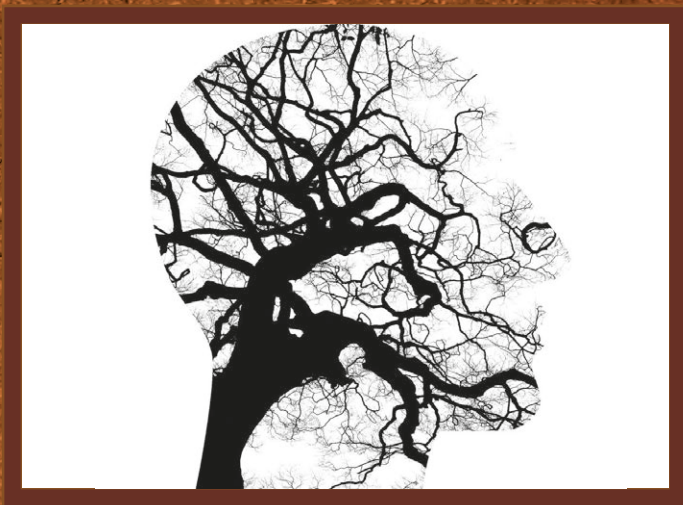


# circum

Revista de Investigación Científica Humanística  
de la Universidad Antropológica de Guadalajara  
Año 8 / Vol. 16 / 2023

- Una estrecha vía  
entre el abismo y las alturas  
Erik Hendrick Carpio
- Grupos de encuentro, un estilo de intervención  
para humanizar las organizaciones  
Arnoldo Márquez Mayorga



- Sueños e imaginación: el viaje del Yo  
en su reencuentro con el alma  
Sergio Alejandro Sainz Flores
- Políticas educativas: entre el poder,  
el discurso y la realidad pandémica  
transpersonal contemporánea  
Héctor Sevilla Godínez, Rocío Fausto Flores  
y Judith López López



Revista de Investigación Científica Humanística  
de la Universidad Antropológica de Guadalajara  
Año 8 / Vol. 16 / 2023



## Universidad Antropológica de Guadalajara

### RECTOR

Mtro. José Alejandro Garza Preciado

### PRESIDENTE DEL CONSEJO DIRECTIVO

Dr. José Garza Mora

### DIRECTOR DE LA REVISTA GIRUM

Dr. Héctor Sevilla Godínez

Girum se encuentra indizada en:

**latindex**

### DISTRIBUCIÓN

Universidad Antropológica de Guadalajara  
Plantel López Mateos Sur  
Av. López Mateos Sur 4195, Col. La Calma  
Zapopan, Jalisco, México. 45087  
Tel.: 333 631 6861

### DISEÑO Y SELECCIÓN DE IMÁGENES

Demetrio Rangel Fernández

### COMITÉ DE ÁRBITROS DE LA REVISTA GIRUM

**Dr. M. Fabio Altamirano Fajardo**

Universidad Antropológica de Guadalajara

**Dr. Octavio Balderas Rangel**

Universidad Antropológica de Guadalajara

**Dr. Arturo Benitez Zavala**

Universidad de Guadalajara / ITESO

**Dra. Ana María González Garza**

Asociación Transpersonal Iberoamericana

**Dra. Margarita Maldonado Saucedo**

ITESO

**Dr. José Antonio Pardo Oláguéz**

Universidad Iberoamericana

**Dr. Juan Pablo Sánchez García**

Universidad Antropológica de Guadalajara / Líder  
Consultores, S.C.

**Dr. Guillermo Schmidhuber De la Mora**

Universidad de Guadalajara

**Dr. Juan Carlos Silas Casillas**

ITESO

**Dra. Adriana Berenice Torres Valencia**

Universidad de Guadalajara

**Dr. José Alfonso Villa Sánchez**

Universidad Michoacana de San Nicolás Hidalgo

**Dr. Christian Omar Bailón Fernández**

Universidad Antropológica de Guadalajara

**Mtro. Abraham Uriel González Alcalá**

Universidad Antropológica de Guadalajara

**Psicól. Erik Hendrick Carpio**

Centro de Investigación "Sapan Inka", Perú.

GIRUM, Revista de Investigación Científica Humanística, Año 8 | Vol. 16 | 2023, es una publicación semestral, editada y publicada por el Instituto de Especialidades de Guadalajara, A. C., también conocido como Universidad Antropológica de Guadalajara, a través del Departamento de Investigación. Av. De la Paz No. 2873, Col. Los Arcos Sur, Guadalajara, Jalisco, México, CP. 44130. Tel. 333 826 1363; Editor Responsable: Héctor Sevilla Godínez. Reserva de Derechos al uso exclusivo No. 01-2012-032609534600-102; ISSN: 2594-2751, ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor. Impreso y distribuido en mayo de 2023. Las opiniones expresadas por los autores no necesariamente reflejan la postura del editor de la publicación. Queda estrictamente prohibido la reproducción total o parcial de los contenidos e imágenes de la revista sin previa autorización del Instituto de Especialidades de Guadalajara, A. C.



---

## **Sergio Alejandro Sainz Flores**

---

Licenciado en psicología por la Universidad Tecnológica de Guadalajara y Maestro en Ciencias de la Educación por la Universidad de Valle de México.

Además de la docencia en nivel maestría, se dedica a la práctica de la psicoterapia bajo el enfoque de la psicología Compleja y desarrolla modelos de intervención con el uso de la imaginación activa.

Sus líneas de investigación son el fenómeno de la sincronicidad, así como el estudio y profundización del modelo de Carl Gustav Jung. Labora en el desarrollo de un modelo de terapia basado en la imaginación activa, así como estudios comparativos entre la visión de Juan y algunos autores contemporáneos.

Correo de contacto:  
[sergiosainzf@unag.mx](mailto:sergiosainzf@unag.mx)

# Sueños e imaginación: el viaje del Yo en su reencuentro con el alma

Sergio Alejandro Sainz Flores

## Resumen

La psicoterapia es una experiencia compleja y rica en circunstancias que hacen de esta un vasto universo en donde paciente y psicoterapeuta se enfrentan a los complejos parajes de la psique donde el primero de estos, el paciente dáimones y dioses, en un intento de encontrar la trascendencia. Esta práctica, vista desde el paradigma de la psicología profunda de Carl Gustav Jung, cuenta con un amplio fundamento teórico y empírico que facilita el cumplimiento del objetivo de los procesos terapéuticos. En este trabajo los elementos relacionados a lo onírico y la imaginación harán su aparición para evidenciar cómo en la psicoterapia son una constante, además de permitir que quien recibe el acompañamiento encuentre, desde vivencias transpersonales detonadas por la imaginación, una vía para el reencuentro con su alma, y que a la postre le sirva de instrumento que a futuro le otorgue herramientas de afrontamiento para lo venidero.

**Palabras clave:** Sueños, imaginación, psicoterapia, dáimones, psique.

## Abstract

Psychotherapy is a complex experience and rich in circumstances that make this a vast universe where patient and psychotherapist face the complex landscapes of the psyche where the first of these, the patient, demons and gods, in an attempt to find transcendence. This practice, seen from the depth psychology paradigm of Carl Gustav Jung, has a broad theoretical and empirical foundation that facilitates the fulfillment of the objective of therapeutic processes. In this work the elements related to the dream and the imagination will make their appearance to show how in psychotherapy they are a constant, in addition to allowing whoever receives the accompaniment to find, from transpersonal experiences detonated by the imagination, a way to reunite with their soul, and that in the end it will serve as an instrument that in the future gives it coping tools for the future.

**Keywords:** Dreams, imagination, psychotherapy, Daimon, psyche.

Cuando los relojes de la media noche prodiguen un tiempo generoso, iré más lejos que los bogavantes de Ulises a la región del sueño, inaccesible a la memoria humana.

*El sueño*, J. L. Borges (2011)

**E**l proceso de la psicoterapia es rico en técnicas, métodos y metodologías que con el paso de los años se han venido puliendo y hoy en día se cuenta con diversos modelos que tienen como único objetivo el bienestar del ser humano. En las siguientes páginas se pretende dar ejemplos de cómo en la práctica de la psicoterapia los elementos que encabezan el título de este artículo pueden generar en el paciente notorios estados que van desde el darse cuenta hasta evidentes estados transpersonales; todo enmarcado desde la psicología compleja de Carl Gustav Jung. Se utilizará para la presente investigación elementos que la experiencia clínica han aportado a lo largo de varios años y que se mostrarán como estudios de casos.

Hablar de los sueños es indagar en los orígenes de la humanidad y esta última se ha servido del proceso onírico para tratar de explicar la vida. Existen vestigios de la importancia de los sueños, por ejemplo:

Ha oído hablar de José, que interpretaba los sueños del faraón [Génesis 40]; de Daniel y del sueño de Nabucodonosor [Daniel 4] y también del *Libro de los sueños* de Artemidoro. En monumentos escritos de todas las épocas y naciones se habla de sueños importantes y proféticos, anunciadores de desgracias y de la salvación, que fueron enviados por los dioses. Cuando una opinión es tan antigua como ésta y goza de una credibilidad tan general, tiene que ser de algún modo verdadera, es decir, psicológicamente verdadera (Jung, 2012a, p. 17).

O bien en otras visiones del mundo como por ejemplo dentro del proceso iniciático del chamán, donde es Mircea Eliade (2009) quien comenta que los sueños se consideran mensajes que provienen de los espíritus o bien de lo inconsciente y preparan



al soñante en su transformación venidera, es decir en su paso a ser el nuevo chamán de la tribu. Cabe señalar que estos sueños permiten la apertura de consciencia del individuo que es sometido al proceso iniciático en donde emergen visiones en que el cuerpo, al igual que el ego, son destruidos para posteriormente crear al nuevo hombre.

Este acontecimiento, lo onírico, evoca lo acontecido en el opus alquímico donde a partir de la putrefacción, a través de la nigredo del cuerpo y del ego, emerge el hombre renova-

do, el Lapis Philosophorum [la piedra filosofal]. En el estudio del mito también se hace evidente la indagación de los procesos oníricos, tal y como lo describe Campbell (2020) en el *Héroe De Las Mil Caras* al evidenciar cómo, a lo largo de la historia, diversas culturas del mundo se han valido de esta condición humana para el desarrollo de los pueblos y la vida, reconociendo en lo inconsciente su fuerza, al respecto Campbell comenta que:

El inconsciente inunda la mente de todo tipo de vapores, seres extraños, terrores e imágenes engañosas, ya sea en sueños, a plena luz del día o en los estados de enajenación, (...) [lo] que llamamos conciencia, abarca en el subsuelo insospecha-



Carl Jung



das cuevas de Aladino. Allí tienen su sede no sólo las joyas sino también los peligrosos *jinn*<sup>1</sup>: la inconveniencia de unas capacidades psicológicas que se nos resisten y no nos hemos planteado integrar en nuestras vidas, o no nos hemos atrevido a hacerlo [ya sea por estar reprimidas o rechazadas]. (p. 25)

En la psicología Compleja estos seres están asociados regularmente al arquetipo de la sombra que es humana y universal, que puede llegar a manifestarse como representaciones arquetípicas dentro de los sueños. Ésta representa los elementos rechazados y reprimidos de la psique, pero que en ocasiones llegan a emerger a la consciencia en forma de diferentes situaciones, Jung (2011) comenta con relación a dicho arquetipo que:

La sombra es un problema moral que supone un reto para el conjunto de la personalidad del yo, puesto que nadie puede percatarse de su existencia sin un considerable ejercicio de decisión moral. Esta toma de conciencia implica reconocer los aspectos oscuros de la personalidad como realmente existentes, acto que es la base inevitable de toda clase de autoconocimiento y que suele encontrar por tanto una considerable resistencia. (p. 13)

El mismo Jung (2010) con relación a esto dice que "(...) la sombra es una parte viva de la personalidad y por eso también quiere vivir, de un modo u otro. No es posible eliminarla demostrando su existencia, ni con sutiles argumentos transformarla en algo inocuo. (...) El encuentro con uno mismo significa en un principio el encon-

<sup>1</sup> Demonios del desierto de la Arabia preislámica.

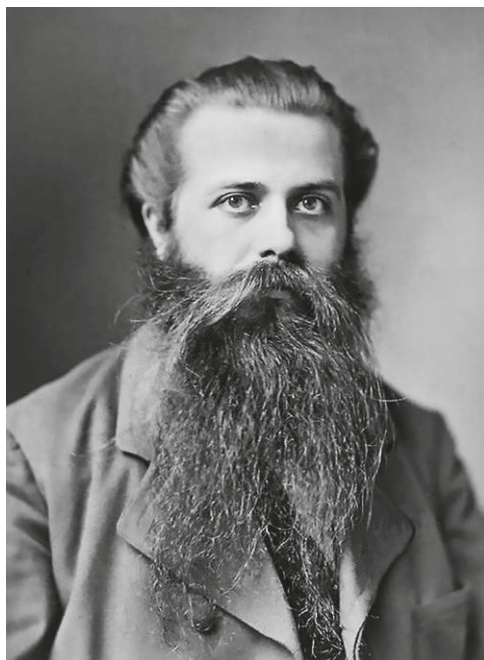
trarse con la propia sombra (...) esa sombra es un paso angosto, una puerta estrecha cuya precaria angostura no puede eludir nadie que descienda a lo hondo del pozo” (pp. 20-21).

Por otro lado, en la psicología de Sigmund Freud y su famoso e innovador libro, para su época, *Die Traumdeutung* [La Interpretación de los sueños] se dice que “es claro que lo nuevo no son los sueños ni su descifrado (había una práctica arcaica que pretendía develar sus secretos): lo que este texto introduce es la posibilidad de interpretarlos a partir de una teoría del sueño” (Sierra, 2009, p. 93). Jung (2019) refiriéndose a Freud comenta que “Al reconocer el sueño como la más importante fuente de información sobre los fenómenos del inconsciente arrebató al pasado y al olvido un valor que parecía irremisible-

mente perdido. Demostró empíricamente la existencia de una psiquis inconsciente que anteriormente solo existía como postulado filosófico, concretamente en la filosofía de Carl Gustav Carus y Eduard von Hartmann” (p. 205).

Y está la visión del Dr. Carl Gustav Jung, quien en diversos escritos señaló la importancia de los sueños y el increíble poder que tienen estos en la vida del soñante. Con lo anterior, el presente artículo tiene la finalidad de mostrar los alcances que pueden tener en la psicoterapia el comprender y utilizar los complejos fenómenos oníricos como una vía de acceso al inconsciente, ya sea personal (la sombra) o bien el inconsciente colectivo, en conjunto con la imaginación como herramienta que permite al terapeuta como al paciente indagar en los reinos inaccesibles para el ego como lo pueden ser los transpersonales. El sueño atendido y entendido como realidades empíricas generan una transformación en el individuo.

Se intentará hacer un acercamiento teórico lo suficientemente explícito y sintético para, posterior a esto, indagar en los casos que se analizarán de pacientes con los que se ha trabajado las circunstancias rectoras de esta investigación y de qué manera se han manifestado. Es importante señalar que los casos corresponden a una mujer de más de 25 años, madre soltera, estudiante de psicología a quien, por cuestiones de confidencialidad llamaremos “Miranda”; el otro caso es el de una mujer estudiante de psicología, casada y sin hijos, de entre 25 y 30 años a quien le llamaremos “Ivanna”.



Eduard von Hartmann





El lector podrá cuestionar el hecho de que los dos sujetos en quienes se basa el estudio tengan la formación en psicología y esto pueda, desde su visión crítica, impactar en los resultados. Aquí no se pretende validar una técnica o método, sino plantear la importancia de indagar en los procesos oníricos y la imaginación como elementos relevantes en el bienestar humano. El breve espacio de este artículo forzosamente deberá, en los círculos académicos, generar la discusión necesaria para nuevas investigaciones relacionadas.

“La psique, al igual que el cuerpo, es una estructura extremadamente histórica” (Jung, 2009, p. 342), pues ambos han venido evolucionando desde los inicios de la vida en nuestro planeta. Este aspecto arcaico de la psique que el propio nativo de Kesswil identificó y nombró como lo inconsciente colectivo tiene su aparición en los sueños a través de las diferentes representaciones arquetípicas con las que el Yo interactúa en el reino onírico, y es Jung quien comenta que: “¡El alma no ha nacido hoy!

Cuenta ya su edad en millones de años. La consciencia individual es sólo una flor y un fruto de temporada que brotan del perenne rizoma subterráneo” (Jung, 2012a, p. 6).

Para el análisis de los sueños conviene hacerse de conceptos que han sido utilizados por la psicología a fin de poder comprender los mensajes que provienen de lo inconsciente.

En primer lugar, es este contexto de lo simbólico en donde la psicología de Jung toma su fuerza, ya que, a lo largo de sus escritos, sobre todo a partir de sus investigaciones alquímicas, dicha condición se vuelve un icono dentro de su obra. Hablar de lo simbólico implica entrar en un terreno complejo pues este puede tener un sinfín de significados lo que lleva a comprender por qué en alguna ocasión que se le comentó a Jung la posibilidad de escribir un libro sobre símbolos, respondió con un rotundo

no, pues un solo símbolo llevaría consigo la creación de un libro en sí tan solo para uno de estos.



(Taschen, 2011) Esto implica que el llevar a cabo el trabajo con los procesos oníricos sea una labor que conlleve a una tarea que pueda exceder los límites teóricos, pero, ¿qué es un símbolo? Basándose en las palabras de Meister Eckhart “cuando el alma quiere experimentar algo lanza una imagen frente a sí y después entra en ellas” (Taschen, 2011, p. 6), el símbolo es la imagen que lo inconsciente arroja a la consciencia y que viene cargada de libido, misma que le permite a este, mantenerse fijado al yo debido a su energía y que se vuelve en un elemento significativo para quien experimenta esta visión; comprende elementos tanto de la vida real exterior como de la vida real interior a la cual es más complejo tener acceso; acompaña a la persona a través del tiempo y el espacio, sin embargo, los símbolos pueden no tener una relación con el portador y tener elementos emergidos de lo inconsciente colectivo como lo puede ser una representación arquetípica desde la Sombra, el ánima, el animus o bien, un símbolo del Sí-mismo como puede ser el mándala; figuras que no necesariamente pueden ser antropomórficas, sino que pueden ser manifestaciones daimónicas y que debido a esto permanecen desconocidos y que con el paso del tiempo llegan a ser receptáculos de diversos significados y un elemento infaltable en su naturaleza es el unir disparidades. Por añadir un elemento más al intento de explicación de lo simbólico, el arte, a través de la poesía o bien la literatura, contiene elementos simbólicos como en los casos de Borges que desde sus ensayo y poesía conecta de manera directa con lo simbólico; Hesse con su

amplia literatura; la visión de Nerval en su obra Aurelia; William Blake con sus Libros Proféticos; Los San Signos de Xul Solar, por nombrar solo algunos. También en la pintura, como lo es el caso de El Bosco con su obra El Jardín De Las Delicias.

Con relación a lo daimónico, Patrick Harpur (2015) comenta que

Son criaturas fugaces y marginales que prefieren aparecerse en las zonas liminales (*limen* significa “umbral”), como puentes, encrucijadas y riberas, si nos referimos al paisaje. En el ámbito temporal, aparecen durante el crepúsculo, la medianoche, el solsticio de verano o la víspera de Todos Los Santos. O, en lo que a la mente se refiere, lo hacen entre la consciencia y la inconsciencia, entre la vigilia y el sueño. De hecho, no existe una línea divisoria que los dáimones no franqueen, incluyendo la que media entre la realidad y ficción, o entre lo literal y lo metafórico. (p. 39)





Sigmund Freud y Carl Jung

Y es aquí, justo en esa zona del umbral, en el reino onírico, donde las representaciones arquetípicas/simbólicas hacen su aparición para dar ese “mensaje” que en el proceso psicoterapéutico ha de identificarse y que la Imaginación Activa, cómo se verá más adelante, permite descifrar.

Por principio de cuentas, el concepto de libido que el Dr. Jung utiliza para sus estudios no es el mismo que Freud usaba para el psicoanálisis, pues este último concebía a la libido como una energía enteramente sexual. En el caso de la teoría del primero de estos, si bien sí contiene elementos sexuales, su concepto es más amplio, pues esta energía, la sexual, es solo una de las tantas y diversas formas en las que la li-

bido se manifiesta. A continuación, en palabras del propio (Jung, 2012a) describen elementos de su concepción de la libido.

Los atributos luminosos e ígneos describen la intensidad de la tonalidad afectiva, y son, por ello, expresiones de la energía psíquica que se manifiesta en forma de libido. Cuando se adora a Dios, al sol o al fuego, lo que inmediatamente se adora es la intensidad o la fuerza, es decir, el fenómeno de la energía anímica, de la libido. Toda fuerza, y en general, todo fenómeno es una cierta forma de energía. La forma es imagen y modalidad de manifestación, y expresa dos cosas

distintas: en primer lugar, la energía que cobra figura en ella; y en segundo lugar el medio en que la energía hace aparición. Puede afirmarse, por un lado, que la energía crea su propia imagen y, por otro, que el carácter del medio le obliga a investirse de una determinada forma. (p. 100)

Dicho esto, la libido y el símbolo serán una unidad indivisible y su manifestación será siempre una representación arquetípica que impactará en la vida del soñante. Con todo lo anterior se han sentado algunas bases teóricas, al menos de manera sintética, para la prosecución del presente trabajo, es necesario comentar que no es dable el sintetizar a un grado tan breve los conceptos que aquí se abordan de la Psicología Compleja, por tal motivo remito al lector a consultar las obras que aparecen en las referencias de información para una profundización del tema.

### **La imaginación y su potencia como herramienta en la psicoterapia**

El origen del uso de la imaginación en el modelo de Carl Jung tuvo lugar en aquella famosa crisis, derivada de su rompimiento con Freud, en la que se enfrentó a las imágenes y visiones que habitaban en el inefable existir del inconsciente. Jung se valió de la imaginación como una herramienta que le permitiera el entablar los diálogos con su mundo interior, que a la postre le llamaría Imaginación Activa y fue con este método que se originó su famoso encuentro con lo inconsciente.

Barbara Hannah (1998) define a la Imaginación Activa como “una técnica o método para explorar lo desconocido; ya sea que pensemos en lo desconocido como un Dios externo – como un infinito incommensurable-, o que sepamos que lo podemos encontrar mediante la contemplación de las partes desconocidas de nosotros mismos, a través de una experiencia completamente interior. Como dijo Cristo: “el reino de los cielos está en vosotros”; no se encuentra fuera, más allá del firmamento” (p. 5). Al mismo tiempo hace una aclaración valiosa, pues argumenta que Jung descubrió y no inventó el uso de la imaginación, ya que esta ha sido utilizada desde tiempos inmemoriales y se usaba para conocer a Dios o a los dioses.

Al inicio del presente trabajo se comentó la importancia de la sombra en el uso de la imaginación, pues cómo se verá en los ejemplos abajo citados, las representaciones de este arquetipo se manifiestan como una condición esencial y, regularmente, su aparición es inmediata y su voz es siempre de mayor intensidad y alcance que la propia del ego y esta es como “la naturaleza y el inconsciente siempre van al grano, lo cual, por lo general, difiere de nuestras expectativas” (Hannah, 1998, p. 19). Cuando se accede a los reinos de lo inconsciente se debe hacerlo siempre con una actitud mental abierta, alejada de crítica racional y con un amplio conocimiento tanto de lo simbólico como de las diferentes mitologías y elementos del folclor de la procedencia del paciente para poder guiar con cierto grado de claridad lo acontecido. “La meta [de la Imaginación Activa] es contactar al in-



consciente, y eso trae consigo la oportunidad de expresarse él mismo de una forma u otra. Sólo quien esté convencido de que el inconsciente tiene vida propia deberá intentar este método” (Hannah, 1998, p. 25).

Jung no fue el único que en la primera mitad del siglo XX utilizó la imaginación como un método terapéutico, pues el francés Robert Desoille también lo hizo en su sueño despierto dirigido o método psicoterapéutico del sueño despierto aplicado a más de 40 pacientes en donde los resultados fueron tan convincentes para el psicólogo que decidió darlo a conocer en Francia. (Van Den Berg, 1962)

Desoille reconoce para su método elementos epistemológicos como lo es la fenomenología de Marcel y Merleau Ponty. Con esta incorporación se aleja de la perspectiva psicoanalítica ortodoxa, aquella que encuentra en la interpretación sólo circunstancias sexuales y afirma que el sueño solo se remite al pasado o al presente; visión que Jung describió ampliamente. Llega a contrastar al desarrollar y analizar los sueños del reconocido físico Wolfgang Pauli. Esto se complementa con la concepción de los sueños premonitorios e incluso con las investigaciones de la Dra. von Franz (2007) con relación a los sueños y la muerte.

Las circunstancias a las que el psicólogo francés se enfrentó durante la aplicación de su método fueron tales como aquellas en las que “ocurren viajes lentos, vuelos pesados y fatigosos, lúgubres descensos en la tierra. El elemento de lo inesperado, que nunca se halla del todo ausente, permanece, no obstante, como rasgo característico” (Van Den Berg, 1962, p. 31), y por lo

tanto siempre se encuentra el paciente en una sensación de estar a la vista de alguien o algo que le asecha, lo inconsciente. Es importante aclarar que Desoille ve en los ascensos un elemento positivo mientras que en los descensos lo contrario, elemento que no tiene su símil en Jung, pues este último considera a los opuestos como una enantiodromía. Otro elemento que reconoce es la presencia de guardianes de la psique y al respecto comenta que “se hace más difícil la ayuda [psicoterapéutica] cuando un guardián de la entrada se ha hecho cargo de la situación (...) Cuando se ha superado la barrera, con o sin guardián de entrada, el resto viene a ser sorprendentemente eufórico y vigorizante. Se ha realizado una purificación; el enfermo siente que rejuvenece su cuerpo, su espíritu y observa que va



Robert Desoille.



mejor vestido” (Van Den Berg, 1962, p. 38). Al mismo tiempo reconoce que, con lo anterior, el paciente llega a un nuevo lugar, su realidad interna ha cambiado y por lo tanto la percepción externa también se modifica e inicia un tema importante que es el viaje, pues hay que recordar que el héroe, el ego, nunca deja de moverse, pues es su eterno retorno que le conduce a la corona de un nuevo ser cada vez que logra reconocer, vencer, aceptar sus propios demonios y dioses.

Es necesario comentar que la postura de Desoille es cautelosa y con razón, pues adentrarse a los páramos de lo inconsciente no es una tarea sencilla como se verá en los casos citados más adelante, sin embargo, desde la experiencia de la práctica clínica el reconocer y, en caso necesario, enfrentarse a esas figuras conduce a momentos de niveles de angustia, ansiedad o terror a los pacientes y es aquí donde la madurez del analista o psicólogo debe hacer se presente y al respecto, el oriundo de Francia comenta que:

Durante todo esto el psicoterapeuta no permanece en el puesto de un espectador divertido o indolente. Está pendiente de la narración e interviene tan pronto se juzga conveniente o necesario. (...) el psicoterapeuta (...) es en cierto sentido su compañero de viaje. Por este motivo se dirige a él en palabras que siguen tan cerca cómo es posible la situación en que se halla el paciente, pero sus observaciones nunca deben convertirse en interrupciones. (...) le corresponde cuidar

por sobre todo que el paciente permanezca en su situación. Todo esto requiere experiencia (Van Den Berg, 1962, p. 31).

### **El caso de Miranda**

Miranda es madre soltera de dos, una niña, la más pequeña y el niño mayor. La paciente presentaba una historia de vida en donde la figura del padre era uno de los mayores conflictos, al mismo tiempo que manifestaba una dependencia hacia relaciones de pareja poco saludables para su vida, situación de la que era plenamente consciente. La autoimagen, la autoestima, también tenían la necesidad de ser atendidas.

Durante el proceso se estuvo trabajando con algunos sueños y el que a continuación se describe fue muy significativo para la paciente pues marcó el inicio de un trabajo más profundo. Aquí lo que la paciente soñó:

Era de noche, había un pantano, al centro se encontraba un estanque totalmente seco, en el que sólo había lodo. En medio del estanque me encontraba yo recostada boca arriba y con los brazos abiertos sobre una tarima de madera, me sentía cansada y sin fuerza para poderme levantar; alrededor del estanque había árboles y además estaba mi familia, mis padres, mis hijos y otras personas a quienes yo estimo. Ellos se veían preocupados y yo sólo me sentía triste y con enormes ganas de llorar.



Esta vivencia onírica, generó en la paciente una gran conmoción pues al llegar a la consulta, se mostró triste y muy reflexiva, pues en el sueño se percibía a sí misma sin energías y sin ánimo de continuar, aunque es importante comentar que no mostraba alguna ideación suicida.

Con este material onírico, se procedió en realizar el abordaje desde el uso de la imaginación. Lo que a continuación se expresa de manera breve en cuanto al método y la interacción del terapeuta, esto con el fin de hacer un énfasis en las visiones que se presentaron desde el dialogo interior entre la paciente y su sí-mismo. A este apartado se le denominará “trabajo desde la imaginación”, para diferenciarlo de la transcripción del sueño.

Dentro de esta misma sesión, se le ofreció la paciente hacer un trabajo de imaginación activa dentro del consultorio, con la única indicación de que se viera a sí misma dentro de la escena del proceso onírico y después de realizarlo ella comenta lo que se transcribe a continuación:

Contemplaba la escena, mirarme en esa condición al centro del estanque me producía una enorme tristeza, no paraba de llorar [y lo mismo sucedía en su persona]; decidí acercarme a mi otra yo, en ese instante a un costado mío, a la izquierda, miré con asombro que una figura femenina de color azul, se acerca a donde estábamos ambas, el miedo me invadió y no podía





moverme; quise salir del ejercicio, pero una voz me dijo que no tuviera miedo, al acercarse a mí, observé con asombro que era yo misma, por lo que ya éramos tres yo; mi versión azul me pidió acercarme a la otra yo que estaba en la tarima y así procedí, entre las dos, la mujer azul y yo, tomamos cada una de la mano a la Miranda que estaba tirada y sin fuerza, sin mucho esfuerzo la levantamos; se veía y se sentía débil, escuálida, casi en los huesos; mi llanto no cesaba y el dolor de mirarme de esa forma era estremecedor. La yo azul se acercó más a nosotras y nos abrazó, en ese instante sentí un calor que inundaba mi cuerpo y el llanto cambió de ser doloroso a ser regocijante; miraba con asombro como aquella versión de mí comenzaba a tomar tono muscular, su rostro ya se veía más como el mío, desde mi interior emergió la ne-

cesidad de decirme que estaba aquí, le cuidaría y le amaría; mientras estaba en este abrazo, me percaté que la otra yo azul, comenzó a desaparecer y de un momento a otro quedamos solo la yo del sueño y la yo que había entrado en la imaginación; el entorno cambió y ya no se miraba como algo pantanoso, no era totalmente verde, pero cambió. Al salir del estanque, de la mano de ella, observamos un pequeño pedestal y al centro había un racimo de plátanos, tomé uno de ellos y el entorno cambió, solo era yo, ya no había nada más a mi alrededor, por lo que procedí a regresar a mí y centrarme en mi cuerpo.

Este proceso de imaginación activa permite ver en un primer momento que esta técnica tiene la función de conectar con lo inconsciente de manera directa y permite al paciente valerse de recursos



transpersonales que habitan dentro de ella. La imagen del ser azul es una clara representación de un ser que hace las veces de una representación del Sí-mismo, sin ser llamado aparece para dar al paciente las acciones necesarias para que el mensaje del sueño pueda ser atendido y vivido, no solo analizado. La analista junguiana Marie Louise von Franz comenta que “la imagen del ser humano no reemplaza a la deidad, sino que la simboliza. De este modo, la deidad sigue siendo el misterio que mora en la profundidad del alma de cada uno” (p. 12), y aquí, con esta imagen de ella azul, es necesario remitirse al arquetipo del Sí-mismo, sin embargo, antes de comentar estos elementos, conviene plantear algo que Jung (citado en Hannah, 1998) decía con relación a esas representaciones arquetípicas y manifestaciones del Sí-mismo: “cuando algo insoportable nos ocurre (...) nos dirigimos a algo o alguien más sabio que nosotros para entender o aprender lo que tenemos que hacer. [sin embargo] hemos perdido contacto con la sabia guía sobrehumana, casi olvidada, que existe en el inconsciente [el Sí-mismo]” (p. 13).

Pues, “Uno podría tratar de moverse hacia una situación en la que el yo pudiera relacionarse más con el sí-mismo, ya que sólo puede producir un sentimiento de realidad y proporcionar las bases para una existencia personal. Sin embargo, esto significa aproximarse a la fuente de toda energía psíquica - lo inconsciente-, y el miedo a desintegrarse o aniquilarse en él puede ser abrumador; así que el yo moviliza sus poderosos y primitivos mecanismos de defensa” (Kay, 2016, p. 68).

## El caso de Ivanna

Ivanna es una mujer de 25 años; estudiante de psicología, actualmente casada y labora en el área de recursos humanos de una empresa. Ella se presentó a consulta derivado de un paso por varios terapeutas donde trabajó en específico una situación que los psiquiatras diagnosticaron como psicosis; estuvo con tratamiento psiquiátrico alrededor de dos años, así como diversos procesos de psicoterapia. Su motivo de consulta eran sueños que le atormentaban y crisis de ansiedad. El tratamiento terapéutico conllevó en un primer momento el tener una anamnesis lo más completa po-





sible para posteriormente hacer el trabajo de abordaje clínico del caso. Es importante aclarar que en este tipo de situaciones no se recomienda el uso de la imaginación hasta no tener un “camino recorrido” dentro del proceso terapéutico debido a lo riesgoso de la técnica, pues como se sabe la técnica de la imaginación activa es una “*psicosis anticipada*” (von Franz, 2019, p. 106). Esto llevó a que el uso de la imaginación fuera uno de los últimos recursos. Después de largo tiempo, el proceso de la paciente le llevó a tener innumerables sueños que tenían el sentido de una pesadilla, ella narra el siguiente sueño:

Estaba en un lugar que no conocía, era todo mi alrededor de un cierto grado de oscuridad que no me permitía ver lo que me rodeaba, de un momento a otro la oscuridad comenzó a hacerse más evidente; me sentía con miedo y frío, caminaba, pero no podía observar nada, de pronto, una nube oscura que sobresalía del resto de la oscuridad avanzaba hacia mí, era como si “humo de cigarro” estuviera condensado en un solo punto y al interior de esta nube había destellos de color púrpura como relámpagos en una nube; la nube al acercarse hacía que sintiera mucha ansiedad y miedo al grado que desperté del sueño con sobresalto.

Se llegó al acuerdo de realizar el ejercicio de la imaginación, pues este sueño se producía todo el tiempo y le generaba altos grados de ansiedad. Es importante señalar

que la técnica fue realizada dentro del consultorio para poder acompañarle, pues el terapeuta no es un actor pasivo dentro del proceso, además para intervenir en caso de ser necesario. La paciente narra lo siguiente como parte de su imaginación:

Me veía frente a esta nube de humo con destellos púrpura, me acerqué a ella poco a poco pues el miedo me invadía y me aterraba pensar en que podía sucederme cosas malas; conforme me acercaba a ella [esta parte del discurso llamó la atención, pues asignó un género a esta imagen], la densidad del humo se iba desvaneciendo y las luces internas cada vez eran menos frecuentes e intensas; esto me animó a acercarme y en ese momento escuché una voz que me erizó la piel, comencé a llorar y sentir frío por todo el cuerpo, la voz dijo mi nombre; quería salir del ejercicio, era mucho el miedo, intenté girarme para no ver más y en ese momento el humo se desvaneció y pude ver a una niña pero su color era en tonalidades grises ¡era yo!, lloré con mucho dolor [este llanto se evidenciaba desde fuera], verme de 5 años era algo que no tenía tan presente y en ese momento recordé un evento que dolió mucho física y emocionalmente y fue mi padre quién dejó esta marca.

Este proceso de imaginación activa despertó en la paciente un recuerdo que abrió una etapa nueva en su proceso y que

fue parte del detonante de su crisis psicótica previa. Con este nuevo panorama histórico se logró avanzar hacia regiones de la psique que estaban reprimidas, logrando comprender diversas situaciones que no se tenían hasta ese momento y alcanzando niveles de consciencia mayor. Al respecto de la integración de elementos inconscientes, Hall (2020) comenta que: “La integración consciente de contenidos de la sombra tiene un doble efecto. En primer lugar, amplía la esfera de actividad del yo; y, en segundo lugar, libera la energía que, previamente, se necesitaba para mantener la disociación y la represión de esas cualidades disociadas. La persona suele experimentar este paso como una nueva oportunidad en la vida” (p. 21).

La figura de los padres en los seres humanos es importante, pues es con ellos, independientemente de su presencia o ausencia, la vida toma ese sentido consciente e inconsciente con el cual la persona se mueve a lo largo de su vida. Con respecto para este caso, Jung (2006) nos da una idea de la magnitud de esta situación, pues “el enfermo sufre bajo la carga de estos contenidos inconscientes y caóticos, que están presentes por doquier [proyectados] pero que sólo actúan en él (...). Al principio, el secreto le parece que se encuentra en sus padres” (p. 169), y con la imaginación activa, al menos en este caso, se puede observar que “de la inmersión de la libido en lo inconsciente, el complejo infantil se reactiva, viéndose así de otra vez recuerdos de la infancia y, muy especialmente, las relaciones con los padres” (Jung, 2013, p. 130).





Esto nos lleva a comprender una parte importante de la terapia y es que “confrontar al paciente con la parte oscura de su personalidad, con la llamada sombra, es una cosa que se impone por sí misma en todo tratamiento de cierta profundidad” (Jung, 2015, p. 33), pero esta confrontación del caso anterior se dio como una necesidad que fue tomada directamente por la paciente.

### **Conclusión**

Lo expuesto en el presente artículo, sin llegar a ser concluyente, muestra que el poder de la imaginación como herramienta terapéutica permite a los pacientes contactar con esas potencias inconscientes que habitan en su psique y que contienen las llaves para acceder a elementos reprimidos o bien, alcanzar estados transpersonales en donde, como se observó, es posible contactar con el Sí-mismo temporalmente aunque su impresión y energía quedan grabados en la consciencia del Yo; o bien recorrer los velos a la consciencia derivados de algún trauma y que con ello el Yo queda restringido al acceso a circunstancias

importantes de su vida y, toda vez que se corren estos bloqueos, el proceso terapéutico logra profundizar en la historia, ahora más amplia del paciente, logrando llevar a la consciencia a un grado mayor que le permita al paciente generar para sí, un bienestar dentro y durante el resto de su vida, siendo conscientes que el proceso de individuación y autoconocimiento son circunstancias que se deben llevar a cabo durante toda la vida, pues se debe dejar en claro que la imaginación activa no es una técnica concluyente, es decir, no por el hecho de haberse trabajado algún contenido inconsciente, este dejará de existir, pues a mayor conocimiento del individuo, se accede a capas más profundas de la psique y ahí siempre estarán las representaciones arquetípicas y los símbolos para así, iniciar un nuevo viaje del héroe, así como lo llama Joseph Campbell (2020).

El camino del alma es sinuoso y lleno de complejidades, lleno de dolor y pesadumbre, sin embargo, como dice Jung (2007), “quien puede ensamblar la luz con la sombra posee la mayor riqueza” y es en esta riqueza donde reside el oro, el oro psicológico y espiritual, esa valiosa y necesaria consciencia que permita al ser humano encontrarse con su alma y llegar a ser lo que es, un ser humano aceptando y trascendiendo todas sus circunstancias, pero en ese camino éste deberá ir en busca de ese tesoro que Filemón, el Sí-mismo de Jung (2012b), dice:

Un tesoro deslumbrante [que] está amontonado, aguarda ser tomado. ¿Qué infortunio no carga el hombre sobre sí en aras del oro? El oro no quita ni acorta la pena del hombre; cuanto más infortunado, más estimado. Crece de lo subterráneo, de lo líquido incandescente. Exuda lentamente, escondido en venas, en rocas. El hombre recurre a todas las artimañas para desenterrarlo, para adquirirlo (p. 437).

Y una de esas artimañas es la imaginación activa.

## Referencias

- Borges, Jorge Luis (2011). *Poesía completa*. Lumen.
- Campbell, Joseph (2020). *El Héroe De Las Mil Caras*. Atalanta.
- Eliade, Mircea (2009). *El Chamanismo y las Técnicas Arcaicas del Éxtasis*. Fondo de Cultura Económica.
- Hall, James A. (2020). *Interpretación Junguiana de los Sueños. Manual de Teoría y Práctica*. Ediciones Obelisco.
- Hannah, Barbara (1998). *Imaginación activa, como C. G. Jung la desarrolló*. Fata Morgana.
- Harpur, Patrick (2015). *La tradición oculta del alma*. Atalanta.
- Jung, Carl Gustav (2006). *La práctica de la psicoterapia*. Trotta.
- Jung, Carl Gustav (2007). *Mysterium Coniunctionis*. Trotta.
- Jung, Carl Gustav (2009). *La Vida Simbólica* 18/1. Trotta.



- Jung, Carl Gustav (2010). *Los Arquetipos y lo Inconsciente Colectivo*. Trotta.
- Jung, Carl Gustav (2011). *Aion. Contribuciones al Simbolismo del Sí-Mismo*. Trotta.
- Jung, Carl Gustav (2012a). *Símbolos de Transformación*. Trotta.
- Jung, Carl Gustav (2012b). *El Libro Rojo. El Hilo de Ariadna*.
- Jung, Carl Gustav (2013). *Tipos psicológicos*. Trotta.
- Jung, Carl Gustav (2015). *Psicología y Alquimia*. Trotta.
- Jung, Carl Gustav (2019). *Recuerdos, Sueños, Pensamientos*. Paidós.
- Kay, David (2016). *Psicopatología paterna y el yo emergente*. En Samuels, Andrew (Ed.), *El Padre. Perspectivas Junguianas Contemporáneas* (pp. 45- 71). Fata Morgana.
- Sierra, M L; (2009). *Los sueños de Sigmund Freud. Historia y Grafía*, (33) 85-111. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=58922949005>.
- Taschen (2011). *El libro de los Símbolos. Reflexiones Sobre Las Imágenes Arquetípicas*. Taschen.
- Van Den Berg, J. H (1963). *Una Explicación Existencial del Sueño Despierto Dirigido en la Psicoterapia*. Editorial Jus.
- von Franz, Marie-Louise (2007). *Sobre Los Sueños y la Muerte*. Kairós.
- von Franz, Marie-Louise (2019). *Psicoterapia. La Experiencia Práctica*. Fata Morgana.



UNIVERSIDAD ANTROPOLÓGICA  
DE GUADALAJARA

---

La Universidad Humanista