

# PÉRDIDA DEL SENTIDO EXISTENCIAL: UN PLANTEAMIENTO DESDE EL ANÁLISIS JUNGUIANO. DESCRIPCIÓN DE UN CASO

## LACK OF EXISTENTIAL SENSE: A JUNGIAN PERSPECTIVE. A CASE DESCRIPTION

**Alberto Morales**

Profesor retirado de la Facultad de Psicología. Universidad de Granada. España

Cómo referenciar este artículo/How to reference this article:

Morales, A. (2023). Pérdida del sentido existencial: Un planteamiento desde el análisis junguiano. Descripción de un caso. *Revista de Psicoterapia*, 34(124), 71-82. <https://doi.org/10.5944/rdp.v34i124.37049>

### Resumen

*No existe una respuesta unívoca a la cuestión de por qué un ser humano decide poner fin a su vida. Con todo, entre las posibles causas a considerar, la pérdida de sentido existencial ocupa un lugar prominente: cabe pensar que nadie es ajeno a las interrogantes acerca del sentido de la vida, de quién soy y hacia dónde me dirijo. Cuestiones tan antiguas como la propia humanidad y, por lo demás, habitualmente presentes en el encuentro terapéutico. El «caso Teodora», que aquí se esboza en sus líneas más generales, es un ejemplo de cómo una persona confronta estas dudas a partir de su particular historia y de qué forma, en su desarrollo, las estrategias de análisis derivadas del enfoque junguiano de la psicología pueden ser herramientas muy valiosas, en especial la denominada por el propio Jung «Imaginación activa». El análisis de material onírico y pictórico –Teodora es una consumada artista– así como las respuestas proferidas ante las láminas del test de Rorschach serán igualmente tenidos en cuenta.*

*Palabras clave: análisis junguiano, imaginación activa, simbología del árbol, test de Rorschach, trastorno disociativo*

### Abstract

*There is no straightforward answer to the question of why a human being might decide to end their life. However, an existential crisis might be one of the main reasons to take into consideration. There is reason to believe that we all wonder about the meaning of life, who we are and where we are heading. These matters have been with us since the beginning of humankind and tend to be raised during therapy sessions. The 'Teodora Case', briefly analysed in this article, is an example of how a person with a particular background deals with these issues and how a Jungian approach can offer us very valuable tools –especially the one defined by Jung as 'Active imagination'– to work with. In this case, we have also studied oneiric and pictorial materials –Teodora is an excellent artist– and responses to the Rorschach test.*

*Keywords: jungian analysis, active imagination task, tree symbol, Rorschach test, dissociative disease*



## Agradecimientos

Sin la sincera e ilimitada generosidad de Teodora, este trabajo nunca habría visto la luz. La psicóloga Blanca del Castillo, experta en el ya centenario test de Rorschach, ha supervisado el protocolo que aquí se ha descrito. Gustavo Morales ha puesto su buen hacer en la versión inglesa del resumen. A todos, mi profunda gratitud.

El ser solo tiene sentido cuando dialoga con la nada.  
—Jesús Aguado. Heridas que se curan solas.

Nadie es ajeno al hecho de fantasear, alguna vez en su vida, con la idea de la propia muerte inducida a sí mismo, de propiciar el fin de su existencia y terminar de ese modo con todas las tribulaciones inherentes a la realidad de estar vivo. Y aunque del dicho al hecho medie un trecho, hay quien pasa a mayores, como bien conoce todo terapeuta suficientemente experimentado. Las cifras de la presencia del suicidio en la sociedad occidental, siempre en rojo; los motivos, sin desvelar o solo a medias vislumbrados. Desde la ola de suicidios juveniles propiciada por la arrebatada lectura de *Las penas del joven Werther* allá por el ya lejano siglo del *Sturm und Drang*, hasta los asociados con la crisis social desencadenada por la llegada de ese virus de todos conocido, los motivos de por qué renuncio a seguir con vida son, por esencia, poliédricos, aunque puestos a encontrar un posible hilo conductor, un denominador común, me inclino por poner sobre la mesa, sin ambages, la pérdida de sentido existencial. Y ahí me sitúo del lado de las tesis mantenidas por Irvin Yalom a lo largo de buena parte de su extensa obra, en especial su clásico de referencia, *Psicoterapia existencial*:

¿Cuál es el significado de la vida? ¿Qué sentido tiene *mi* vida? ¿Por qué vivimos? ¿Por qué nos ponen en este mundo? ¿Para qué vivimos? ¿De acuerdo con qué principios tenemos que vivir? Si tenemos que morir y nada es perdurable, ¿qué sentido tiene vivir? (Yalom, 2010, p. 501)

A modo de ejemplo, Yalom trae aquí a colación los conocidos devaneos suicidas del conde Tolstói a raíz de sus dudas existenciales, de esas cuestiones a las que, sin saber por qué, no atina a responder, al contrario de lo que hacen sus *muzhiks*, esos campesinos a los que contempla siempre felices aun en medio de las penurias y miserias que les eran endémicas. Levin, protagonista indiscutible de *Ana Karenina* e imagen especular del propio Tolstói (1878/2010), no ceja en su empeño y en un desesperado intento por «comprender» se viste como aquellos y comparte las duras faenas del campo. ¿Por qué su alma no encuentra quietud y sí la de esos seres a los que el destino tan poco había favorecido?:

«No puedo vivir sin saber lo que soy y por qué estoy aquí. Y puesto que no puedo saberlo, no puedo vivir», se decía. «En el tiempo infinito, en la infinidad de la materia, en el infinito espacio, una burbuja se desprende de un organismo, dura algún tiempo y luego estalla. Y esa burbuja humana soy yo...». [...]

Y Levin, aquel hombre feliz en su hogar, fuerte y sano, se sentía muchas veces tan cerca del suicidio que hasta llegó a ocultar las cuerdas para no estrangularse y temió salir a cazar por miedo a que le acometiese la idea de dispararse contra sí mismo con la escopeta. (Tolstói, 1878/2010, p. 973)

Pero, como continúa el relato, ni se estranguló ni se abrió el pecho de un disparo, sino que supo encontrar respuesta a sus preguntas aunque no consiguiera desprenderse de un resquemor ante la existencia, de un insidioso *por qué*. Con todo, fue mucho más afortunado que la otra protagonista de la historia, la propia Ana Karenina.

No le va a la zaga su compatriota e inmortal coetáneo Fiódor M. Dostoievski, no un *muzhik* pero tampoco un conde, con la cuenta bancaria siempre haciendo equilibrios en la cuerda floja. En especial a partir de sus *Memorias del subsuelo*, la obra de Dostoievski traspasa una frontera en el que sus personajes, atormentados, se rebelan no ya ante un mundo que no comparten sino ante un alma, la suya propia, que apenas conoce la quietud y el reposo. Se pregunta el anónimo protagonista de *Memorias*: «¿Qué ocurriría si se diera el caso de que alguna vez la ventaja para el hombre no sólo pudiera, sino que debiera consistir en desear para uno mismo no ya algo ventajoso, sino algo que incluso fuera malo?» (Dostoievski, 1864/2020, p. 85). «Malo» contempla aquí la posibilidad de la propia muerte. En su ensayo sobre la obra de Dostoievski, el recientemente fallecido psiquiatra y psicoanalista Nicolás Caparrós hace explícito tan sombrío panorama:

En este relato [*Memorias del subsuelo*], narrado a modo de diario, encontramos ya muchas tesis de esta corriente filosófica [el existencialismo] del siglo XX: aislamiento del yo, miedo a la libertad, pérdida del sentido de la vida, culpabilidad extrema, irracionalismo y voluntarismo, imposibilidad de comunicarse con los otros, relación instrumental entre las personas, experiencia del fracaso, desesperación, angustia y aburrimiento. (Caparrós, 2021, p. 157)

Cuestiones todas ellas nada extrañas en el marco psicoterapéutico que Dostoievski pone en boca de sus decimonónicos personajes, anticipando a Freud y causando la admiración de un joven Nietzsche que, por casualidad, descubre a este autor en esta obra preclara. A los siempre fatigados ojos de Nietzsche, Dostoievski es el mejor de los psicólogos, como hace explícito en su *Crepúsculo de los ídolos*:

Para el problema que aquí se presenta es de importancia el testimonio de Dostoievski —de Dostoievski, el único psicólogo, dicho sea de paso, del que yo he tenido que aprender algo: él es uno de los más bellos golpes de suerte de mi vida, aun más que el descubrimiento de Stendhal. (Nietzsche, 1889/1998, p. 129)

Un Nietzsche tampoco ajeno a la idea de acabar con su propia vida, a pesar de ese *superhombre* llamado a confrontar la existencia sin la esclavitud de la moral tradicional, libre al fin de la anestesia del cristianismo, héroe capaz de hacerse a sí mismo desde su propia humanidad. Y así, en la cuarta sección de *Más allá del bien y del mal*, coquetea con la idea del suicidio: «El pensamiento del suicidio es un poderoso medio de consuelo: con él se logra soportar más de una mala noche»

(Nietzsche, 1886/1979, p. 108). Y él sabía mucho de malas noches.

Sin entrar en el laberinto de posibles y complejos entramados causales, es indiscutible que la pérdida del sentido existencial aboca a muchas personas a las puertas del suicidio, hecho que se refleja en esos escritos tan personales a los que el terapeuta tiene el privilegio de poder acceder, ventana abierta al interior de ese otro ser humano que demanda ser comprendido y ayudado. Personas que no suelen ser titulares de rangos de la nobleza –como Tolstoi– ni encumbrados escritores –como Dostoievski–, mas, como ellos, navegantes de mares agitados en perpetua amenaza de naufragio. He aquí un botón de muestra:

Vivo por inercia. El vacío que siempre he tenido se ha convertido en un dolor físico fuerte que me quita la energía que aún me queda. No consigo que se vaya con nada. Estoy muy cansada. Estoy cansada, nada me quita esto que tengo.

Y aquí el abordaje terapéutico dista de ser homogéneo, dependiendo en parte de la orientación afín al clínico, que puede oscilar en un amplio margen desde un enfoque muy centrado en el síntoma hasta otro de corte más psicodinámico, que necesariamente no ha de contemplarse bajo el prisma del psicoanálisis. En las páginas que siguen, es intención del autor exponer una casuística en la que la visión psicológica desarrollada por Carl G. Jung a lo largo de su dilatada carrera ha sido la guía principal, en especial ese método de «imaginación activa» por él mismo desarrollado al confrontar su personal crisis tras la irreversible ruptura con Freud. Su encriptado *Libro rojo* es el primer preciado fruto de esa difícil labor que, a partir de pautas similares, he puesto en práctica con mis pacientes, en consonancia asimismo con esa otra visión del quehacer clínico defendido por un autor del que siempre he sido devoto: Oliver Sacks: «Además de la aproximación objetiva del científico, debemos utilizar también la aproximación interdisciplinar, saltando, como escribe Foucault, “al interior de la conciencia mórbida, [intentando] ver el mundo patológico con los ojos del propio paciente”». (Sacks, 2001, p. 19). De los incontables ensayos escritos por Jung, dos de ellos hacen explícita referencia a ese método de imaginación activa por él ideado: *La función trascendente*, escrito en 1916 y publicado en alemán tras la extensa revisión del propio autor en 1958, y *Las relaciones entre el yo y lo inconsciente*, que viera la luz en 1928. Dos breves reflexiones extraídas de ambos servirán de preludeo a la presentación del caso clínico a considerar:

El método de la «imaginación activa» es el principal recurso para la producción de aquellos contenidos de lo inconsciente que, por así decir, se hallan por debajo del umbral de la consciencia y que, una vez intensificados, serían los primeros en irrumpir espontáneamente en ella. [...] El sentido y el valor de estas fantasías no se revelan hasta que están integradas en el conjunto de la personalidad, es decir, hasta que uno no afronta su verdadero sentido y se enfrenta a ellas moralmente. (Jung, 1957/2011, p. 71)

El mundo consciente del paciente se ha vuelto frío, vacío y gris, mientras que, por el contrario, lo inconsciente está lleno de vida, poder y abundancia. Una de

las características esenciales de la psique inconsciente estriba en que se basta a sí misma y no sabe nada de escrúpulos humanos. [...] El paciente tiene que intentar que su estado de ánimo hable con él; éste tiene que decirle cuál es su aspecto y en qué clase de analogía fantástica puede expresarlo. (Jung, 1928/2007, pp. 345 y 348)

De acuerdo con las directrices del propio Jung, en la imaginación activa se propone a la persona «elaborar» su propio *Libro rojo*, lo que supone encontrar un acicate para que esta dé rienda suelta a su imaginación y plasme lo que brote de su ser, en ese instante y no en otro, de la manera que ella considere más apropiado, siendo la escritura y la expresión pictórica las más recurridas aunque no necesariamente las únicas. Supone un contacto directo aunque encriptado con los contenidos que, desde la esfera inconsciente, se abren camino hacia la consciencia. Es más que posible que lo así vislumbrado no solo deje perpleja a la persona, sino que además suscite en ella temores, rechazo y necesidad de huir de esa amenaza. En su conocida obra *Encuentros con el alma: Imaginación activa*, la analista y en su día discípula de Jung, Barbara Hannah, recoge ciertas puntualizaciones a no pasar por alto cuando uno se dispone a adentrarse en estos territorios:

«Lo que sabemos de nosotros, *no* es todo lo que sabemos». La incuestionable realidad de esa premisa psicológica en forma de negación fue puesta de relieve, si se quiere de manera no oficial pero desde luego sí de forma sistemática, por el ingente trabajo realizado por Freud a lo largo de su vida. A pesar del tiempo transcurrido, la premisa no es tan conocida y aceptada como cabría suponer, de ahí que sea preciso un trabajo previo con el paciente para que tome consciencia de ese hecho y sepa que al dar inicio al «diálogo», lo está haciendo con esferas de sí mismo de las que apenas tiene conocimiento y que con toda seguridad le aguardan sorpresas.

«El miedo que provoca este viaje a lo desconocido y que en verdad lo convierte en una “empresa peligrosa”, es el de ser inundado por los contenidos de lo inconsciente». Extremadamente importante, pues supone dar apertura a una «caja de Pandora» cuyos inquilinos verán así abiertas de par en par las puertas de lo inconsciente, pudiendo tomar por asalto la esfera consciente. No es extraño que en ocasiones este hecho se vea infravalorado, con consecuencias previsibles: la irrupción de, por ejemplo, un brote de naturaleza psicótica.

«La verdadera imaginación activa es una empresa de carácter solitario e individual». Cierto, pues va más allá de los límites que impone el proceso terapéutico, bajo la guía y tutela del analista. Al ir dando forma a *El libro rojo*, Jung predicó con el ejemplo y realizó su tarea en solitario, entonces sin saber muy bien a qué puerto habría de conducirle dicha empresa. Asumo ante mis pacientes que, en sí, la terapia es la propia vida y que ello supone suscribir un compromiso con uno mismo, de contacto con la «sombra» y sus siempre heterogéneos y rebeldes contenidos, la confrontación de opuestos entre ellos. La vida y la terapia se entrelazan. (Cf. Hannah, 1998, p. 4 ss.)

Una persona y su historia harán de hilo de Ariadna para recorrer el serpentino laberinto de la pérdida del sentido existencial, con el método de la «imaginación

activa» como principal herramienta y el apoyo de otros dos instrumentos: el análisis de sueños y el ya centenario test de Rorschach. Esta es parte de la historia de Teodora<sup>1</sup>.

### Descensus ad Inferos: El Caso Teodora

En determinados círculos, Teodora es una celebrada actriz devota de la griega Irini Lelekou, conocida entre su público como Irene Papas, y lo es, entre otras muchas razones, porque comparte con ella su amor incondicional por el mundo de la Grecia clásica, ese universo trágico creado y recreado por aquellos irrepitibles psicólogos que nos abrieron el camino a la comprensión del ser humano, hace ya milenios. Sófocles, uno de esos psicólogos, legó a la Humanidad su *Electra*, llevado a la gran pantalla por Irene en una interpretación que ambos, Teodora y yo, entendemos como irrepitible. Mucho hemos compartido de esta *Electra* en nuestros encuentros terapéuticos. Teodora, además, enseña los secretos del mundo escénico a grupos selectos de estudiantes de Arte Dramático.

Si la infancia de Electra no fue fácil, tampoco lo fue la de Teodora: sufrió maltrato cuando era niña por parte de su particular Egisto, entonces la pareja de su madre, ausente el padre tras la brusca ruptura de la relación con su mujer y la marcha del hogar familiar. Parte de esa infancia transcurrió al amparo de otros miembros de su familia, hasta que, pasado un tiempo, ambos cónyuges volvieron a reencontrarse, aunque entonces ella trataba ya de recomponerse desde sus propios escombros. Teodora transitó ese espacio vital perdida en un océano siempre agitado. Cuando acudió a consulta por primera vez, era incapaz incluso de pronunciar el nombre de su maltratador, digamos aquí Egisto, sin ser capaz de contener una angustiada sensación de vómito. Su vida, exitosa en ciertos planos, muestra sin embargo la presencia de un vacío vital en otros, y la ideación suicida nunca le ha sido ajena, hecho que se vio claramente reflejado en una de las agrupaciones de variables obtenidas en el sumario estructural del test de Rorschach, denominada «Potencial de suicidio», en el que Teodora puntuó de manera significativa en siete de las ocho variables requeridas en esta agrupación para dotarla de significación clínica. Se comentan a continuación tres de estas variables:

- $FV + VF + V + FD > 2$ , con  $FD = 3$ , lo que da a entender una importante preocupación por la autoimagen y una atención muy dirigida hacia sí misma. Teodora se abisma en su interior en una sucesión de planos que se inscriben unos en otros, lo que se parecía en uno de los dibujos que me proporciona, realizado por ella misma con incuestionable maestría (Figura 1).

Figura 1





- $3r+(2)/R > 0.44$  De nuevo aparece una polarización significativa hacia sí misma, con la presencia, además, de respuestas de reflejo (un total de tres), lo que señala a un rasgo narcisista en su personalidad.
- Y finalmente  $Zd > +/- 3.5$  Sugiere una mayor necesidad de control a la hora de explorar situaciones vitales, en correlación con un cierto estilo obsesivo, perfeccionista.

Tenaz y aguerrida, Teodora se dispuso a hacer frente a los «fantasmas» que perturbaban su paz y le hacían difícil conectar con ella misma, lo que, entre otras cosas, hacía inevitable el despojarse de su propia «máscara», esa que tan útil le resultaba sobre el proscenio pero que en el plano existencial bien podría conducirla al autoengaño. Era ineludible, pues, que Teodora se adentrara en su particular «subsuelo», que se atreviese a descender a esa soterrada oscuridad consustancial al ser humano. En ese *transitus*, el aludido proceso de imaginación activa ha sido uno de los pilares sobre los que se erigió el encuentro terapéutico.

He aquí ahora una muestra escogida de ese primer texto que Teodora elaboró a partir de una imagen que irrumpió en ella sin ser llamada (imagen de la izquierda), y a la que, de acuerdo con las instrucciones recibidas, dirigió su atención, lo que propició la aparición de una segunda imagen. Esto fue lo «entrevisto» por ella y lo escrito (Figura 2).

**Figura 2**



Una bola fría y metálica de color negro debajo de mi esternón me pesa, me duele y me provoca ganas de vomitar. Necesidad de echarme por la boca como si

fuera un huevo cocido. Vomito piedras. Los monstruos que me visitan me paralizan. Me aprietan el pecho y me sujetan las piernas. Me cierro, me repliego y me acurruco para sentirme a salvo, la apertura me expone y me asusta. El estar cerrada me consume y me ahoga. Una sombra negra se introduce por mi útero y se sale por la frente, me saca de mi cuerpo y me veo a mí misma desde arriba, tocando el techo de mi habitación con mi cara. A mi alrededor hay más sombras a las que me da miedo mirar. No me hacen nada, solo están. Quiero volver a mi cuerpo o escapar por la ventana, pero estar aquí con ellas no... No soy yo.

En una carta que ella misma escribe a esa «niña pequeña» que habita en su interior y que en su día tanto sufriera (cf. Beyebach y Herrero de Vega, p. 338), se plantea, desde su adultez, quién es ella: «Con los años me he dado cuenta de que lo que yo soy simplemente no es tan sencillo de definir». Contiene esa carta pasajes plenos de ternura y comprensión hacia ella misma, vista ahora desde otra perspectiva, esa que da el paso de los años; se han seleccionado dos de esos pasajes:

Quiero que me enseñes los tesoros que encuentras en el campo y que me ayudes a mirarlos con la ilusión que tú los miras. Quiero que me muestres tus dibujos «feos», esos que no te atreves a enseñar a nadie y que juntas descubramos que la belleza depende de los ojos que la observan.

Y de esta forma da fin a su misiva:

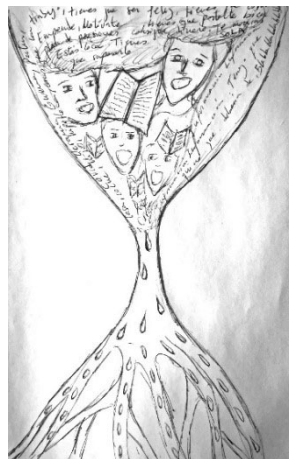
No tengas miedo de caminar, porque yo camino contigo, a tu lado, ayudándote a subir los escalones empinados, construyéndote barquitas para que puedas cruzar los lagos y cogiéndote en brazos cuando te pueda el cansancio. No tengas miedo de vivir, porque yo vivo contigo, a tu lado, hasta que lo que yo soy, lo que nosotras somos, ya deje de ser y se transforme en otra cosa.

En otro dibujo igualmente espontáneo (Figura 3), **Figura 3**

aparece un reloj de arena que, como sabemos, ha de ser invertido una y otra vez para que su contenido continúe fluyendo y el tiempo no se detenga: «Es el vaivén de mi vida», escribe Teodora. Se observan unas raíces, símbolo de la conexión con lo profundo e interno que habita en ella; también unas máscaras, esa «carga» que ella asume cuando está en contacto con el mundo externo y sus demandas. Simboliza, me cuenta, «el ruido frente al ser».

De los sueños que hemos analizado en nuestras sesiones de terapia, uno de ellos, vivido como una pesadilla, es muy significativo:

Estoy en una casona, en la habitación de la izquierda está mi hermana y mi padre en otra ubicada a la derecha. Recorro un largo pasillo hasta llegar a otra puerta, que abro con miedo: al hacerlo, veo un espejo y me miro en él como cuando me estoy depilando las cejas; hay una ventana junto al espejo y una cortina tras la que algo se mueve: la aparto y veo entonces otra habitación con una mujer que me infunde





mucho miedo, que mete a una niña en la cama y salta entonces hacia mí. Me pregunto entonces: ¿me ayudarán mis familiares? Mi padre no está, la mujer me persigue mientras intento escapar de allí y me despierto entonces presa de gran agitación.

Coincidimos ambos, ella y yo, en que el sueño retoma en esas imágenes el relato de su vida pasada o, cuando menos, de una parte importante y crucial de ella. Padre y hermana están en el «interior» pero no parecen ser de ayuda. En la vida real, su hermana llegó a asumir el cuidado y protección de ella cuando era muy pequeña. El padre, que debería estar, no acude en su auxilio, también «ausente». La mujer, la adulta que aparece junto a la niña, en dos aspectos de ella misma, muestra su ira, su enfado, ese que Teodora sabe que continúa vivo en ella, en su propia «casona». Esa cruda realidad continúa «ahí», aunque ahora más accesible a la consciencia y con menos carga destructiva. Una de sus respuestas proferidas ante la lámina IV del test de Rorschach —«del padre», en su versión más clásica— deja sentir, a modo de proyección, esta su disociación ante aquello que proviene de «lo masculino»:

Un vampiro con alas y con las manos haciendo una *mudra*, se distinguen arriba la cabeza y los dientes. Lo veo de frente, hay dos ojos negros con un puntito blanco en el centro. [WSo FD.FC'º (H) P 5.0 INC,GHR]

Teodora me remite un extenso álbum de dibujos personales que tienen como *leitmotiv* el mundo de los árboles y ella como parte integrante e integrada de esa realidad vegetal, símbolo, me dice, de su «razón para estar viva». Seleccionar siquiera uno no ha sido tarea fácil (Figura 4).

La figura humana, una mujer, muestra solo su cabeza, en cuya parte superior se enraíza un árbol cuyas ramas crecen en sentido vertical, hacia el cielo; entre ellas se superpone un mándala circular en cuyo centro hay un ojo que mira de frente. Desde la perspectiva del análisis junguiano, estamos ante una representación del *ánima* en la que el componente mental está muy destacado, incluso ese ojo simbólico recuerda sobremanera a ese llamado «tercer ojo» que, en la tradición del tantrismo, se correspondería con el sexto chakra, *ajñá*,

ese lugar de penetrante mirada interior que observa al propio individuo desde una esfera suprapersonal. Jung recuerda en uno de sus seminarios que desde nuestra perspectiva occidental, este planteamiento es inaceptable por falta de constatación empírica y por no ajustarse al modelo científico entonces, y no menos hoy, al uso: «Directamente nos tomarían por locos. O como mínimo pensarían que estamos

Figura 4



celebrando un encuentro religioso» (Jung, 1933/2015, p. 121). Pero su valor simbólico es incuestionable, porque, de acuerdo con esa milenaria tradición, sería lícito preguntarse *por qué* el resto del cuerpo no aparece y dónde se encuentra la tan necesaria conexión con la tierra, con ese primer chakra que es *mûlâdhâra*, nuestra raíz en el mundo, pues si bien *âjñâ* nos abre la posibilidad a contemplar el mundo desde una distancia, «no podemos permanecer para siempre en las puras esferas de la visión distanciada, debemos traer nuestros pensamientos a la realidad» (Jung, 1933/2015, p. 118): no es bueno ni deseable habitar entre nubes.

Conviene no pasar por alto que los árboles representados en la mayoría de las ilustraciones de Teodora carecen de hojas. ¿Es quizás porque la savia no fluye a través de su ramaje y por ello están muertos? Jung recuerda que en la tradición judeocristiana ese hecho se asocia con la «muerte» acaecida tras producirse el pecado original (Jung, 1945/1954, § 400). Mas en el caso de Teodora, ¿significaría acaso una falta de crecimiento vital debido al lastre de culpabilidad que suele estar presente en ella? ¿Lo contempla así ese atento ojo tan dado a aparecer en sus dibujos? Ella misma lo clarifica y cambia completamente el sentido de la interpretación: «El árbol está vivo, la savia sí que fluye, pero aún aguarda el momento de dar sus frutos».

### Conclusión

Despertarme ya bastante triste me sumió en la desesperanza de mi depresión. [...] Me siento más sensible que de costumbre, casi todos los días tengo un par de horas de querer llorar. El día 23 hasta deseé suicidarme, aunque solo como idea agradable para dejar de sufrir tanto. [...] Me parece que estoy maldecido, que no puedo hacer nada. [...] Me siento irascible, al borde del sinsentido.

Palabras de Paul Atreides (nombre ficticio aunque familiar a los seguidores de la saga de ciencia ficción *Dune*) expresadas en uno de nuestros últimos encuentros terapéuticos, que reflejan con fidelidad las turbulencias de su mundo interior. Al igual que ocurriera con Teodora, también Paul ha llevado a la práctica los métodos de análisis psicológico característicos del enfoque junguiano, la imaginación activa entre ellos, que han dotado de sentido muchas de sus vivencias, algunas de ellas experimentadas con la planta ayahuasca.

«Hoy necesitamos la psicología por razones vitales», escribe un anciano Jung en las páginas que dan cierre a su relato autobiográfico (Jung, 1961/2010, p. 387). Transcurridos más de sesenta años desde su fallecimiento, la frase ha adquirido tintes proféticos: los organismos oficiales señalan que nuestro país se encuentra muy a la cabeza, a escala mundial, en lo referente a consumo de sustancias psicotrópicas, más concretamente ansiolíticos y antidepresivos, y difícilmente las causas puedan atribuirse en exclusiva a los tiempos de pandemia y restricciones que estamos viviendo (cf. Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios (AEMPS), para datos referidos a España). Apuntan sin duda a una sociedad en la que distimia y pérdida de sentido existencial caminan de la mano, preclaro vaticinio de Jung en su ensayo «Metas de la psicoterapia», fechado hace ahora más de noventa años y

escrito antes del comienzo de la Segunda Guerra Mundial:

Aproximadamente la tercera parte [de sus pacientes] no padece ningún tipo de neurosis determinable clínicamente, sino de falta de sentido y objeto de su vida. No tengo nada en contra de que se designe a esto como *la neurosis general de nuestro tiempo*. (Jung, 1931, § 83, énfasis añadido)

Distimia y pérdida de sentido existencial resistentes, cuando no inmunes, a una aproximación terapéutica que haga del síntoma su *leitmotiv*, tanto desde una perspectiva exclusivamente farmacológica como desde aquella otra psicológica que solo contemple la posibilidad de una única vía de tratamiento. En este sentido, hace ahora más de una década que apareciera la primera edición de un libro llamado a suscitar polémica —agria y fuera de tono en ocasiones— con solo atender a su título: *La invención de trastornos mentales*. En sus muchas páginas, los autores se cuestionan el porqué de la imparable progresión del número de «enfermedades mentales» a partir del DSM-III así como su relación con el llamado modelo biomédico de enfermedad, y en su argumentación se sitúan más allá de manidos clichés al uso, quizás de ahí la aludida polémica. Frente a este imperante modelo, proponen como alternativo el que ellos denominan «modelo contextual», en el que la historiografía de la persona tendría carta de presentación y en el que la depresión, por ejemplo, se entendería como una experiencia humana a la que dotar de sentido, sin caer, desde luego, en innecesarias trivialidades «posmodernas» (cf. González Pardo y Pérez Álvarez, 2007, p. 319 ss.). De igual manera, en algunos de los muchos capítulos de su libro *El don de la terapia*, el ya presentado Irvin Yalom suscribe una opinión muy similar (cf. p. 236 ss.). Finalmente, en su extensa revisión, Deacon (2013) señala las insuficiencias de un modelo explicativo que contemple los trastornos mentales solo desde una perspectiva neuroquímica y su derivación farmacológica.

En un plano de análisis diferente pero ciertamente afín a lo que acaba de comentarse, el conocido filósofo y humanista de origen indio Jiddu Krishnamurti aboga abiertamente en uno de sus escritos por no solo prestar atención a nuestro «descontento», sino incluso mimarlo, como fuente de sabiduría acerca de nosotros mismos: «¿No es necesario el descontento? No se trata de sofocarlo, sino de estimularlo, de investigarlo, de explorarlo, porque del comprender *lo que es surge el contento*» (Krishnamurti, 2013, p. 275). Extrañas palabras en una época que aspira a entronizar la inmediatez en el logro de todas las acciones humanas, pero que han guiado el encuentro terapéutico con Teodora, y parecen haberlo hecho hacia puerto abrigado.

### Notas al pie:

1. Con objeto de preservar el anonimato, tanto el nombre como determinados datos biográficos han sido modificados.

## Referencias

- Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios. (n.d.). <https://www.aemps.gob.es/medicamentos-de-uso-humano/observatorio-de-uso-de-medicamentos/informes-ansioliticos-hipnoticos/>
- Beyebach, M. y Herrero de Vega, M. (2010). *200 tareas en terapia breve*. Herder.
- Caparrós, N. (2021). *Dostoievski en las mazmorras del espíritu*. Biblioteca Nueva.
- Deacon, B. J. (2013). The biomedical model of mental disorder: a critical analysis of its validity, utility, and effects on psychotherapy research [El modelo biomédico del trastorno mental: un análisis crítico de su validez, utilidad y efectos en la investigación en psicoterapia]. *Clinical Psychology Review*, 33(7), 846–861. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2012.09.007>
- Dostoievski, F. (2020). *Memorias del subsuelo*. Cátedra. (Trabajo original publicado en 1864)
- González Pardo, H. y Pérez Álvarez, M. (2007). *La invención de trastornos mentales*. Alianza Editorial.
- Hannah, B. (1998). *Encuentros con el alma: Imaginación activa*. Fata Morgana.
- Jung, C. G. (2007). Las relaciones entre el yo y lo inconsciente (Trad. R. Fernández de Maruri). En C. G. Jung (Ed.), *Dos escritos sobre psicología analítica* OC 7 (pp. 141-266). Trotta. (Trabajo original publicado en 1928)
- Jung, C. G. (2010). *Recuerdos, sueños, pensamientos*. Seix Barral. (Trabajo original publicado en 1961)
- Jung, C. G. (2011). La función trascendente. En C. G. Jung (Ed.), *La dinámica de lo inconsciente* OC 8 (pp. 69-95). Trotta. (Trabajo original publicado en 1957)
- Jung, C. G. (2015). El árbol filosófico. En C. G. Jung, *Estudios sobre representaciones alquímicas*. OC 13 (pp. 227-321). Trotta.
- Jung, C. G. (2015). *La psicología del yoga Kundalini*. Trotta. (Trabajo original publicado en 1933)
- Jung, C. G. (2016). Metas de la psicoterapia. En C. G. Jung, *La práctica de la psicoterapia* OC 16 (pp. 41-56). Trotta.
- Krishnamurti, J. (2013). *El libro de la vida*. Gaia Ediciones.
- Nietzsche, F. (1979). *Más allá del bien y del mal*. Alianza Editorial. (Trabajo original publicado en 1886)
- Nietzsche, F. (1998). *Crepúsculo de los ídolos*. Alianza Editorial. (Trabajo original publicado en 1889)
- Sacks, O. (2001). *Un antropólogo en Marte*. Anagrama.
- Tolstói, L. N. (2010). *Ana Karenina*. Austral. (Trabajo original publicado en 1878)
- Yalom, I. D. (2007). *El don de la terapia*. Emecé.
- Yalom, I. D. (2010). *Psicoterapia existencial*. Herder.