hay que dejar que se consuma en nuestro interior y que aprehende las realidades de arriba y abajo, del mundo instintivo y del mundo imaginal, generando un zodiaco vivo de continuos cambios donde descubrir el recorrido de nuestra existencia.

La propia alma que es la que acompaña y compensa el deterioro de la vejez y alimenta este fuego con sus imágenes, y que podría considerarse como el poder interno del Sí-mismo para crear y ejercer su propia transmutación y su propia manifestación en la vida.

Este arquetipo expresa, entre otras muchas cualidades, la Inteligencia de Voluntad, pero no la voluntad humana sino la del espíritu de la profundidad, la que no tiene tiempo, la voluntad que rige el acto desde el Sí-mismo.

A través de esta Inteligencia de Voluntad, el hombre acepta y colabora en su propia transmutación y este es el poder del senex.

Desde la tradición que ha llegado a nuestros días se dice que la expresión de este fundamento está encerrado en esta figura arquetípica, y lo expresa así:

*Yo soy la Mano creativa
Que modela los mundos
Y establece las esferas,
Mientras que el Fuego primario
Gira sin trabas en el vientre del espacio.
Esa modelación no se parece a la obra del hombre.
Es mi autoexpresión a través de la Voz de Visión.
Y por medio de ella me manifiesto.*

El Ermitaño es conocido también como “El Mago de la Voz de Luz”. Es la voz del logos. Esta luz es silencio y certeza, es experiencia inmediata.

Esta es la misma voz, ya sea femenina o masculina, que nos trae el alma y el logos, es el hombre de la montaña el que habla, el que se busca y se encuentra a sí mismo en el Sí-mismo.

Representa la encarnación de la función trascendente, para que el poder del puer pueda ascender al fuego de las estrellas, mientras él alumbraba el camino desde arriba de la montaña.

En su representación como conjunción primordial, expresa el impulso eterno hacia la libertad y multiplicidad del ser, y esta expresión corresponde tanto a un inconsciente personal como colectivo. Es sabiduría y es logos. Está dentro y está fuera.

Por ello en su esencia arquetípica representa la ley eterna de una voluntad que se mueve más allá de la voluntad personal en el tránsito de la vida y de la consciencia. Trasciende al individuo y lo integra, con suerte, en el movimiento del espíritu de la profundidad. Su forma de ver al mundo será distinta a partir de entonces.

Es llamado también “el oculto tras lo oculto”, porque representa el fundamento de un trabajo iniciado y continuado por el poder de la vida misma, es decir, el arquetípico camino de Individuación.

La estrella, este fuego que porta el senex, representa una energía que normalmente no está disponible para el mundo ordinario, por el movimiento y por la falta de aquietamiento en el que normalmente nos encontramos, y que correspondería más al movimiento del puer.

La energía del senex invita a un mundo de introspección, de autoconciencia y de realización, de autoconocimiento, de autoanálisis; los mundos externo e interno están más conectados de lo que normalmente nos damos cuenta, y el trabajo en uno alimenta y despierta el trabajo en el otro, a través de la expresión de la compensación, primero de su unión con la energía puer, y después, compensado por la energía horizontal del ánima/ánimus, del alma y el logos.

Vemos que el tiempo de vida no puede ser controlado por el yo.

En el senex hay una cualidad saturnina, y es que no te deja correr, tenemos que adecuarnos con el tiempo que concuerda con nosotros en ese momento.

Aprendemos entonces que el momento es el justo, el preciso, el necesario. La impaciencia y el esfuerzo indebido estropean el proceso y crean frustración para el yo. Esto lo sabían muy bien los alquimistas con su trabajada paciencia.

¿Cuán deseosos estamos de experiencias imaginales?, ¿cuánta disposición tenemos?, ¿cuánta paciencia tenemos?.

El viejo sabio, este hombre de la montaña, aparece en sueños cuando el yo se desconcierta o se atasca, cuando hay alguna actividad o actitud a realizar y uno está ciego ante ella.

La falta de comprensión en una situación o en un transcurso de la vida provoca esta aparición, que trae consigo el conocimiento real de la experiencia para poder continuar conscientemente.

Contactar e interaccionar con el senex es dar una oportunidad al Sí-mismo para que se manifieste y pueda ocurrir una transformación en pos de la evolución de vida. Viene a compensar una situación de alejamiento del Sí-mismo, que está generando

una desestabilidad en la persona, una desconexión con la propia alma.

El senex alumbra el centro de uno mismo, apunta al alejamiento de las convenciones, se aparta de las instituciones, se aleja del tumulto de la vida exterior para volverse a la propia fuente interna de vida, y en esa experiencia poderse volver a reencontrar.

Representa el final de un ciclo que invita a la reflexión, a la interioridad, para prepararse a la nueva vida que emerge, porque la vida también es consciencia que necesita de inspiración interna para poder florecer y dar a luz. La muerte sólo nos trae más vida. Representa un lado oculto e interior de la realidad, es el lugar seguro que nos permite ser desde dentro.

Uno de los símbolos representativos es un reloj de arena, y aquí vemos su conexión con otra parte titánica de Saturno, quien todo lo devora pero también lo integra en sí mismo.

Una vida integrada, vivida, asumida y aceptada en sus muertes, en todo aquello que ha tenido que vivir y morir para que el momento actual sea, trae la calma y la contemplación del viejo sabio.

Es la maduración de un proceso que ya no halla satisfacción en las convenciones y triunfos materiales.

Esta energía incita al desarrollo de la prudencia, a cultivar los detalles y el interior. Es una influencia que da paso a lo permanente y no a los logros o visiones esporádicas.

Este retiro, sólo aparente de la vida diaria, tiene un propósito espiritual, contiene una imaginación e inspiración interna y reconocida, una comprensión de los duelos y sacrificios en la vida para poder prosperar y seguir encontrándose. Se trata de sentir lo sagrado de toda vida.

El hecho de haber envejecido sin desaparecer enteramente evoca ya una suerte de vínculo, de conservación, de unión con lo que está trascendiendo el tiempo.

Que un ser haya resistido al desgaste del tiempo se siente como una prueba de solidez. La lentitud de un ser humano en esta época de la vida forma parte de ese hacer las cosas a fuego lento, en el mundo y en su alma.

Esta energía arquetípica es la maestría del fuego. Alcanza así, en las profundidades místicas, lo que está en la fuente de la existencia y de lo cual participa de manera privilegiada.

Analíticamente, el anciano también sugiere de forma paradójica la edad primera de la humanidad, la fuente del río de la vida. Es el final y comienzo de un ciclo, es la vuelta al origen, el encuentro con aquello que nació y vivió, el reconocimiento de la vida en sí misma.

Simbólicamente lo anciano es lo persistente, lo durable, lo que participa de lo eterno.

Influye en el psiquismo como un elemento estabilizador junto con el puer, es el arquetipo del fuego de vida, representando ambos, el puer y el senex, la continuidad de consciencia.

Así que, en lugar de darle la espalda a lo interno, debemos de aceptar el desafío de profundizar en nuestra propia experiencia del mundo interior sin la escisión del puer, esto es, con asombro e ingenuidad, pues sólo integrando estos opuestos podremos seguir recorriendo la individuación de forma creciente. Mientras hay alma hay imaginación, y si hay imaginación la vida prosigue...

Desde una perspectiva chamánica, en “Las Enseñanzas de D. Juan”, una obra de Carlos Castaneda, dice así:

¡La vejez! Este enemigo es el más cruel de todos, el único al que no se puede vencer por completo; el enemigo al que solamente se podrá ahuyentar por un instante.

Es el tiempo en el que se siente un deseo constante de descansar. Si se rinde por entero a su deseo de acostarse y olvidar, si se arrulla en la fatiga, habrá perdido el último asalto, y su enemigo lo reducirá a una débil criatura vieja. Su deseo de retirarse vencerá toda su claridad, su poder y su conocimiento.

Pero si el hombre se sacude el cansancio y vive su destino hasta el final, puede entonces ser llamado hombre de conocimiento. Esos momentos de claridad, poder y conocimiento son suficientes.

El chamán en sus viajes al inframundo curte su actitud y amplía su consciencia, para poder estar y percibir otros reinos más sutiles, el reino de la Imaginación.

Así también, el analista nunca deja de formarse, explorarse e indagar en la interacción, descubrimiento y asombro del Sí-mismo, nunca deja de descubrir el reino de la imaginación y lo que lo habita.

Esta unión de puer-senex invita a refrescar el alma a través de toda la vida. Es una oportunidad para construir nuevos cimientos, que sean sólidos, basados en un desarrollo de la madurez, de la estabilidad de la mente y del corazón.

Aquí, en esta estancia psíquica, hay una identidad firme y un respeto por las propias limitaciones físicas y psíquicas en el gran recorrido de la vida y del tiempo que nos ha tocado vivir.

Su parte más sombría sería la calcificación, una lucha contra el paso del tiempo, una obstinación a no querer que se produzca cualquier cambio, un no reconocer la responsabilidad propia en las situaciones, no reconocer las responsabilidades con uno mismo, proyectar el conocimiento y la sabiduría en lo que aparece fuera de nosotros, buscando la aprobación constante de otros y la importancia vista a través de los ojos de fuera.

Es la tela de araña que atrapa en los puestos de poder, en las instituciones que son caducas, en los dogmas, la dureza de corazón y de oído, el senex implacable e inflexible, dando piedras en lugar de pan, viéndose como maestro autorizado de algo que es intrasmisible para otro corazón.

Lo suave, lo tierno, la relación del puer, reconvierte estas rigideces del senex.

James Hillman llama al anciano sabio “el arquetipo de sentido”, y también lo relaciona con el “viejo tonto”, ya que puede ser una bendición el liberarse de responsabilidad y rechazar la posición de poder.

Así llegamos a “los complejos bailaores”, que están bailando a su son, según dice el viejo de la montaña, y esto nos trae el orden y un tiempo distinto al visto hasta ahora, y que se está acercando, constelando, que pide una actitud, un hacer, una nueva recolocación en la danza de la vida. Saturno se vislumbra tras los complejos y exige un nuevo comienzo, con una nueva consciencia. El reloj se ha puesto en marcha y avisa...

Cuando el viejo habla de “bailar a tu son”, lo primero que viene a la mente es que “hagas lo que quieras o que lo hagas a tu manera”, pero ¿a qué querer o manera se refiere?, ¿cuál es esta libertad del hacer? ¿y, en realidad, cuál es el son?, ¿qué es y a dónde me lleva?. Encontré que es un sonido o ruido que afecta agradablemente al sentido del oído, de manera especial en el ámbito musical, con lo cual induce, y esto me parece muy importante, al movimiento del cuerpo. Es un estilo de canto y danza cubano.

Era lo que bailaban en libertad, fuera de la casa, en el sueño.

El son es lo que golpea el oído interno por efecto de un movimiento rítmico. El sonido está en el origen del cosmos, en su vibración y el son propio, en realidad, es lo que está en el origen de lo que uno es, en su propio fundamento.

El son es la danza de la vida, ¿cómo quiere uno vivir, moverse, danzar su propia vida?

Es la manifestación de la energía que uno trae en sí mismo. Es la energía de la potencia, de lo que es capaz en la vida.

El son es la audición y la danza en el corazón, ver y moverse desde el ojo del corazón, dejando que la voz del cuerpo surja.

Bailar al son es un reordenamiento y organización rítmica, es la absorción cíclica del mundo y de nuestra propia naturaleza.

Vivir la lluvia, el amor, la victoria, la fertilidad y la extinción dentro de la unidad llena de diversidad.

Es un símbolo de la experiencia porque es el patrón del movimiento vital, de la creatividad, de la herramienta de la intelectualidad mercurial, de la dinámica continuada de la psique.

Bailar al son es encontrar la vía de liberación que llama a experimentar el descenso de la gracia, del poder del Sí-mismo y su bendición autorreguladora.

El ritmo, la melodía y la palabra sintetizan en el cuerpo humano el espacio y la duración en la capacidad de la expresión. Es la liberación de un límite, por esta razón bailar al propio son implica una expresión mística e individual, también de la psique.

Otorga la posibilidad de hallar de nuevo, en el misterio de la vida, su realización libre y su significado, su reencuentro con el sentido de la propia vida.

Es el momento por excelencia donde el ser se realiza en sí mismo como el ser.

Bailar al son es ponerse en contacto con los propios dioses.

También bailar al propio son tiene la finalidad de conservar los propios recuerdos y experiencias, los propios ritos y mitos, así como reavivar la energía y fuerza propia que contiene el Sí-mismo y su reconocimiento a través de esa asociación simbólica.

Es decir, que el son está íntimamente ligado con el origen divino y humano que habita en uno y fuera de uno.

Bailar al propio son es algo que parte de lo más profundo de lo inconsciente e implica que uno se abandona con consciencia a las propias pulsiones divinas, porque en el acto de seguirlo y ejecutarlo manifiesta la presencia interior del dios parido desde el alma humana.

Y en este punto no puedo olvidarme de Dionisos. Rafael López-Pedraza nos dice que la danza dionisiaca tiene una calidad

atemporal, por lo que puede ser bailada en todas las edades y en todo tiempo y lugar.

En el sueño, la danza sugiere que se está conectando con una expresión del cuerpo muy arcaica, muy instintiva, muy emocional. Es la imaginería dionisiaca interior del alma y del cuerpo.

El son reclama la acción de la psique en su totalidad y esto es el reconocimiento de la presencia del Sí-mismo y su camino vincular. El son puede ser bailado por un niño y por un anciano, nos trae al aquí y ahora sin necesidad de aferrarnos, de una forma patética, a la juventud.

Dionisos trae la realidad del senex/puer, como arquetipo que gobierna, fundamentalmente, la consciencia a lo largo de toda nuestra vida. Una visita de Dionisos ante la senectud no tiene precio, pues durante un instante los opuestos dejan de torturarnos. Cuando se trasciende el cruce de esta experiencia, descubrimos el placer estático y extásico.

El son, y su expresión en la vida, en definitiva, es un acto de identificación con el centro y con la creación. Cuenta la evolución del tiempo y se asocia a la propia energía que preside las continuas transformaciones del mundo, y así celebra las fuerzas y la energía de las estrellas que se captan y se descubren.

Desde ese estado del son, se da las gracias por lo que nace y por lo que muere, por lo que une y por lo que desaparece, pues estamos separados para el gozo de la unión de Espíritu-Alma y Cuerpo.

Y aquí, quisiera exponer un pequeño poema que encontré, muy antiguo de los indios pueblo, los Anasazi de América, de una sanadora a la cual llamaban “La que recuerda”:

*No puedes evitar ser quien eres,
No puedes evitar ser lo que eres,
Solo puedes prepararte y danzar en la espiral.*

Y la espiral habló:

*Somos uno, estoy dentro de ti. Soy todo lo que tú eres... y lo
que no eres.
Danza en el uno y te alzarás sobre el mundo engañoso. Yo soy
tu camino a través del fuego de las estrellas.*

Y ya sólo queda por desearles que ustedes bailen a su propio son. Que su propia alma les traiga la experiencia de golpear su oído interno con un son que les hablará a cada cual desde el corazón y al cuerpo. ¡¡Bailen al son!!.

Fermina Pulido Corrales.

Psicóloga sanitaria, analista junguiana y docente en “Caja de Arena”.

“Exploradora y experimentadora de la Psique”.

Sevilla, 2021.