

INDIVIDUACION

0. Concepto y antecedentes

- 0.1. Autorrealización del sí-mismo
- 0.2. Aristóteles y la *ecceitas* medieval
- 0.3. Schopenhauer y el incipiente orientalismo

1. El proceso vital

- 1.1. Edades de la vida
- 1.2. La *coincidentia oppositorum*
- 1.3. El árbol

2. Los contrarios

- 2.1. Consciencia/inconsciente
- 2.2. Individual/colectivo
- 2.3. Sujeto/objeto

3. La cruz de la individuación

- 3.1. Puer/Senex
- 3.2. Anima/Animus
- 3.3. Símbolo y función transcendente

4. Sí-mismo

- 4.1. Individualidad
- 4.2. Totalidad
- 4.3. Empiría

5. Sincronicidad

- 5.1. Psique objetiva
- 5.2. Kairós
- 5.3. Las manías

6. Sufrimiento e iniciación

- 6.1. El sufrimiento como señal
- 6.2. El sacrificio
- 6.3. El peregrinaje del alma

7. Individuación y psicoterapia

- 7.1. Del síntoma al arquetipo
- 7.2. Los grados de la conjunción
- 7.3. Transferencia

Granada, 16 de marzo de 1996

INDIVIDUACIÓN

Si hay en Jung un concepto cardinal, en el variado rosario de términos que nos ofrece su obra, ese es el de proceso de individuación. En él se concreta el *mysterium coniunctionis*, esa continua articulación de contrarios mediante la cual se crea la trama de toda biografía.

Jung parte del individuo y a él se dirige. Sabe que cada individuo es una multiplicidad que difícilmente logra encontrar el punto donde los opuestos se anulan en una síntesis total que constituye el ser en el despliegue de sus entes. Pero sólo el individuo crea, goza, sufre. Naciendo y muriendo a su hora para dejar una estela definitoria entre esos momentos que determinan su existencia. Estela que produce su correspondiente ondulación -en el mundo, en los otros- hasta deshacerse en lo *apeiron* que soporta lo real, al que ofrece una forma, un espacio-tiempo.

No es extraño que Jung se centre en el individuo, como buen clínico que ejerció durante la primera mitad del siglo XX. Precisamente su trabajo psicoterapéutico irá en la dirección de una integración de las diversas oposiciones internas, la multiplicidad a que tal generación dual da lugar, en el Uno con el que debe habérselas el yo para entender su destino, su sentido.

Ese Uno es el sí-mismo, unidad de sentido de la psique (consciente e inconsciente) de cada cual, trascendente a la consciencia. Consciencia discontinua en su dinámica que soporta a un yo que, gracias a ella, transforma las vivencias en experiencias. Inconsciente continuo y potencial, complemento de aquélla en la totalidad que nos determina como sujetos de nuestra existencia. La danza entre consciencia e inconsciente, opuestos y complementarios, constituye al individuo psicológico, cuyo centro hipotético es el sí-mismo.

Por todo ello el proceso de individuación supone la síntesis conceptual de la psicología analítica, como claramente aparece en la última gran obra de Jung, *Mysterium coniunctionis*, publicada una década después de la II Guerra Mundial.

Para Jung, el proceso de individuación es la autorrealización del sí-mismo, es decir, el despliegue de la propia individualidad a lo largo de la vida. Jung considera que el sí-mismo está desde un principio y, como el organismo, lleva en sí el conocimiento de la especie, con el cual el individuo enfrentará las condiciones concretas de su vida.

Este concepto de ser individual surge en la filosofía griega, siendo Aristóteles quien lo desarrolla de modo abstracto, y será la escolástica cristiana la que ofrezca su formulación más acabada. La Ilustración, como hija de las ciencias mecanicistas del Renacimiento, hará de él su centro, mientras Schopenhauer, en contacto con las primeras traducciones filológicas occidenta-

les de los escritos sagrados orientales, señalará su aspecto constrictivo, en un pensamiento típicamente romántico.

De ahí lo tomará Jung para conceptualizar el proceso transpersonal de constitución del individuo psicológico, en el doble juego de diferenciación y de integración que conforma la vida humana.

La individuación es, pues, un proceso natural que se confunde con la biografía. Una biografía que se despliega en el tiempo, siguiendo las edades que la biología determina y la sociedad significa. Niñez, juventud, madurez, senectud son momentos empíricos que, salvo en las trágicas excepciones de las vidas truncadas, suele pasar cada cual en su deambular por este mundo. Todas ellas arquetipos, modos precisos de vivir que constituyen una cierta ley, soportan un sentido.

La niñez, con la dependencia que la caracteriza, es el momento del aprendizaje de la naturaleza del cuerpo propio en sus entornos, ante el espectáculo de sus pasmosas evoluciones que conducen a la pubertad. En ésta, con la maduración sexual que implica la adolescencia, el joven hace su aparición, ya con un casi total control de su cuerpo pero necesitado de espíritu, de la tradición desde la que vive su relación simbólica con la realidad. Es el momento de las iniciaciones que llevan a la madurez y a las responsabilidades sociales que la definen.

Esta primera etapa es ascendente y extravertida, prepa-

ración para hacerse con la vida y sus entresijos naturales y sociales. A las identificaciones del aprendizaje temprano siguen las diferenciaciones, tan propias de la adolescencia, para armonizarlas en una persona social capaz de responsabilidad.

Alcanzado ese mediodía de la vida, en distintas edades según las culturas antropológicas e históricas y que en Occidente suele cifrarse en los 40, comienza el descenso del sol, con el horizonte puesto en la muerte. La madurez, con su autonomía y autodeterminación, continúa su marcha hasta hacerse senectud, cuando las limitaciones ocupan el primer plano, las dependencias se hacen necesarias de nuevo y la consciencia se vuelve progresivamente hacia el interior, en una introversión muchas veces depresiva. El miedo a la vida será el origen general de las neurosis de la primera parte de la existencia, el miedo a la muerte lo será de la segunda.

El conjunto de identificaciones y diferenciaciones van dando lugar a los opuestos psicológicos, cuya integración es lo que se conoce como **proceso de individuación**, la individuación consciente. En ese proceso los diversos opuestos entran en compensación, como conflicto aparente y complementariedad básica, hasta darse su coincidencia, su intervención común en la configuración lo real, esto es, de aquello que nos afecta, haciendo así justicia a la totalidad.

El árbol será la imagen que Jung utilice para señalar este proceso de crecimiento psicológico, al igual que una semilla

se hace ese y no otro árbol, un cigoto ese y no otro animal. El árbol, con sus raíces en la la oscuridad de la tierra, el tronco con sus ramas, hojas y frutos creciendo hacia el cielo, la sombra de su copa dibujando un territorio en el suelo, es un símbolo general que cubre un gran campo semántico, debido a su pertenencia a los tres reinos -lo que hace de él un axis mundi- y a su crecimiento continuo -que sirve, gracias a la dendrocronología, para fechar el pasado remoto-. Del árbol del Edén al Yggdrasil de la mitología nórdica, del árbol cabalístico y de toda combinatoria lógica al árbol de los seres, etc.

Los contrarios con los que debe vérselas el individuo en la construcción de su biografía son de diversos tipos. En primer lugar, la oposición entre dentro y fuera, esto es, entre sujeto y objeto, en la que se funda el conocimiento mediante un acto de consciencia. En segundo lugar, la diferencia antitética entre individual y colectivo, el uno y lo múltiple. En tercero, la oposición entre consciencia e inconsciente.

A partir de esos opuestos básicos, en su relación complementaria, Jung va a construir su perspectiva conceptual. La primera oposición, que surge de nuestra organización de lo real, es la tarea que tiene ante sí el recién nacido. Su absoluta identificación originaria con la madre irá dando paso a progresivas identificaciones, cuya frustración real exigirá la contraparte de la diferenciación. Es lo que se conoce como **individualización**, correspondiente al ámbito de las relaciones humanas.

En cuanto a su aspecto gnoseológico, la oposición sujeto-objeto se anula en la mística. Los momentos en los que esa anulación adquiere la forma de una **coincidencia significativa**, en la que entra en suspenso la ley de causalidad, Jung los denomina **sincronísticos**, pues se da identidad de significado en el interior y el exterior del individuo.

La oposición individual/colectivo se expresa en el campo social fundamentalmente, reproduciendo la oposición psicológica identidad/identificación, con sus procesos de introversión/extraversión y diferenciación/asimilación. Dicha oposición no es, por lo tanto, únicamente exterior al sujeto, sino interior.

La oposición consciencia/inconsciente, el campo específico de la psicología profunda, es el centro de la atención junguiana, pues subsume las otras oposiciones. Así, hay consciencia e inconsciente objetivos y subjetivos, consciencia e inconsciente individuales y colectivos.

Jung plantea que la relación entre consciencia e inconsciente es compensatoria, siendo reflejo la una de lo otro, por lo que el diálogo entre estos dos grandes territorios de la psique podrá abocar a la totalidad psicológica. Lo que en un principio es conflicto, oposición, sigue una lógica complementaria.

Lo inconsciente se expresa en forma de **proyecciones**, además de **sueños y símbolos**. Según se trate de lo inconsciente

personal o de lo inconsciente colectivo las distintas formaciones de lo inconsciente constelan **complejos o arquetipos**. La consciencia se amplía si se hace cargo de estos contenidos, ya sea desde el individuo o la colectividad. Generalmente la consciencia, sea individual o colectiva, prefiere **reprimir** los contenidos inconscientes, pero los **síntomas**, sean sociales, psíquicos o físicos, vienen a reconducir la atención, el interés (**libido**) hacia lo escondido tras esas producciones.

Así pues, el individuo, en su existencia trágica, debe ir diferenciando los polos de la oposición e integrándolos, en un continuo proceso de transformación y crecimiento, tan personal como la huella dactilar. El enfrentamiento con el mundo, natural o social, da lugar a procesos proyectivos, cuya comprensión intelectual y vital permite tomar consciencia de la verdadera individualidad. El yo, único lugar caracterizado por la consciencia y la responsabilidad, debe ir conociendo su exterior tanto como su interior, ambos objetivos, es decir autónomos respecto a nuestros deseos conscientes.

En ese juego de maduración mediante la articulación de contrarios, el yo se hace con el mundo exterior mediante la proyección, que puede retirar gracias al conocimiento del mundo interno, la **psique objetiva**. En esta psique se encuentran los arquetipos que permiten configurar lo real, dotándolo de una forma que corresponda a la naturaleza del sujeto. Esos arquetipos, incognoscibles en su esencia -como la psique- pero reconocibles en su aparición imaginal, se hacen personales en los complejos del

individuo, habitantes de la **sombra**.

Las oposiciones aparecen en forma de **cuaternios** o **cuaternidades**, ofreciendo una imagen de totalidad, perfectamente expresada en el **mandala** y en el **temenos** y en su integración en forma de **cuadratura del círculo**. Ahí se delimita un **centro** (mandala) y una **clausura** en la dirección de los puntos cardinales (temenos).

Uno de esos símbolos que determinan centro y direcciones enfrentadas es la **cruz** o el **aspa**, universalmente distribuidas. La **cruz de la individuación** puede ser descrita como la relación continua, en la vida del sujeto, de las dos oposiciones propias del desarrollo humano: el crecimiento vital y la diferenciación sexual, expresadas en términos junguianos en las parejas **puer/senex** y **anima/animus**, que mantienen una relación dialéctica en forma de cuaternio.

El puer es lo potencial, lo expansivo, lo creciente, lo renovador. Su fulgor encandila, pues Apolo es su arquetipo, pero su sombra es la nada, el inicio sin final. Su opuesto, el senex, es el viejo, con sus limitaciones, su profundidad, su actualización, cuyo arquetipo es Saturno, el tiempo. Su aparente aspecto negativo (la **nigredo**) encubre la máxima riqueza, la sabiduría, la constructividad, la obra.

Esta danza que tiene un sentido vertical, del instinto al espíritu, se contrapesa con la que realizan horizontalmente

el ánimus y el ánima, representando la vida en su nivel anímico, energético, creador. El ánimus, como epítome de lo masculino, permanece en lo inconsciente de la mujer, y tiende a confundirse con el espíritu. El ánima, presente en lo inconsciente del hombre, es la feminidad primordial que tiende a identificarse con el alma.

La vida de cada cual, en sus múltiples vivencias, hace aparecer estos personajes, bien como figuras internas bien como configuraciones externas dentro del mundo familiar y social, ofreciendo su riqueza a toda biografía, con sus correspondientes transformaciones. Esas transformaciones son la prueba palpable de la dialéctica continua entre estas figuras. El lugar central definido en esas transformaciones es precisamente el sí-mismo, entendido como proceso, como realización en el tiempo.

Tales figuras nos son conocidas gracias a los símbolos que las vehiculan, donde consciente e inconsciente, individual y colectivo, subjetivo y objetivo encuentran una formulación. Formulación paradójica, enigmática, como es propio de las antinomias unidas en pos de una unidad, de esa totalidad que permite la comprensión, la iluminación.

Los símbolos, sean individuales o colectivos, surgen precisamente para hacer cognoscible lo desconocido, ordenado lo desordenado, articulando en el uno lo múltiple. Siempre tienden a un más allá en donde nuestros límites nos impiden penetrar. De ahí que Jung diera el nombre de **función trascendente** a la crea-

dora de los símbolos.

Esa función trascendente, quintaesencia de las funciones psicológicas gracias a las cuales nos orientamos en la vida, sólo puede provenir de un centro donde se dé un conocimiento de lo desconocido para el yo, del sí-mismo.

El sí-mismo es el origen y el resultado del proceso de individuación, del juego entre los contrarios psicológicos en su cuaternio. Cuaternio que da fe de una totalidad tanto como de una individualidad. Esa unión de lo joven y lo viejo, lo masculino y lo femenino, en uno mismo y en el grupo, que es toda vida humana, es una dialéctica de lucha y amor, de separación y unión, de desgarramiento y articulación, de armonía y disarmonía, de conflicto y complementariedad.

Como tal, el sí-mismo, en cuanto centro regulador de la psique que mantiene en relación lo consciente y lo inconsciente, es trascendente a la consciencia y no puede ser aprehendido de modo racional. Pero sí puede expresarse en imágenes que nos dan idea tanto del proceso como de los momentos de unificación de contrarios. Para investigar estas imágenes del sí-mismo son muy útiles las series oníricas y las creaciones de la imaginación activa, contextuadas en la mitología y en la biografía.

Hasta que Jung no empezó a comprender la alquimia no pudo dar noticia de la *objetividad* del proceso de individuación. En la imagería de la alquimia, en su delirante conceptualiza-

ción, Jung encontró las fases de un proceso que dura tanto como la vida del individuo (que sepamos) y que explica la existencia de personalidades individuales a partir de un proceso único de especie.

La inmersión de Jung en la alquimia tiene una importancia múltiple, pero aquí sólo me referiré a la imagen que ofrece la alquimia del proceso de constitución de la unidad desde la multiplicidad. Los tres grados de la conjunción en los términos del alquimista del XVI G.Dorn (alma/espíritu; alma-espíritu/cuerpo; alma-espíritu-cuerpo/alma del mundo) le sirven a Jung para caracterizar el proceso de individuación: el yo se constituye en la confrontación de la **persona** con la **sombra**, el sí-mismo se intuye en la confrontación del **yo** con la **sicigia ánimus/ánima**, que lleva de forma natural a la conjunción del **sí-mismo** con el orden cósmico, el **alma del mundo** platónica, con la aparición del sentido objetivo, la **sincronicidad**.

La sincronicidad revela así una psique objetiva no-humana. La sincronicidad da fe del momento oportuno, **kairós**, que puede ser comprendido por las mancias, de siempre ligadas a una filosofía hermética, gran sombra de la consciencia racionalista ilustrada y que está extendiéndose actualmente por doquier, tanto de forma crítica (la investigación histórica y conceptual respetuosa) como acrítica (las ofertas de salvación que encubren un peligroso complejo de poder en los "salvadores")

El círculo vital que conduce del nacimiento a la muer-

te, en un devenir donde el ser está omnipresente en sus variables entes, aparece como una vida trágica, de cumbres y valles, éxitos y fracasos, orientación y confusión, de alegría y sufrimiento.

El intento actual de negar el sufrimiento es contestado por los hechos sociales conocidos de todos. El deseo de felicidad con el que ingenuamente nos movemos se enfrenta con la cruda realidad de nuestro malestar. Por eso el sufrimiento se hace objeto central de muchas de las actividades humanas, de la religión a la medicina, del arte a la técnica, de la filosofía a la psicoterapia.

Para la psicología analítica, como para toda psicoterapia, el sufrimiento es un bien precioso que guarda en sí lo más anhelado del individuo. El sufrimiento señala los momentos puntuales de la transformación vital y debe ser tratado con respeto. Acogiendo maternalmente al sufrimiento e indagando en él paternalmente éste va dejando sus bienes intelectuales y morales en la vida del sujeto.

Los diversos modos del sufrimiento, según se refieran al pasado (depresión), presente (ansiedad) o futuro (angustia), junto al dolor físico, representan el peregrinaje del alma hacia su lugar natural junto al espíritu, el sentido, alcanzando la sabiduría que despeja la amargura. En todo sufrimiento hay sacrificio, abandono y desesperación, muerte y renovación, razón y sinrazón, que expresan el significado que damos a nuestras vidas, el sentido que las mueve.

Por ello, toda psicoterapia comienza con el sufrimiento, la nigredo, la confusión, el conflicto aparentemente irresoluble, hasta ir comprendiendo la lógica que hay detrás de la negra bruma de la tristeza, la parálisis de la ansiedad o el desboqueamiento de la angustia. La comprensión que puede alcanzarse en la psicoterapia es una cierta diferenciación de complejos y arquetipos y una idea más o menos intuitiva de la existencia de un centro regulador, el sí-mismo, desde el cual podemos encontrar un lugar en el mundo.

Así pues, la psicoterapia se hace una práctica iniciática, una iniciación a sí mismo en donde se asiste al espectáculo en el que cada cual va escalando los peldaños de su propia vida, del nacimiento a la muerte.

La idea del proceso de individuación surge de forma natural de la psicoterapia, tan centrada en la experiencia vital, tan atenta a los conflictos y significaciones, tan dependiente de la noción de sentido. De algún modo, la psicoterapia, aunque no puede cubrir un proceso de individuación, sí puede abrir una vía a la concepción del mismo por el propio sujeto.

En la psicoterapia se va del síntoma al arquetipo en alas del juego transferencial propio de esta labor. El síntoma, entendido como el resultado de un conflicto, como símbolo de una situación, surge de la confrontación de las diferentes instancias, sea la persona con la sombra, el yo con su contraparte sexual (la sicigia animus/anima), del sí-mismo con el alma del mun-

do. En esa confrontación surgen las imágenes que vehiculan la libido, produciéndose símbolos, constelaciones diversas.

El síntoma remite a una dialéctica entre complejos. Esos complejos sólo pueden entenderse dentro de una dialéctica mayor, arquetipal, que les da su sentido. Siguiendo ese hilo, conceptualmente se dan como fases los tres grados de la conjunción, hasta que el sujeto sufriente adquiere la comprensión del sentido de su sufrimiento, pudiendo asumir las responsabilidades a que se vea abocado para resolverlo.

Todo ello transcurre en la psicoterapia dentro de una relación humana entre psicoterapeuta y paciente. Esa relación, asimétrica, permite la aparición de la **transferencia/contratransferencia**, en la cual se van constelando los diversos arquetipos que están interviniendo en el drama del paciente. Ese nivel transferencial, hecho de proyecciones, de preconcepciones y emociones muchas veces incomprensibles, es el dominio propio de la psicoterapia, de donde surgió la obra de Jung que conocemos como psicología analítica

Enrique Galán Santamaría

Madrid, marzo de 1996.