

EVOLUCION DEL CONCEPTO DE SOMBRA EN LA OBRA DE CARL GUSTAV JUNG

Eduardo Carvallo
Caracas, agosto 2009

A sabiendas de que presentar las diferentes aproximaciones que se han hecho al concepto del inconsciente a lo largo de la historia del pensamiento occidental suma un material que en sí mismo da para varias volúmenes, voy a saltarme siglos de evolución, para ubicarnos en la propuesta que hace Sigmund Freud a finales del siglo XIX acerca del mismo, cuando expone su primera tópica del inconsciente.

En esta primera tópica, el inconsciente es reconocido como un aspecto de la estructura de nuestra psique relacionado dinámicamente con otros dos: el consciente y el preconscious.

A partir de ese momento, el inconsciente, tal como se venía reflexionando, toma un giro nuevo al reconocerse su aspecto dinámico. Ya no es un espacio o una estructura de nuestra interioridad sino que además influencia nuestro comportamiento y mundo emocional aunque no nos percatemos del mismo.

En *Psicopatología de la vida cotidiana*, Freud señala:

"Nuestra cotidiana experiencia personal nos muestra ocurrencias cuyo origen desconocemos y resultados de procesos mentales cuya elaboración ignoramos. Todos éstos actos conscientes resultarán faltos de sentido y coherencia si mantenemos la teoría de que la totalidad de nuestros actos psíquicos ha de sernos dada a conocer por nuestra conciencia y, en cambio, quedarán ordenados dentro de un conjunto coherente e inteligible si interpolamos entre ellos los actos inconscientes deducidos" (Freud, 1901).

En esta obra, Freud nos va develando como él capta progresivamente que la represión es el mecanismo que prohíbe una expresión directa y consciente de los representantes ideáticos de las pulsiones instintivas,

condenando los mismos a esa especie de escenario fantasmal que es el inconsciente. Nos dice Freud:

"El psicoanálisis nos ha revelado que la esencia del proceso de la represión no consiste en suprimir y destruir una idea que representa a la pulsión sino en impedirle hacerse consciente. Decimos entonces que dicha idea es inconsciente y tenemos pruebas de que, aún siéndolo, puede producir determinados efectos, incluyendo algunos que acaban por llegar a la conciencia. Todo lo reprimido tiene que permanecer inconsciente; pero queremos dejar sentado desde un principio que no forma por sí solo todo el contenido de lo inconsciente. Lo reprimido es, por tanto, una parte de lo inconsciente." (Freud, 1901)

Este es el inconsciente con el que se encuentra Carl Gustav Jung en el libro *Interpretación de los sueños*, en 1903, y este es el momento en que Jung aparece en la escena de los estudios sobre el inconsciente.

Jung -un psiquiatra suizo que tenía una sólida formación en el campo de la psicosis al lado de los Bleuler (padre e hijo) y que había cursado estudios con Pierre Janet (quien introdujo la idea de los aspectos disociados de la psique)- venía desarrollando una investigación acerca de cómo algunos estímulos verbales modificaban el tiempo de respuesta de los individuos objeto de la observación, alejándolos de "la norma" -trabajo que se conoció posteriormente como el "Test de asociación de palabras" y que sería la base para el desarrollo de su concepto de los Complejos- a los 28 años lee el libro *Interpretación de los sueños* donde Freud exponía sus primeras aproximaciones al inconsciente dinámico. El contenido del libro le da a Jung herramientas teóricas para poder explicar los resultados que había obtenido en su trabajo experimental. Frente a él aparece este espacio que es el inconsciente freudiano, con una dinámica propia, que le permitía explicar el origen de las variaciones que la respuesta de algunas personas podía presentar frente a la respuesta "normal" que se presentaba sobre el mismo estímulo: eran tanto los contenidos reprimidos como la energía que los acompañaban los que influían prolongando el tiempo de respuesta o proporcionando una respuesta inesperada frente a los mismos estímulos.

Entusiasmado por esta teoría, le escribe a Freud hablándole de cómo sus ideas se adaptan a las observaciones obtenidas experimentalmente, e inmediatamente, el vienés se comienza a interesar por este trabajo experimental que le podría proporcionar al Psicoanálisis la base científica de la cual carecía - requisito indispensable para que en la época se tomara con seriedad cualquier planteamiento.

Impulsados por este mutuo interés se concerta el histórico encuentro entre ambos personajes en el año de 1907.

Inmediatamente Jung valora la visión del aparato psíquico desde la perspectiva freudiana y se adscribe a la misma, llegando a ser considerado por el mismo Freud el depositario natural de la posibilidad de mantener y enriquecer al Psicoanálisis.

Sin embargo, a pesar del profundo vínculo que lo unía a Freud, y de ser uno de los principales defensores del Psicoanálisis frente a la cantidad de detractores que tenía para la época, Jung no compartía algunas de las ideas fundamentales del mismo, entre los que se encontraba la idea de que la energía de la psique –la libido- provenía exclusivamente de la pulsión sexual del individuo. A medida que pasaba el tiempo, a Jung le costaba más seguir este planteamiento, y Freud se afincaba más en el mismo. Muestra de esto lo encontramos en una carta dirigida a Jung en 1910 –año en que es nombrado presidente de Asociación Psicoanalítica Internacional- en la que le decía: “Mi querido Jung, prométame que nunca desechará la teoría sexual. Es lo más importante de todo. Veá usted, debemos hacer de ello un dogma, un bastión inexpugnable contra la negra avalancha del ocultismo”. (Freud, S and Jung, C, 1974). En relación a esta misiva, Jung comenta que fue la que le hizo saber que más temprano que tarde su relación con Freud estaba llegando a su fin, hecho que ocurrió en 1913, tres años después.

Las líneas de pensamiento que separaban a Jung de Freud, tienen su primer esbozo en un libro que aquel publicó en 1912 titulado *Símbolos de transformación*. Freud no toleró el hecho de que Jung plantease ideas que se

separaban de su línea original, entre las que se encontraban el que la libido no tenía que ser exclusivamente de naturaleza sexual, siendo ésta una pulsión más entre muchas otras. La libido supondría la totalidad de la energía psíquica indiferenciada, de manera similar al "elan vital" de Henri Bergson. La energía general de la vida, que subyace a los procesos físicos y mentales del hombre constituyen su libido. La conducta humana no está determinada por la libido sexual de Freud, ni por la compensación del sentimiento de inferioridad de Adler. Sólo existe la "energía vital indiferenciada" que como fuerza motriz de la conducta puede adoptar la forma de persecución del placer sexual, lucha por la superioridad, la creación artística u otros fines. La finalidad de la energía vital es fundamentalmente proporcionar la conservación y la continuidad de la especie humana. Una vez satisfechas las necesidades de supervivencia de origen biológico, la energía vital puede ser canalizada hacia otros fines como las producciones culturales o creativas del sujeto.

En 1914 ya es un hecho irreversible la ruptura entre Freud y Jung por lo que éste renuncia a su cargo de presidente de la Asociación de Psicoanálisis.

Aun cuando las razones de este rompimiento no son nuestro tema -aunque para mí constituye un rico material para reflexionar acerca de la naturaleza y dinámicas de lo humano- si creo importante subrayar que parto de una intuición desde la cual creo que, desde este momento, Jung hizo esfuerzos enormes para desenmarcarse del Psicoanálisis que influyeron los inicios de su propio planteamiento teórico haciéndolos a veces confusos y ambiguos.

Frente a la claridad conceptual que planteaba el Psicoanálisis para la época y, habiendo sido Jung uno de sus principales pensadores y defensores, no debió ser nada fácil comenzar a pensar el inconsciente tratando de no tomar en consideración lo que hasta hacía nada eran sus propias referencias.

Para esta época, para Jung, lo inconsciente per se es, por definición, incognoscible. Lo inconsciente es necesariamente inconsciente— ironizaba. De acuerdo con esto, sólo podría ser aprehendido por medio de sus manifestaciones (en relación a ésto, recordemos que por su relación con el

Psicoanálisis, estas manifestaciones serían los sueños, lapsus, actos fallidos y chistes).

A lo largo de su vida, varias veces hizo referencia a un sueño que tuvo en sus años de adolescente, que lo marcó significativamente y que podríamos relacionar con esta primera posición frente al inconsciente:

“Era de noche en algún lugar desconocido. Yo estaba realizando una lenta y penosa caminata con un fortísimo viento que venía de frente. Había mucha niebla alrededor mío. Tenía mis manos protegiendo una débil llama que amenazaba con apagarse en cualquier momento. Todo dependía de que yo mantuviese esa pequeña llama viva. De pronto, tuve la sensación de que algo venía detrás de mí. Volteé y ví una gigantesca figura negra que me seguía. En ese momento estaba conciente, dentro del terror que sentía, que yo debía mantener viva la llama y alejada de los peligros, a pesar de la noche y el viento”. (Jung, 1962)

Sigue Jung:

“Al despertar me dí cuenta de que esa figura era un espectro del Brocken, mi propia sombra en las tinieblas, que se ponía en evidencia por la pequeña llama que yo portaba. También supe que esa pequeña llama era mi conciencia, la única luz que poseo. Mi propio entendimiento es mi único y gran tesoro. Aunque infinitamente pequeño y frágil en comparación con los poderes de la oscuridad, sigue siendo mi luz, mi única luz. (Jung, 1962)

Cada vez que repito esta experiencia de Jung, me resulta imposible no asociarla con la imagen de la *Alegoría de la caverna* de Platón y relacionarla con el concepto de los arquetipos como moradores del inconsciente colectivo, además de evidenciar la influencia que Platón tiene en el pensamiento junguiano.

Quisiera recordar que Platón utilizó el pasaje de la *Alegoría* para apoyar una explicación metafórica de la situación en que se encuentra el ser humano respecto del conocimiento, explicando de ésta manera su teoría acerca de la existencia de dos mundos: el mundo sensible (conocido a través de los sentidos) y el mundo de las ideas (solo alcanzable mediante la razón) y lo engañosa que puede ser lo que creemos ser la realidad.

En la misma, el filósofo describe “una gruta cavernosa, en la cual permanecen desde el nacimiento unos hombres hechos prisioneros por cadenas que les sujetan el cuello y las piernas, de forma que únicamente pueden mirar hacia la pared del fondo de la caverna y no pueden escapar. Justo detrás de ellos, se encuentra un muro con un pasillo y, seguidamente y por orden de lejanía respecto de los hombres, una hoguera y la entrada de la cueva que da al mundo, a la naturaleza. Por el pasillo del muro circulan hombres cuyas sombras, gracias a la iluminación de la hoguera, se proyectan en la pared que los prisioneros pueden ver.”

No creo que sería muy descabellado suponer que fue cuestión de poco tiempo el que comenzara a utilizar esta metáfora de la sombra como una realidad psíquica y que a partir de un momento, sustituyese el Inconsciente freudiano por la Sombra junguiana.

Marie-Louise von Franz -una de las colaboradoras más cercanas de Jung- en su libro *Sombra y el Mal en cuentos de hadas* -que recoge 2 lecturas que se llevaron a cabo en 1957 y en 1964- nos refiere la siguiente anécdota: Durante una discusión acerca de la Sombra como concepto, Jung le dijo a sus discípulos: “Esto no tiene ningún sentido. La Sombra es, simplemente, todo el inconsciente”. (Von Franz, 1995)

Esta misma forma de conceptualizar la Sombra, se la he oído muchas veces a Rafael López-Pedraza -uno de los más profundos analistas junguianos contemporáneos, formado por los discípulos más cercanos a Jung entre los que se encontraba la von Franz, en la escuela fundada por Jung en Zurich: “Sombra es todo aquello que yo desconozco de mí mismo”, y sin embargo, sabemos que no es la única acepción del concepto utilizada por él.

Para mí, de las cosas más extraordinarias e interesantes que tiene el trabajo desde la perspectiva junguiana, es que a lo largo de un proceso de acompañamiento con un paciente, vemos cómo, a medida que van surgiendo las inquietudes, síntomas, imágenes y sueños, vamos encontrando una correlación directa entre éstos y los conceptos del marco teórico de la Psicología analítica.

De allí mi afirmación, que repito frecuentemente, en relación a que los conceptos junguianos “se ven”.

Y, en alguna forma, la aparición de los mismos a lo largo del proceso terapéutico, guardan una cierta relación con el orden en que estos conceptos fueron apareciendo en la obra de Jung. Esta última afirmación la hago con la advertencia de que no sea tomada como una fórmula, ya que en el planteamiento junguiano no hay nada más alejado que las fórmulas que pueden encasillar los procesos o expresión de lo psíquico. Para Jung, cualquier cosa relacionada con lo psíquico, siempre fue un “suceder”.

Si alguien, que no sepa nada de psicología, viene a una sesión de terapia, no nos quedaría más remedio que decirle, en relación a los procesos que se dan fuera de su control y voluntad, y de los cuales no tenemos ninguna conciencia, que ellos pertenecen al ámbito de su Sombra.

En el libro de von Franz citado anteriormente, ella señala que en la primera etapa de la aproximación al inconsciente, la Sombra no es más que un nombre “mitológico” para todo aquello que, estando dentro de mí, yo no puedo conocer directamente.

Si nos paseamos por la obra de Jung, encontramos como sus planteamientos teóricos fueron revisados una y otra vez. Un ejemplo de esto lo tenemos en el tomo 7 de sus Obras completas, quizás el que recoge la más rica síntesis de los mismos. En él encontramos dos ensayos sobre Psicología analítica –de allí su título. El primer ensayo llamado *Sobre la psicología del inconsciente* fue publicado por primera vez en 1917 y fue reeditado 5 veces, la última de las cuales fue publicada en 1943. El segundo *Las relaciones entre el Ego y el inconsciente* fue publicado por primera vez en 1916 y reeditado 3 veces, publicándose la última de las mismas en 1938.

En este tomo encontramos una definición que hace Jung de este aspecto de nuestra psique: “Por Sombra me refiero al aspecto “negativo” de la personalidad, la suma de todas esas cualidades “displacenteras o incómodas”

que nos gusta esconder, junto con las funciones subdesarrolladas y los contenidos del inconsciente personal” (Jung, 1966a).

En esta definición, podemos ver que hay un enriquecimiento y una profundización del concepto inicial, mucho más general, que ya revisamos. En esta segunda aproximación al concepto de Sombra, el autor lo asocia y lo ubica con el nivel personal del inconsciente, pero no lo identifica con el mismo. Así mismo, nos dice, que encontraríamos por lo menos 3 elementos diferentes en la Sombra:

- El aspecto negativo de la personalidad que nos gusta esconder (podríamos equivaler este esconder con reprimir).
- Funciones subdesarrolladas de la psique (recordar el “problema” de la función inferior cuando hace su desarrollo sobre los tipos psicológicos)
- Contenidos del inconsciente personal, es decir memorias perdidas, percepciones subliminales, ideas dolorosas que son reprimidas u otros contenidos que no han madurado hacia la conciencia.

Sin embargo, sabemos que el concepto de Sombra no quedó aquí. Hoy en día estamos más familiarizados con una aproximación al concepto que surgió posteriormente, al madurar los conceptos iniciales -sobre todo los relacionados con el Ego y el complejo del Ego- en el que la Sombra se ve como una personificación de un aspecto de nuestro inconsciente.

Jung en *El hombre y sus símbolos* , el libro al que le dedicó los últimos meses de su vida, nos dice:

“Los integrantes de nuestra constitución mental no pueden desarraigarse sin grave pérdida.

Al ser reprimidos o desdeñados, su específica energía se sumerge en el inconsciente con consecuencias inexplicables. La energía psíquica que parece haberse perdido, al reprimirse sirve para revivir e intensificar todo lo que sea culminante en el inconsciente, con lo cual me refiero a tendencias que, quizás, no tuvieron hasta entonces ocasión de expresarse o, al menos, no se les permitió una existencia no reprimida en nuestra conciencia.

Tales tendencias forman una “sombra”. Permanente y destructiva, en potencia, en nuestra mente conciente. Incluso las tendencias que, en ciertas circunstancias, serían capaces de ejercer una influencia beneficiosa, se transforman en demonios cuando se les reprime.” (Jung, 1966b)

En el libro de la Dra. von Franz mencionado anteriormente, encontramos este pasaje que complementa acertadamente esta nueva visión:

“En Psicología junguiana, generalmente definimos a la Sombra como la personificación de ciertos aspectos de la personalidad inconsciente, que podría haberse agregado al complejo del Ego, pero que por diversas razones no lo están. Por lo tanto, pudiésemos decir que la Sombra es el lado oscuro, no vivido y reprimido del complejo del ego”. (Von Franz, 1995)

Es el Otro Yo del Dr. Merengue, el Mr. Hyde del Dr. Jerkyl. Una personalidad que vive en mi psique, que tiene autonomía propia y que al manifestarse representa los aspectos más opuestos a la imagen conciente que tengo de mí mismo.

Una vez que en el desarrollo de la psicología junguiana se llegó a esta comprensión de la sombra como un aspecto muy particular de nuestro inconsciente personal, con contenidos y dinámicas autónomas y específicas, podemos comenzar a diferenciar otros dos aspectos presentes en el mismo: el terreno de los complejos y el de las imágenes anímicas contrasexuales (anima y animus), que junto a la sombra personal conforman las estructuras contenidas en el nivel personal del inconsciente.

Ya para finalizar, no podemos dejar de mencionar una última aproximación al concepto de sombra aportada por el nivel colectivo del inconsciente: la sombra arquetipal.

Para Jung es un hecho que los seres humanos nacemos con un banco de imágenes vinculados con emociones que escapan de la experiencia personal, que nos permiten “entender”, empatizar y “saber” de situaciones o aspectos de la naturaleza humana aun cuando no nos pertenezcan biológicamente o no las

hayamos vivido en carne propia. Son el conjunto de posibles patrones de comportamiento y de estructurarnos que tenemos y que conforman el nivel colectivo de nuestro inconsciente.

Decimos que en este nivel del inconsciente colectivo moran los arquetipos. Las imágenes metafóricas de los mismos nos llegan desde diferentes vías: Quizás las más populares provienen de las divinidades del panteón griego, desde donde podemos identificar patrones que se corresponden a ciertos “esquemas de comportamiento” exhibidos por estos dioses (Apolo, Afrodita, Zeus, Dionisios, Atenea); de la misma forma podemos identificar arquetipos en roles posibles que se pueden asumir (lo masculino, lo femenino, padre, madre, héroe, sabio) y en manifestaciones posibles de la naturaleza humana: el bien o el mal.

Cuando hablamos del Mal con mayúscula, estamos refiriéndonos a la sombra arquetipal. Ese aspecto no sólo de lo humano sino de la existencia, en el que proyectamos los más terroríficos niveles destructivos y que están presentes en la gran mayoría de las expresiones colectivas de prácticamente todas las culturas, occidentales y orientales, antiguas y contemporáneas.

Para terminar, quisiera leerles estos párrafos escritos por el poeta americano Robert Bly en su libro *Un pequeño libro sobre la sombra humana* que nos dan una magnífica imagen de cómo, en relación a la formación de la sombra, se da el proceso y de sus resultados:

“Cuando tenemos 1 o 2 años de edad, tenemos lo que podríamos visualizar como una personalidad de 360°: irradiamos energía desde todos los ángulos de nuestro cuerpo y de nuestra psique. Un niño corriendo es un enorme y vital globo de energía. Muy bien, tenemos un globo de energía, pero un día nos damos cuenta de que a nuestros padres no le gustan ciertas partes del globo...Detrás nuestro tenemos una bolsa invisible, y en ella vamos colocando lo que a nuestros padres no les gusta, para conservar su amor. Para el momento en que vamos al colegio nuestra bolsa ya está bastante larga, y allí nuestros maestros nos enseñan a hacerla más larga aún...Luego vamos al bachillerato y allí son las personas de nuestra misma edad las que nos presionan y el contenido de la bolsa sigue creciendo....Para el momento en que tenemos 20 años de edad, lo

que queda del globo redondo de energía, es una delgada tajada. Imaginemos un hombre alrededor de sus 24, que tiene una delgada tajada de energía –el resto está en la bolsa- e imaginemos que conoce a una mujer. Ella también tiene una delgada y elegante tajada que le ha quedado. Ellos se juntan en una ceremonia y esta unión de estas dos tajadas la llamamos matrimonio. ¡Incluso uniendo los dos no llegan a hacer una persona!...

Diferentes culturas llenan la bolsa con diferentes contenidos...Nos pasamos nuestros primeros 20 años de vida decidiendo que partes de nosotros mismos ponemos en la bolsa, y nos pasamos el resto de nuestra vida tratando de sacarlas nuevamente. Algunas veces esto se hace imposible. Es como si la bolsa se hubiese sellado. Y, ¿qué pasa entonces?...Dr. Jekyll and Mr. Hyde nos da una idea: la parte *nice* de nuestra personalidad se hace, en nuestra cultura idealística, más y más *nice*...pero la sustancia que está en la bolsa adquiere una personalidad propia. No puede ser ignorada. La historia de Stevenson nos dice que la sustancia encerrada en la bolsa, un día, aparece en otro lado de la ciudad. La sustancia en la bolsa se siente furiosa, y si lo observan, luce como un gran mono y se mueve como un gran mono...La historia nos dice que cuando ponemos una parte de nosotros en la bolsa, ésta sufre una regresión. Se de-evoluciona hacia el barbarismo...y cuando aparece nuevamente se acompaña de miedo y rabia....Cada parte de nuestra personalidad que no amamos desarrollará una hostilidad hacia nosotros..." (Bly, 1988)

(Conferencia presentada en Lima, el 14 de septiembre del 2009)

BIBLIOGRAFIA:

BLY, R. (1988). *A little book in human shadow*. NY: Racoon Books Inc.

FREUD,S. (1901). *Obras completas. Tomo VI*. Buenos Aires: Amorrortu editores.

FREUD, S and JUNG, C. (1974). *Freud and Jung letters*. New Jersey: Princeton University Press.

JUNG, C. G. (1962) *Memories, dreams and reflections*. New York: Random House Inc..

----- (1966a) *Two essays on analytical psychology. Vol 7 of the Collected Works*. New Jersey: Princeton University Press.

----- (1966b) *El hombre y sus símbolos*. Madrid: Aguilar editores.

VON FRANZ, M-L. (1995) *Shadow and the self in fairy tales*. Boston: Shambala Publications Inc