

## **Arte, sueños e imaginación activa: Un enfoque post-Jungiano de la transferencia y la imagen<sup>2</sup>**

Joy Schaverien, *Leicester, Reino Unido*

**Resumen:** El término imaginación activa a veces se aplica de forma indiscriminada para describir todas las formas de actividad creativa que tienen lugar en la psicología profunda. Si bien hay muchas formas de expresión que suscitan o son suscitadas por la imaginación activa, no todas pueden calificarse automáticamente de imaginación activa. En este artículo, la investigación de imágenes mentales visualizadas, de sueños y de arte, muestra tres formas distintas de actividad psicológica basada en la imagen. Integrada y mediada dentro de la dinámica de la transferencia y la contratransferencia, lo que aquí se plantea es que la conexión con la imaginación activa refleja y se ve influenciada por la transferencia. La diferenciación entre signo y símbolo, pequeños y grandes sueños, así como entre imágenes gráficas y corporeizadas, clarifica las diferencias. Mediante ejemplos de la práctica clínica se demuestran los distintos modos de acción dentro del marco analítico.

*Palabras clave:* imaginación activa, arte, contratransferencia, sueños, asociación libre, Jung, signo, símbolo, transferencia, visualización, sueños en vigilia.

---

<sup>1</sup> Este artículo fue publicado originalmente el 22 de marzo del 2005: "Art, dreams and active imagination: A post-Jungian approach to transference and the image" por Joy Schaverien, *Journal of Analytical Psychology*, 50, 2, 127-53. <https://onlinelibrary.wiley.com/toc/14685922/2005/50/2>

<sup>2</sup> Traducido por Olivia del Castillo, con autorización de la autora, Joy Schaverien, y del *Journal of Analytical Psychology* para compartirlo con los lectores de lengua española a través de la web de la Sociedad Española de Psicología Analítica

La imaginación activa y la transferencia movilizan la psique. Muchas de las formas de expresión creativa que se experimentan dentro del marco analítico se consideran más o menos imaginación activa, o generadoras de ella, pero una observación más cercana de su naturaleza específica revela diferencias significativas. Así como las palabras pueden aplicarse de muchas maneras diferentes, también lo pueden hacer las imágenes. Por tanto, la intención de este artículo<sup>3</sup> es cuestionar el uso del término imaginación activa con el fin de diferenciarlo de otras formas de actividad imaginativa y creativa. Fue Jung quien propuso que una serie de formas diferentes de arte podían dar expresión a imágenes internas a través de la imaginación activa, según explica en su obra:

... tomé una imagen de un sueño o una ocurrencia del paciente como pretexto para encargarle que ampliara o desarrollara este asunto con total libertad imaginativa. Tal desarrollo podía tener lugar... de forma dramática, dialéctica, visual, acústica, o mediante la danza, la pintura, el dibujo o la escultura.

(Jung 1947.párr. 400)

Muchos analistas junguianos actuales aplican formas particulares de expresión creativa en el trabajo con sus pacientes. Entre estos se incluyen: la terapia de danza movimiento (Chodorow,1991), el juego de arena (Kalff 1980; Mitchell & Friedman 1994; Ammán 1991; Steinhardt 2000), y la música (Williams 2001; Skar 2002). Cada una de estas formas de expresión podría ser la chispa de la imaginación activa o ser generadas por ella, pero no puede considerarse que *sean* imaginación activa. La forma artística no es en sí misma imaginación activa, aunque a veces podría reflejarla. Más que el medio, lo que constituye la imaginación activa es la experiencia de la persona. Esta es la razón por la que los analistas y los terapeutas de arte a veces manifiestan que lo que interesa es estar en el proceso, en lugar del producto creado dentro del análisis [es decir, el arte]. Sin embargo, esto supondría limitar el potencial aportado por la imaginación activa. El proceso de imaginación activa es altamente significativo, pero el producto final, la visión, el sueño o la imagen, como imagen compartida u objeto que surge dentro de la relación

---

<sup>3</sup> Se presentó una versión de este trabajo en la First International Academic Conference of Analytical Psychology que se celebró en la Universidad de Essex, Reino Unido, en julio del 2002.

terapéutica, es de interés analítico porque influye tanto en la transferencia como en la contratransferencia.

El alcance de este artículo se limita a aquellas áreas de expresión con las que estoy más familiarizada por mi propia experiencia y por la práctica clínica. Me centraré en tres formas específicas de actividad imaginativa: sueños en vigilia (en forma de visualizaciones), sueños y arte. La observación revela que hay tres formas distintas de experiencia basada en imágenes y, en cada una de ellas, a veces se manifiesta la imaginación claramente activa y a veces no. Lo que aquí se plantea es que esto está relacionado con (y a veces generado por) la profundidad y la calidad de la participación en la transferencia.

Los tres ejemplos clínicos que presentaré están destinados a mostrar la influencia de la transferencia en la imaginación activa. El primero es una visualización profundamente simbólica que surgió como un aspecto integrado en una transferencia ya activada. El segundo muestra cómo el inconsciente, en forma de sueños, conduce a un nivel más profundo en el análisis y moviliza la psique en un momento en que se siente que la transferencia está bloqueada. El tercero muestra cómo puede el arte encarnar la transferencia, revelando elementos previamente inconscientes, haciéndolos visibles y por tanto disponibles para la consciencia. Ninguno de estos ejemplos fue un evento aislado, pero cada uno dio lugar a una cadena de visualizaciones, o a una serie de sueños o de imágenes, y por tanto a una forma viva de imaginación activa.

### **Imaginación activa**

Jung utilizó el término de imaginación activa para referirse a un medio de movilizar la psique a través de la imagen (o de una cadena de imágenes) y las asociaciones con ella relacionadas. Consiste en concentrar la atención “en alguna imagen de sueño que deja una gran impresión pero que no se entiende, o en una impresión visual espontánea, y se observan los cambios que tienen lugar en la imagen” (Jung 1951a, párr. 319). Esto puede llevar a la aparición de material previamente inconsciente y a la posibilidad de que la consciencia lo asimile progresivamente. Puede producirse a través de una visión rápida o puede surgir poco a poco, a través de una serie de experiencias relacionadas. Para hacer este recorrido es necesaria una división psicológica; una parte de la personalidad entra en el material de la fantasía, mientras que otra parte observa el proceso.

Jung llegó a la imaginación activa y a su método de amplificación a través de su propia experiencia. Después de separarse de Freud, experimentó lo que él describe como “un período de desorientación”. En *Recuerdos, Sueños y Pensamientos* habla de su enfrentamiento con el inconsciente (Jung 1963, cap. 6) y de cómo el interés en los sueños y en su estado psicológico de aquel momento le condujo a un intenso período de autoanálisis. Esto, junto a la escucha de los sueños y las asociaciones de sus pacientes, lo llevó a explorar aún más el contenido mítico de la psique. Cada vez que Jung se sentía atrapado en su propio material analítico volvía a hacer modelaje o a pintar cuadros, recordando los juegos de su infancia. Hizo dibujos circulares espontáneos y más tarde, cuando se encontró con la filosofía oriental, se dio cuenta de que eran similares a los mandalas de Oriente. Empezó a comprender que el objetivo del desarrollo de la psique era el sí-mismo. “No hay una evolución lineal; sólo hay una circunvalación del sí-mismo” (Jung 1963, p. 222).<sup>4</sup>

La imaginación activa es así; nada es lineal o lógico y, aunque lo hace de manera indirecta, su proceso crea sentido. Provoca la aparición de material arquetípico al que Jung relaciona con el inconsciente colectivo cuando dice: “ciertas *condiciones colectivas inconscientes* ...proceden exactamente como las fuerzas motrices de los sueños, por lo que la imaginación activa ... también puede sustituir hasta cierto grado a los sueños” (Jung 1947, párr. 403). Este proceder como un sueño de la imaginación activa es lo que lo lleva a considerarla una forma de soñar mientras se está despierto.

La imaginación activa fue un principio central de la psicología de Jung. Chodorow señala que en algún momento Jung describió la “imaginación activa como su método analítico de psicoterapia” (Chodorow 1997, p.17). Sin embargo, como tantas otras cosas en su obra, su punto de vista era fluido y cambió a lo largo de su vida.

### **Imaginación activa y asociación libre**

---

<sup>4</sup> Es un error común considerar que todos los círculos en las imágenes son mandalas. Se ha demostrado que el círculo es una de las primeras marcas que hace un niño (Kellogg 1970; Piaget en Kellogg 1970). Podría argumentarse que muchos de esos movimientos circulares pueden explicarse como resultado de un movimiento circular del brazo de la mano que es natural en los niños. Por lo tanto, puede tener una relación con la expresión del sí-mismo, pero no necesariamente tiene la sofisticación e inteligencia de un mandala construido conscientemente, como los que se producen en Oriente con el propósito de la meditación.

La imaginación activa originalmente se desarrolló a partir del método de asociación libre del psicoanálisis. Jung escribe: "...la he aprendido del método freudiano de asociación libre, y entiendo mi técnica como una elaboración ulterior del mismo" (Jung 1931, párr. 100). Por lo tanto, la distinción entre los dos métodos merece atención.<sup>5</sup> En la asociación libre Freud (1963) instruye al paciente para que:

Se coloque en un estado de auto observación silenciosa e irreflexiva, y nos informe de cualquier percepción interna que pueda apreciar —sentimientos, pensamientos, recuerdos— en el orden en que se le ocurran. Al mismo tiempo le advertimos expresamente que no ceda ante cualquier motivo, lo que le llevaría a hacer una selección entre estas asociaciones o a excluir cualquiera de ellas.

(Freud 1963, p. 287)

Así pues, en la asociación libre se le pide al paciente que observe e informe de sus pensamientos, pero que se abstenga de seleccionar material. En la imaginación activa Jung pide al paciente que *seleccione y tome a la imagen como guía*: "...le pedimos al paciente simplemente que contemple cada uno de los fragmentos de la fantasía que le parezcan significativos...hasta que se vuelva visible su contexto" (Jung 1951a, párr. 101). Por tanto, para Jung la selección es una parte importante del proceso, ya que indica dónde puede residir el interés del paciente, animándole a elaborar la imagen o fantasía:

No se trata de la "libre asociación" recomendada por Freud con el fin de analizar los sueños, sino de elaborar la fantasía observando el resto del material fantástico que acompaña al fragmento de una manera natural...la series de fantasías resultantes alivian lo inconsciente y producen material rico en imágenes y asociaciones arquetípicas.

(Jung 1936/37, párr.101–102)

Parece que este es el punto de partida; Jung o el paciente seleccionan una hebra del hilo a desarrollar y se anima al paciente a elaborar el material de fantasía. El paciente se embarca en un viaje imaginario y el proceso puede ser amplificado por un mito o un cuento de hadas que parece resonar con la atmósfera arquetípica del material. Esto lo elige el paciente o, a veces, lo puede sugerir el analista; lo que difiere claramente de la asociación libre. Según Mattoon, la objeción de Jung a la asociación libre era que, aunque conduce al descubrimiento de complejos, no aprovecha" las aportaciones únicas de los

---

<sup>5</sup> Quizá esta es una de las diferencias fundamentales y no reconocidas que siguen existiendo actualmente entre junguianos y freudianos.

sueños para obtener información del inconsciente” (Mattoon 1984, p. 55). Jung consideró que, aunque a primera vista “[los sueños] apuntan *hacia atrás* ... [estos] también tienen una continuidad hacia *adelante* ...” (Jung 1934, párr. 444; itálicas en el original). Es este movimiento hacia adelante lo que es de interés en relación a la imaginación activa.

### **De la superficie a la profundidad**

La diferencia entre la actividad superficial y la experiencia profunda será cada vez más importante a medida que consideremos las vivencias transferenciales asociadas con la imaginación activa. Jung distingue entre la actividad imaginativa ordinaria, como la fantasía, y la imaginación activa:

Una fantasía es más o menos la invención de un individuo, y permanece en la superficie de las cosas personales y las expectativas conscientes. Pero la imaginación activa significa, tal como indica el término, que las imágenes tienen vida propia y que los acontecimientos simbólicos se desarrollan de acuerdo con su propia lógica (suponiendo, por supuesto, que tu razón consciente no interfiera).

(Jung 1935, “Las conferencias Tavistock” , párr. 397)

La actividad imaginativa, como el simple ensueño y el fantasear, "permanece en la superficie de las cosas personales"; por lo tanto, está más cerca de la experiencia consciente. La imaginación activa requiere una atención dirigida y una suspensión de la incredulidad, lo que permite que fluyan imágenes previamente inconscientes y que el material más profundo pueda manifestarse.

Fordham, del mismo modo, diferenció la imaginación activa en el análisis de adultos del juego y la actividad imaginativa espontánea de los niños (Fordham 1977). El juego puede ser profundamente significativo, pero Fordham al parecer considera que el juego no es sinónimo de imaginación activa. El juego se mantiene más cerca de la superficie incluso cuando revela material inconsciente. En la imaginación activa la consciencia se suele dirigir deliberadamente hacia una imagen; se crea una situación nueva y se ven expuestos contenidos inconscientes. Esta diferencia entre la actividad superficial y la profunda nos lleva a tener en cuenta las diferencias entre signo y símbolo, a las que volveré más adelante.

## **Imaginación activa**

### *1. Sueños en vigilia*

La imaginación activa puede surgir espontáneamente en imágenes visualizadas, como un “sueño en vigilia” (Watkins 1984). Esto es diferente a una simple fantasía, que es una forma de ensoñación, y también es diferente a un sueño vivido mientras se está dormido. Al rebajar deliberadamente el nivel de la consciencia, las imágenes del inconsciente se elevan hasta la superficie y, a medida que emergen, parece como si lo que se visualiza estuviera teniendo lugar realmente. Por lo tanto, esta forma de *imaginación activa es una experiencia vívida*. La imagen genera movimiento psicológico mientras el yo se mantiene en un estado de suspensión. Luego, lentamente, a medida que se asimilan estas imágenes, entran en relación con la mente consciente. El protagonista viaja mentalmente de la superficie a la profundidad y luego regresa, pero en un estado alterado. Watkins señala que:

[Jung] descubrió que la habilidad que había observado en sí mismo de permitir a inconsciente y consciente hablar entre sí mientras se está despierto... ayudada a desarrollarse de forma natural . . . Esta capacidad de imaginar activamente surgiría en momentos críticos en el análisis cuando las polaridades de la psique buscan alguna imagen integradora.

(Watkins 1984, p. 47)

Así ocurrió en el primer ejemplo que daré; fue una imaginación activa vivida en un momento crítico. Se produjo espontáneamente desde dentro de la dinámica de transferencia/contratransferencia con la que las imágenes resonaron en profundidad. En el contexto de esta relación terapéutica las imágenes no verbales habían desempeñado un papel importante desde el principio.

### **Viñeta I.**

El diván de mi consulta era bastante pequeño y no podía realmente acomodar a personas de gran tamaño, además de que la persona acostada no estaba protegida de la pared fría de al lado. Así que, en un unas vacaciones de primavera, encontré un diván adecuado y cambié el viejo por el nuevo. Era más grande y tenía un brazo a todo lo largo de uno de los lados que protegía a la persona que yacía sobre él del contacto con la pared. Las

reacciones de los analizandos a este cambio de diván fueron variadas, algunos no parecían notar el cambio. Otros expresaban lo que les gustaba y no les gustaba. A quien más le afectó fue a Lizzie, una mujer delgada de veintitantos años que no necesitaba que el diván fuera más grande. Estaba desolada, lo sintió como la presencia de un intruso que ocupaba el lugar del pequeño, viejo y amigable sofá. Conforme iba explorando su apego al primer diván, fue emergiendo una potente serie de imágenes visuales vividas mentalmente, que podríamos entender como una forma de imaginación activa espontánea surgida del inconsciente. Durante varias sesiones hubo silencio y una rabia no expresada mientras Lizzie, sentada en la silla, miraba hacia al suelo o miraba con rabia al hermoso y nuevo diván; apenas podía soportar mirarlo. Finalmente pudo decirme cuán molesta estaba, cuando dijo con voz tranquila: “Era mi padre”.

Durante el transcurso de este análisis la sala de consulta, así como los objetos que había dentro de ella, habían adquirido vida y, en la mente de Lizzie, habían sido incorporados a la transferencia. Fueron experimentados como el cuerpo de la analista en muchas formas de género diferentes. Recordé en ese momento que Lizzie había vivido con mucha dificultad una pausa en el análisis, fue como un especie de parto forzado. Cuando lo retomamos odiaba al pequeño diván, dijo que era el pene del padre, que en su ausencia se había metido en el cuerpo materno/sala <sup>6</sup>. Este pene/diván había podido ir donde ella tuvo que dejar de estar, por lo que estaba furiosa e imaginaba destruirlo. Por supuesto, durante ese periodo de tiempo había sido muy necesario que sobreviviera. Entonces Lizzie empezó a hacerse amiga de él y a acostarse en él, y así fue convirtiéndose en una presencia paterna benigna con la que podía relacionarse dentro de la sala.

Debido a esta historia, el nuevo diván adquirió proporciones inmensamente hostiles. No se acostaba en él y finalmente pudo permitir que emergiera una cadena de imágenes en la que se vio a sí misma apoderándose del nuevo diván, arrojándolo a la fuerza fuera de la sala, rompiéndolo, arrancándole las patas, y pisoteándolo, haciéndolo pedazos. Se había convertido en un padre impostor al que había que destruir. ba describiendo la escena en detalle sin mirarme. Estaba destrozada y, en su mente, destruyó el diván y a mí con él.

Esta fue una imaginación activa que se expresó vivamente en una combinación entre la atmósfera creada en la sala, la acción llevada a cabo por su actitud y la sensación de rabia

---

<sup>6</sup> Puede que parezca que la analista sugirió esta imaginería Kleiniana, sin embargo, fueron palabras e imágenes que le llegaron a ella



silenciosa que permaneció durante muchas sesiones. Finalmente surgió una voz susurrante pronunciando palabras sin contacto visual que desmentía la cadena de acontecimientos descrita. En cierto modo Lizzie era pasiva ante esa cadena de imágenes y en cierto modo era parte activa. Por tanto, se encontraban implicadas dos partes de ella; una parte había participado en los sucesos imaginados, mientras que la otra los observaba y luego los comentaba. Jung escribe sobre este tipo de experiencias:

Son en parte sueños, en parte “visiones”, o sueños entremezclados con visiones. Estas “visiones” no son en absoluto alucinaciones o estados de éxtasis, son imágenes visuales espontáneas, o la llamada *imaginación activa*.

(Jung 1951 párr. 319; itálicas. en el original)

No hay espacio en este artículo para desarrollar los aspectos psicológicos del caso en profundidad, pero haré un esbozo de algunos de los procesos que intervienen. Antes de la pausa en el análisis Lizzie había empezado a pasar de la relación bipersonal a la relación a tres; el tercero estaba representado en su mente por el diván. La sensación de exclusión de la pareja parental/analista en la pausa la había enfurecido, pero le había resultado más o menos soportable. Sin embargo, a su regreso el diván se había marchado; había desaparecido un objeto que jugó un papel importante en su mundo interior. Era como si los padres se hubieran separado durante la pausa. Esto le despertó una ira intensa, acompañada del terror de que sus fantasías destructivas hubieran tenido consecuencias reales. El impulso de venganza contra la madre/analista se expresó vívidamente a través de la imaginación activa espontánea descrita. Fue mucho más tarde cuando la tristeza asociada con estos acontecimientos pudo expresarse.

Esta imaginación activa surgió espontáneamente desde dentro de la relación transferencia/contratransferencia. Fue un acontecimiento profundo y muy simbólico experimentado mientras la protagonista estaba despierta. Lizzie se vio a sí misma participando en ese acto como si estuviera sucediendo en realidad; vivió la experiencia. Esto se hizo evidente cuando dijo: “*Era* mi padre” en lugar de, “*era como si* fuera mi padre”. En ese momento no había ningún “como si”, y el alcance de la expresión de su furia la aterrorizaba y la sorprendía. Sin embargo, aquí es necesario hacer una distinción importante porque ella no era psicótica y esta no era una transferencia delusoria. Lizzie tenía suficiente fuerza del yo para manejar los sentimientos y hablar de ellos. En el momento de la imaginación el “como si” se sumergía temporalmente, pero se recuperaba

rápidamente y ese es el punto clave: a pesar de la intensidad de los sentimientos, fue un acto simbólico. Lizzie en realidad no intentó destruir el diván y, aunque vivió la experiencia en su imaginación, ella no se creyó que hubiera sucedido. La capacidad de recuperar la posición “como si” es lo que diferencia un evento psicológico como este de la psicosis.

Esta visualización fue diferente a un sueño, porque Lizzie estaba despierta y era consciente de su furia. Esto es claramente muy diferente a soñar durante la noche cuando la psique consciente carece de voluntad. Watkins describe cómo Jung:

había constatado que el acto de permitir que las imágenes surjan cuando se es consciente y se está atento, y de participar en ellas, “introduce en la mera fantasía un momento de la realidad, lo cual confiere a la fantasía un peso mayor, un efecto mayor”

(Jung 1954, párr. 106, citado en Watkins 1984, p. 47)

También era diferente a la realización de un dibujo porque no había ninguna manifestación concreta de la imagen. Algo que diferencia los tres tipos de experiencia que estamos examinando es la forma en que se transmite al analista. En un acontecimiento mental como este, no importa cuán poderosamente se exprese o se transmita a nivel no verbal, el analista no puede ver el acto imaginado como lo hace el paciente. Para informar de la experiencia es necesario expresarla en palabras. Es parecida a un sueño: se necesitan palabras. Con los dibujos no siempre son necesarias.

### **La transferencia *como* imaginación activa**

La relación terapéutica constituye el entorno dentro del cual surge la imaginación activa. Por lo tanto, la profundidad simbólica de la imaginación activa refleja la transferencia. Hemos visto esto con la imaginación activa de Lizzie, que fue provocada por la transferencia en la que se encontraba inmersa en ese momento.

La transferencia es un término técnico, un concepto, que representa una aventura imaginal en la que los analistas se implican diariamente. Fue el salto inicial de la imaginación de Freud el que nos brindó este término hace casi cien años. Desde aquellos años en que se empezó a utilizar, la transferencia se ha desarrollado, se ha discutido sobre ella, se ha discrepado y en general se ha aplicado en las consultas de todo el mundo. Teniendo esto en cuenta, cito la siguiente advertencia de Bachelard:

Los conceptos son cajones en los que se puede clasificar el conocimiento; también son vestimentas preconcebidas que eliminan la individualidad del conocimiento fruto de la experiencia. El concepto pronto se convierte en pensamiento sin vida ya que, por su definición, es pensamiento clasificado.

(Bachelard 1958, p. 74)

Es raro que la transferencia o la imaginación activa se apliquen como pensamiento sin vida, pero su propia familiaridad puede conducir a sutiles suposiciones de significado común. Existe un acuerdo básico sobre lo que significan, pero el discurso creativo evita perder la sutileza vital y los estados cambiantes de ser que transmiten. El deseo es que algo de la frescura de Freud o el salto original de Jung sobre la imaginación puedan seguir vivos mientras se revisa y cuestiona el uso actual de estos términos.

Es bien sabido que Freud (1912, 1915) entendió que, dentro del setting enmarcado del análisis, el paciente podía retroceder a un patrón anterior de relación en el que el analista era experimentado como padre, o una figura de autoridad del pasado. A medida que el pasado adquiere vida en el presente, la psique “se pone en marcha”, por así decirlo, y el cambio es posible. Utilizaré la expresión “se pone en marcha” más adelante en este artículo, por lo que ahora voy a elaborarla un poco. La tomamos prestada de Bachelard quien señala que: “El psicoanálisis pone en marcha al ser humano ... Lo llama a vivir fuera de las moradas de su inconsciente, a entrar en las aventuras de la vida, a salir de él mismo” (Bachelard 1964, p. 10). Esto parece expresar vívidamente la experiencia de implicación en el análisis y en la imaginación activa en particular. La transferencia en sí misma es una experiencia imaginal que “pone en marcha al ser humano”, y el cambio se hace posible porque los estados previamente congelados cobran vida. Esto es generado inicialmente por la atención, la comprensión y el interés del analista. En la transferencia pueden producirse todo tipo de distorsiones, pero generalmente está claro para ambos participantes (a menos que haya una transferencia psicótica) que el analista no es (por ejemplo) el padre. El analista, percibido a través de la lente de la transferencia, es a la vez una persona real y una imaginal que lleva las huellas del patrón de relaciones del pasado.

Por lo tanto, la transferencia misma a veces puede verse como una forma de imaginación activa. En un artículo, publicado en esta revista en 1966, Davidson planteó que: “un análisis exitoso puede ser considerado como una imaginación activa vivida” (Davidson 1966, p. 135). Este punto de vista, que la transferencia sea considerada como imaginación activa, merece cierta atención porque se aparta del entendimiento clásico según el cual es

el paciente quien experimenta la imaginación activa. La propuesta de Davidson es que el analista podría considerar el conjunto del drama inconsciente del paciente, representado a través de la transferencia, como una forma de imaginación activa, aunque el paciente no la esté viendo de igual forma.

Los contenidos inconscientes...se representarían en forma de un drama que seguirá actuando hasta el momento en que le *lleguen al analista*, exactamente de la misma manera en que Jung ha descrito las fantasías que llegan a la consciencia en la imaginación activa.

(Davidson 1966, pp. 137–8)

Es el método de este "llegar" lo que le interesa a Davidson, ya que subraya que: "es el analista, y no el paciente, el que tiene la actitud favorable a la imaginación activa y el que representa la función integradora del yo" (Davidson 1966, p. 144). Este fue un enfoque innovador para la contrasferencia en el momento en que Dorothy Davidson lo describió. Rebajar el nivel de la consciencia para entrar en contacto con el mundo interior del paciente es sin duda un acto imaginativo y una forma creativa de entender las imágenes que surgen en el analista, como una comunicación inconsciente que viene del paciente. Hoy esto podría considerarse una forma familiar de ver la contrasferencia, pero fue innovador concebirla como imaginación activa.

En opinión de Davidson, el analista, como observador, se coloca temporalmente en la posición del yo, sosteniendo la función consciente del paciente. De acuerdo con Samuels et al. (1986) y con Chodorow (1997) esta observación es su particular aporte. Aunque la tesis de Davidson está centrada en el analista, yo sugiero que en su planteamiento hay dos facetas de la imaginación activa a examinar. La primera es la *contra* transferencia como imaginación activa. La segunda es la transferencia (la experiencia del paciente), pero vista por el analista, como imaginación activa. Entonces queda la cuestión: ¿y cuál es la experiencia del paciente?

Según la idea original de Jung, el analista alentaría al analizando a centrarse en aspectos de su propia (la del paciente) experiencia imaginativa. Estos se amplificarían entonces con asociaciones míticas o personales, lo que a menudo conduciría a la aparición de material arquetípico. Sorprendentemente, Davidson comenta que "los psicólogos analíticos no utilizan hoy en día la imaginación activa de la manera en que Jung la describió" (Davidson 1966, p. 144). Situada en la escuela evolutiva de la Sociedad de Psicología Analítica de Londres hace cuarenta años tal vez esta fuera su experiencia, pero

sería una lástima que esta observación quedara como la última palabra sobre el asunto. Otros miembros de la misma Sociedad que escribieron sobre el tema en aquel momento, y a partir de entonces, parece que integran el método de Jung dentro en su trabajo analítico (Plaut 1966; Fordham 1977; Gordon 1993; Moore 1986; Powell 1998).

Por otra parte, en el momento en que Davidson escribía sobre esto en el Reino Unido, Marie-Louise Von Franz y sus colegas de Zúrich, estaban trabajando con la imaginación activa en el sentido más tradicionalmente junguiano. En este sentido, los enfoques post-junguianos sobre imaginación activa ponen de manifiesto algunas de las diferencias entre la tradición de la escuela clásica y la evolutiva, discutidas por Samuels (1985) y Chodorow (1997). Si bien sería fascinante hacer una revisión sobre la imaginación activa y examinar detenidamente las diferencias, es algo que se encuentra fuera del alcance de este artículo.

Mis ideas tienen cierta resonancia con la tesis de Davidson, aunque propongo algo un poco diferente. No abordaré la idea de imaginación activa *como* transferencia, sino la imaginación activa *dentro* de la transferencia. Este artículo trata principalmente sobre la experiencia del paciente. Lo que constituye el tema del presente trabajo es la variación cualitativa entre las *diferentes formas de imaginación activa* que surgen *dentro* de la dinámica de la transferencia y la contratransferencia.

### **Imaginación activa *dentro* del transferencia**

Como diálogo con el inconsciente, la imaginación activa requiere de una capacidad para comprender la metáfora. La activación del inconsciente puede engendrar material arquetípico, lo que entraña cierto riesgo de inflación. Existe mayor riesgo en las personas que sufren trastornos límite o alteraciones potencialmente psicóticas porque pueden tener dificultad para distinguir la imaginación de la realidad. En estos pacientes el peligro de ser desbordados por el inconsciente es considerable, por tanto, como Davidson sugiere, el analista tiene que sostener la posición del yo mientras el paciente vive la experiencia. El analista mantiene la calma frente a un material potencialmente abrumador y así normaliza y enraíza la experiencia en el presente. Por esta razón es importante incorporar la imaginación activa dentro del aquí y ahora de la dinámica de la transferencia y la contratransferencia.

Lo que permite que una parte de la personalidad viva los eventos imaginados, soñar el sueño o pintar el cuadro, mientras que la otra permanece distante como observador del proceso, es la división psicológica. Esta división es similar a la que se requiere en el curso ordinario del análisis. Esto lo explica Freudian Greenson (1967) cuando divide la relación terapéutica en tres partes: la relación real, la alianza terapéutica o de trabajo, y la transferencia. Para observar la transferencia, el paciente necesita ser capaz de formar una alianza terapéutica con el analista; lo que supone el acuerdo, a menudo tácito, de ponerse al lado del analista y observar la transferencia. Se necesita una fuerza suficiente en el yo para llevar a cabo la división psicológica necesaria que permita observar de esta manera.

Al trabajar con imágenes en análisis, llevé esto un paso más allá y mostré cómo, en este proceso, el objeto artístico se convierte en un tercer elemento, incorporando una forma de transferencia; esta es la transferencia “del chivo expiatorio”. (Schaverien 1991, 1995, 1999). Planteo que esto es similar a la imaginación activa. Hay momentos en que la propia imaginación activa puede ser este tercer elemento que es una encarnación de la transferencia, además de expresarla. En otras ocasiones el proceso es menos intenso, como resultado de una actitud psicológica más controlada. Antes de pasar al segundo ejemplo, en el que esto se hace evidente, discutiré sobre el signo y el símbolo para diferenciar entre estos tipos de imaginación activa con un poco más de detalle.

### **Signo, símbolo y transferencia**

La imaginación activa descrita anteriormente fue profundamente simbólica y en parte lo fue porque reflejaba la profundidad de la implicación que había en la transferencia. Pasemos ahora de la imaginación activa generada solo por la visualización, a la generada por los sueños y el arte. Ambas son multifacéticas y, a mi modo de ver, funcionan en diferentes niveles psicológicos de acuerdo con la naturaleza de la implicación en la transferencia. Su impacto estético afecta a la psique del soñador o del artista, así como a la del analista. En este sentido, influyen más aún en la transferencia y la contratransferencia.

En otro lugar (Schaverien 1991, 1995) he aplicado la distinción que establece Suzanne Langer (1957) entre motivo significativo y forma significativa para diferenciar entre categorías de la imagen pictórica. El motivo significativo es como un diseño o adorno; es esencialmente un signo, que define o se refiere a algo que está fuera de él. Es un

significante o una descripción que representa o señala un hecho o un recuerdo. Wittgenstein define lo que es un signo haciendo referencia a una casa dibujada con un cuadrado en un mapa; no es en sí misma una casa, pero indica que ahí hay una casa (Wittgenstein 1980, p. 42). Por tanto, los signos permanecen en la superficie. La forma significativa es diferente: es lo que Langer llama el "símbolo de arte"; es la obra de arte en su conjunto. A diferencia del signo, ésta afecta en profundidad. Se sitúa como una entidad profundamente simbólica e irreducible que no necesita el adorno de las palabras. Por tanto, el símbolo de arte es diferente a los símbolos *en* imagen que, si se miran sin prestar atención al todo, se reducen a simples signos.

Al considerar el arte dentro del análisis, he diferenciado entre imágenes encarnadas e imágenes esquemáticas. Las imágenes encarnadas, al igual que el símbolo de arte, son profundamente simbólicas, emplean metáforas visuales y, como resultado de ello, afectan en profundidad. Ninguna otra forma de expresión puede ser sustituida por tal imagen. Las imágenes esquemáticas, por otro lado, son más como signos, permanecen en un nivel más superficial y necesitan palabras para contar su historia (Schaverien 1987, pp. 77-9; 1991, pp. 85-7; 1999, pp. 488-93) Repito esto porque hay una diferencia similar entre la imaginación activa que afecta en profundidad y la actividad imaginativa que permanece en la superficie.

La imaginación activa provoca movimientos psicológicos auténticos, mientras que las formas más suaves de imaginación se mantienen más cerca de la superficie. Como dice Jung: "el símbolo está vivo mientras esté preñado de significado" (Jung 1971, párr. 81). Esta profundidad simbólica es la que nos proporciona lo que podríamos llamar una imaginación activa encarnada. Suscita una metáfora visual o verbal que no puede expresarse de otra manera. La expresión "Era mi padre", como se vio anteriormente, era una experiencia profundamente simbólica; un acontecimiento así cambia la percepción y puede transformar el estado psicológico del artista o del soñador.

En cada uno de los modos que estamos considerando, la diferenciación entre signo y símbolo es de utilidad. Los acontecimientos mentales vívidos son profundamente simbólicos y diferentes al fantasear. Los sueños ordinarios, cotidianos o simples difieren de los grandes sueños y, en lo relativo a las imágenes, las imágenes esquemáticas difieren de las imágenes encarnadas.

## **Imaginación activa**

### *2. Sueños*

Los sueños per se no son imaginación activa, pero hay momentos en que "ponen en marcha a la psique" (Bachelard 1964) y por tanto sí generan imaginación activa. Freud distinguió entre los sueños simples y los sueños complejos (Freud 1900, pp. 101-102). En el contexto de nuestra discusión, los sueños simples son más bien como signos; suelen referirse a eventos cotidianos o residuos diarios y no siempre son profundamente simbólicos. Los sueños complejos, por otro lado, afectan en profundidad y transmiten su significado a través de la metáfora; por tanto, se parecen más al "símbolo de arte". Podríamos llamarlos: el símbolo de sueño, una entidad irreducible. Jung también distinguió entre diferentes tipos de sueños. El sueño de una "gran visión, grande, significativa y de importancia colectiva; y...el pequeño sueño ordinario" (Jung 1928/1965, p. 4). El primero es profundamente simbólico, mientras que el segundo es simplemente de interés superficial.

Según Hillman (1979) y Hall (1983), Jung no creía que hubiera un significado oculto detrás del sueño manifiesto, por tanto, no intentó ver detrás del disfraz de las imágenes del sueño. Ambos señalan que el respeto de Jung por el sueño lo llevó a tratar los sueños como "hechos de la psique". No intentaba explicarlos; más bien los amplificaba y los embellecía con asociaciones personales, míticas y culturales. Los vinculó con la imaginación activa: "Los sueños se comportan exactamente de la misma manera que la imaginación activa; solo falta el soporte de los contenidos conscientes" (Jung 1934, párr. 404). Mattoon (1984), en su minucioso trabajo *Understanding Dreams*, desarrolla este tema, resaltando los vínculos que hay entre los sueños y la imaginación activa. Ella explica que Jung lo que haría es tratar de establecer el contexto personal de un sueño y ayudar al paciente a amplificar su propio sueño. Esto se puede hacer a través de asociaciones o por referencia a metáforas y mitos. Lo cual intensifica los aspectos arquetípicos, por tanto, es importante prestar atención al contexto real de la relación terapéutica. Es esto lo que conecta a la tierra el material y lo lleva al reino de la consciencia.

Es obvio afirmar que el sueño tiene lugar cuando el soñador está dormido, pero como es lo que distingue los sueños de las imágenes mentales visualizadas y de los dibujos, merece que lo mencionemos. En los sueños, el material previamente inconsciente puede surgir



espontáneamente y sin una atención dirigida. Se puede contar un sueño, pero es imposible mostrarle a otra persona el sueño; es esencialmente privado. Al igual que la visualización, los sueños difieren de los dibujos, ya que son intangibles, esquivos y efímeros, mientras que los dibujos tienen una presencia concreta y material.

Es importante reiterar que no todas las visualizaciones, sueños o dibujos conducen a la imaginación activa. El material que proviene del inconsciente no puede considerarse automáticamente como imaginación activa<sup>7</sup>. Es la actitud del paciente hacia su propio material lo que puede convertirse en imaginación activa, pero para ello tiene que participar. No todo el mundo pueden hacerlo; algunas personas están demasiado controladas conscientemente. Entonces el analista puede interesarse en un sueño presentado, pero, aunque el soñador parezca satisfecho por el interés del analista, puede que haya poca comprensión aparente de la autoría del sueño. El soñador tendrá que aprender a relacionarse con su material antes de que el movimiento psicológico sea posible. Este fue el caso con mi segundo ejemplo.

## **Viñeta 2**

El desarrollo evolutivo de Ian había sido unilateral, privilegiando siempre la consciencia. En su vida había habido poco espacio para la imaginación; lo habían enviado a un internado a la edad de seis años y luego había hecho una exitosa carrera profesional en el ejército. Esta era una experiencia altamente estructurada y requería mucho de él intelectualmente, pero el impacto emocional que tenía su trabajo, que a veces era considerable, había sido ignorado. Ahora, a los 60 años, ya se había retirado. Ian era un hombre inteligente con amplios intereses y conocimientos, pero tenía dificultad para expresarse emocionalmente. Su caso reunía las características típicas de las personas que fueron enviadas al internado a una edad temprana (Duffell 2000; Schaverien 2004). Aunque era muy sensible, parecía desconcertado ante las emociones y no las reconocía como propias. Vino a verme porque su esposa había recibido asesoramiento y le fue bien; estaba preocupada porque Ian no hablaba de sus sentimientos.

---

<sup>7</sup> Este comentario exige una definición del inconsciente porque se podría argumentar que el material inconsciente sigue siendo sólo eso, inconsciente. Sin embargo, el material que antes era desconocido para el soñador, que sale a la luz de la consciencia a través de un sueño o de una obra de arte, sufre una transición de lo desconocido a lo conocido.

En la primera sesión le pregunté qué era lo que lo había llevado a tomar la decisión de llamarme. No pudo responder: "ese es el problema", dijo. Ian se sentó en la silla en mi consultorio y, después de decirme eso, hubo un silencio incómodo, no se le ocurría qué más podía decir. Durante las semanas siguientes, descubrí que yo solía romper el silencio para tratar de ayudarlo en su evidente incomodidad. Las sesiones le resultaban extraordinariamente dolorosas mientras estaba sentado en la silla sin saber qué decir ni lo que se esperaba de él. De repente, un día dijo que había tenido un sueño y se preguntaba si debería contarlo. Este fue el primer sueño de muchos. Soñaba o bien la noche anterior a la sesión semanal o la noche siguiente. Parecía que el inconsciente, activado por sus sueños, acudía en su ayuda para tener algo de qué hablar en la próxima sesión.

En los primeros sueños muchas veces se encontraba buscando en casas vacías o en edificios que le recordaban a su escuela. Poco a poco, reconstruimos aspectos de su historia y a poder relacionarla con sus sueños. Nacido durante la guerra, había vivido solo con su madre hasta los seis años, momento en el que su padre regresó de la guerra y a él lo enviaron a un internado. Tenía pocos recuerdos de las vacaciones o del tiempo que pasaba en casa entre los 6 y los 14 años. Parecía que el trauma de la aparición de su padre, junto con el abandono simultáneo por parte de su madre, lo había dejado desconectado de su memoria de ese período de su vida. Esto parecía repetirse en la transferencia; se quedaba inconexo en presencia de la analista / madre.

Durante la primera fase del análisis, Ian soñaba prolíficamente y, a menudo se quedaba perplejo por el sentido que yo daba a sus sueños. Al principio era a mí a quien le impresionaban sus sueños, mientras que a él parecían divertirle las escandalosas conexiones que yo hacía. Gran parte de lo que sucedía en la consulta tuvo que ver con que la analista captara señales no verbales y hablara de ellas. A Ian le parecía raro hablar con una mujer extraña sobre cosas íntimas. Sin embargo, llegaba puntual todas las semanas y había un elemento de humor en la alianza terapéutica. Poco a poco, se familiarizó con la atención a sus sueños. Luego tuvo lo que parecía ser un "gran" sueño.

Ian soñó que estaba en una biblioteca y encontraba algunos libros raros. Uno era la obra completa de Evelyn Waugh, otro la de C. S. Lewis y otro un libro de religión ilustrada. Este último era un manuscrito antiguo, minuciosamente decorado. Explicó, con deleite, que en un lado de la página estaban todos los reyes y reinas de Inglaterra y en el otro todos los reyes y reinas de Francia.

Al principio, Ian no hizo muchas asociaciones, excepto que tenía una biblioteca en la que pasaba mucho tiempo, y que coleccionaba libros raros. Los tres libros eran claramente significativos para él. Sin embargo, no le era fácil transmitirlo en palabras. Mientras discutíamos las diferentes posibilidades nos preguntamos acerca de Evelyn Waugh. La palabra Waugh también podría verse como ligada a la palabra guerra, y esto podría vincularse con los opuestos representados por los dos países, Inglaterra y Francia. C.S. Lewis tenía sentido para Ian por su afinidad religiosa. Sin embargo, el tercer libro fue el que más llamó su atención y la mía. Estaba encantado y ligeramente impresionado por este hermoso libro religioso adornado, era como si realmente fuera un descubrimiento. Era evidente que había encontrado algo extremadamente valioso para él que estaba simbolizado por este libro del sueño.

Comentamos que los dos lados de la página podrían verse como aspectos de él mismo que necesitaban relacionarse entre sí. Por un lado, los ingleses, por el otro los franceses; por un lado, lo familiar, por el otro lo extraño. Esto podía considerarse como una división entre consciente e inconsciente. El hecho de que el libro le mostrara la realeza (reyes y reinas) le dio aún más importancia. Se podría pensar que la vida en el internado y en el ejército le impuso una división psicológica de género, así como una división entre logos y eros. Por tanto, los opuestos, simbolizados por los reyes y las reinas, necesitaban relacionarse entre sí. El hecho de que el libro estuviera bellamente adornado deleitaba y asombraba sutilmente al soñador. Esto indicaba que era un "gran sueño": uno que no se le olvidaría fácilmente. Esto, en sí mismo, refleja el potencial de un cambio psicológico. Aunque hablamos del sueño, no se podía trasladar fácilmente en términos de su historia ni se podía entender completamente. Los hechos de la psique simplemente se presentaban para llamar la atención. Al igual que el símbolo de arte, este sueño era mucho más que la suma de sus partes. Era un símbolo de sueño, una entidad irreducible. Impresionó al soñador profundamente. El sueño tenía profundidad simbólica y significado metafórico; estaba, según las palabras de Jung, "preñado de significado". De esta manera, la capacidad imaginativa previamente congelada comenzó a activarse. El sueño en sí no es imaginación activa, pero este "puso en marcha la psique" y le hizo comprender a Ian que podía empezar a dialogar con el inconsciente.

Ian empezó a interpretar sus propios sueños y a desarrollar la consciencia de su vida emocional. Con el tiempo, se sintió menos incómodo en la consulta, comenzó a relajarse y a hablar y, cuando esto sucedió, sus sueños disminuyeron en frecuencia y complejidad.

Parece que cuando es necesario, la psique encuentra una manera de hacer que los contenidos inconscientes se hagan conscientes. Así pues, la imaginación activa puede primero ser generada por los sueños. En este caso, los sueños activaron la psique, mostrándole a Ian que, inconscientemente, él sabía por qué había venido al análisis. Al parecer, una vez que ya podía hablar necesitaba menos sus sueños. Jung notó algo similar cuando señaló que:

(Según su experiencia) la existencia de fantasías no realizadas, inconscientes, aumenta la frecuencia e intensidad de los sueños, y cuando esas fantasías se hacen conscientes, los sueños cambian de carácter y se vuelven más débiles y menos frecuentes. He inferido de ello que a menudo los sueños contienen fantasías, que “desean” ser conscientes.

(Jung 1936/37, párr. 101)

Varios años más tarde se pudo ver que Ian había aprendido a respetar su propio material imaginativo. Probablemente como resultado de los sueños anteriores y las asociaciones desarrolladas en relación a ellos, ahora podía soportar más incertidumbre. Tuvo un sueño que fue un poderoso ejemplo de sincronicidad, el principio de conexión acausal de la psique, sobre el que escribió Jung (1951b).

Ian soñó que estaba en la Cámara de los Lores [a la que en su vida real tenía acceso como parte de su trabajo]. Se dirigía a la biblioteca y pasó por una habitación en la que había cinco hombres. Estos hombres eran sus amigos en la vida real y estaban juntos jugando a un juego en el que estaban de pie en círculo y saltando arriba y abajo. Uno lo vio y le hizo señas para que se uniera a ellos, pero él tenía otros asuntos que atender y siguió su camino.

Cuando se despertó, estaba tan desconcertado por haber soñado con ese viejo amigo a quien no había visto en mucho tiempo que se lo comentó a su esposa. A la mañana siguiente quedó impresionado cuando se encontró en el periódico con el obituario del amigo que le había señalado. Había muerto el día anterior.

Ante un acontecimiento como este, vivido en un sueño, hasta la persona más escéptica se hace preguntas. No existe una justificación que lo explique lo suficiente, aunque existen algunas interpretaciones posibles. La “Cámara de los Lores” (en inglés, House of Lord’s), como representación del lugar en que se da el evento, parece significativa; podría indicar la “Casa del Señor” (en inglés Lord’s House) y, por tanto, un lugar asociado con la muerte. Sin embargo, también es un lugar que existe realmente, y él se dirigía a la biblioteca donde tenía que atender asuntos. Se podría pensar que Ian se aleja del juego absurdo en

el que participan sus amigos porque va a ocuparse de asuntos más importantes. Recordemos la biblioteca que se representó en un sueño anterior con el profundo significado del hermoso libro embellecido que encontró. Anteriormente vimos ese libro como una autoimagen, por tanto, el significado de la biblioteca parece estar relacionado con la búsqueda del sí-mismo: él tenía que realizar un trabajo más importante. Tal vez en el sueño Ian ignoró la distracción que le ofrecían sus amigos porque estaba centrado en su propio viaje psicológico. Sin embargo, esta lectura no tiene en cuenta el elemento “asombroso”, Ian sueña con su amigo justo antes de descubrir que el amigo había muerto. En un caso como este, las acciones de la psique tienen que encontrar su lugar en nuestro vivir y hemos de mantener un estado de “no saber” cómo sucede tal cosa. Yo diría que esto no podría analizarse satisfactoriamente únicamente en términos del inconsciente personal.

Este fue un sueño sorprendente, pero un sueño no es *en sí mismo* imaginación activa. Sin embargo, es probable que el soñador estuviera abierto a este extraño suceso como resultado de la movilización de la psique que había tenido lugar anteriormente, pudiendo ser capaz de aceptarlo con asombro. Tal vez su capacidad para la imaginación activa se había desarrollado como resultado de la psicoterapia y, por tanto, su confianza en el “no saber” había aumentado.

Al principio la transferencia de Ian puso de manifiesto que la capacidad de fantasía e imaginación en él estaban paralizadas, probablemente como resultado de sus experiencias traumáticas tempranas. La transferencia estaba por tanto constituida por una aparente falta de implicación en la relación terapéutica. La aparente falta de implicación en la relación terapéutica por lo tanto *era* la transferencia. En el proceso de análisis hubo movimiento desde los sueños iniciales, que se mantenían en la superficie, hasta llegar al sueño profundamente conmovedor de los reyes y las reinas, y luego al de la biblioteca en la Cámara de los Lores, que resonó en la profundidad. Poco a poco Ian desarrolló una relación con su mundo interior más fluida, experimentando una confianza cada vez más profunda en la relación terapéutica. En este caso fueron los sueños los que pusieron en movimiento la psique, provocando un movimiento desde la superficie a la profundidad. Esa vivencia profunda podría entenderse como el surgimiento de la capacidad de experimentar la imaginación activa.

## **Imaginación activa**

### *3. Arte*

Ahora paso a exponer al tercer y último de los tres modos de expresión creativa que estamos debatiendo: el arte. Uno de los trabajos más importantes que escribió Jung sobre la imaginación activa es “La función trascendente” (Jung 1916/1960). Es el puente entre consciente e inconsciente; en el que la función mediadora de los sueños y las imágenes creadas espontáneamente desempeña un papel importante. Jung escribió sobre el arte como imaginación activa:

A menudo se impone la necesidad de ilustrar los contenidos imprecisos mediante una creación visible, como por ejemplo el dibujo, la pintura. Muchas veces las manos son capaces de descifrar un enigma que la inteligencia no ha sabido resolver. A través de la creación, en el estado de vigilia se puede rastrear el sueño y aportar más detalles del mismo, de tal manera que lo que inicialmente parecía fortuito, incomprensible y aislado, queda integrado en la esfera del conjunto de la personalidad, aunque de un modo todavía inconsciente para el sujeto.

(Jung 1916/1960, párr.180)

La interpretación directa de un sueño o de una imagen puede destruir la vida de la imagen, por tanto, hemos de encontrar formas de hablar en torno a ella, de hacer amistad con ella. Jung menciona dos tipos de pensamiento, “Pensamos, pues, de dos maneras distintas: de forma dirigida y soñando o fantaseando” (Jung 1956, párr. 20). El primero trabaja en pro de la comunicación, en palabras y lenguaje y el segundo es espontáneo y se guía por motivos inconscientes; es este último el que emerge en los sueños y las imágenes pictóricas. Abordar esas imágenes directamente, con la intención de traducirlas en palabras, es limitar su potencial en lugar de mejorarlo. Es por eso por lo que la amplificación de la imagen es tan importante (Moore 1986). Es una forma de utilizar "paralelos míticos, históricos y culturales para aclarar y ampliar el contenido metafórico del simbolismo de los sueños" (Samuels et al. 1986, p. 16).

A diferencia de la visualización y los sueños, el arte tiene una existencia tangible y material. Registra huellas impresas de la actividad imaginal que lo produjo. Además, sostiene y repara, moviendo y limitando a la vez el flujo del inconsciente. En el arte hay una manifestación pública y una visión compartida; ambas personas que lo contemplan ven lo mismo; hay un objeto ante la mirada compartida de los espectadores. Este es un factor importante dentro del análisis porque, a diferencia de otros modos de imaginación

activa, las huellas de su recorrido quedan registradas, de modo que ambas personas pueden verlas. En su análisis sobre el desarrollo de la teoría de los arquetipos, Jung muestra lo esencial que fue en el desarrollo de su pensamiento la expresión del arte dentro de la imaginación activa:

Lo primero fueron las observaciones, y solo entonces llegué a formarme con gran esfuerzo ideas al respecto. Y lo mismo le pasa a la mano que lleva el lápiz o el pincel, al pie que da el paso de baile, a la visión y a la audición, a la palabra y al pensamiento: un oscuro impulso decide en último término acerca de la creación; lo inconsciente *a priori* obliga a la configuración...

(Jung 1947, párr. 402)<sup>8</sup>

Es ese inconsciente *a priori* lo que a veces se manifiesta en las imágenes encarnadas descritas anteriormente (Schaverien 1991, 1995). Si se presta atención a las cualidades estéticas de las imágenes realizadas en análisis se descubre mucho acerca del proceso de la imaginación activa; por eso es tan importante el producto como el proceso, comenta Dieckmann (1971), refiriéndose a las cualidades estéticas de una serie de objetos realizados por un analizando. Dieckmann describe claramente las diferentes maneras en que formaron parte del proceso imaginativo activo. Sin embargo, al parecer, se da por supuesto que el arte y la imaginación activa son una y la misma cosa. El presente artículo es un intento de diferenciarlos, así como la naturaleza particular de las diferentes formas de imaginación activa. En esto, la cualidad estética del trabajo realizado es importante. Mientras que algunos cuadros u obras de arte son poderosos ejemplos de imaginación activa, otros no lo son; igualmente, no todo el arte es una articulación simbólica.

Como hemos dicho anteriormente, al tener en cuenta las cualidades estéticas del arte realizado en el análisis, he identificado dos categorías de imagen pictórica. La primera, la imagen esquemática, que es como un signo. Tal imagen es de poco interés estético y su papel en la transferencia es el de un significante en la medida que hace referencia a algo

---

<sup>8</sup> Esta controvertida afirmación de que los arquetipos se basan en un patrón anterior ha sido objeto de una discusión muy acalorada recientemente en los círculos junguianos. Ver Stevens, Peitikanen, Knox en este *Journal*. ¿Pueden los patrones arquetípicos ser a priori y qué significa esto? Las imágenes realizadas en el análisis confirman la idea de que hay una similitud en las imágenes producidas en todas las culturas, pero la pregunta de cómo podrían transmitirse permanece. Es insuficiente atribuir todas esas imágenes totalmente a la cultura, aunque representará una gran parte de ella. Puede ser que haya una forma de transmisión intergeneracional que trascienda la cultura. Por ejemplo, ¿cómo explicamos que un niño que nunca conoció a su madre tenga gestos y manierismos como la madre? Considero que estas preguntas deben permanecer abiertas a pesar de las explicaciones cada vez más convincentes de sus orígenes en la función cerebral y la cultura.

que está fuera de él. Puede que se dibuje para decirle algo al terapeuta y necesita palabras para enriquecer su significado. Por ejemplo, si hago este dibujo (Figura 1)



Figura 1

te estoy diciendo que me siento triste, pero el dibujo en sí no cambia nada, es una expresión superficial hecha para decirle algo al terapeuta. Si se establece una relación con él puede despertar alguna emoción, pero realizar la imagen en sí no altera el estado psicológico del artista; no es una experiencia profunda. Es poco probable que esta imagen sea el resultado de una imaginación activa, ya que se mantiene en la superficie. Sin embargo, hacer asociaciones en relación a ella puede llevar a una imaginación activa.

La imagen encarnada es diferente porque algo cambia en el propio proceso de su creación. Tal imagen puede revelar mucho más de lo que el artista pretendía conscientemente. La imagen puede ser estéticamente agradable y profundamente simbólica, lo que puede provocar una “contratransferencia estética” (Schaverien 1995, 1999). Al igual que sucede en el “símbolo de arte” (Langer, 1957), ningún otro modo de expresión podría transmitir su significado. Quizá esta es la razón por la que las fórmulas del modelo tradicional de interpretación de imágenes elaborado por Rosen y sus colegas (Rosen et al. 2003) y Furth (1988), resultan menos útiles de lo que a veces se supone. Tal método restringe la capacidad imaginativa de la psique al reducirla a un conjunto predecible de reglas.

Presentaré ahora mi ejemplo final para transmitir el sentido de la imaginación activa a través de una serie de experiencias relacionadas. Un sueño seguido de una serie de imágenes encarnadas muestra la imaginación activa en movimiento a través de diferentes modos de expresión. Espero poder mostrar cómo genera el proceso de imaginación activa series de imágenes que no podrían haberse expresado de ninguna otra manera.



### **Viñeta 3**

La madre de Jacqui había muerto repentinamente casi a los sesenta años, cuando ella tenía 22 años. Ahora Jacqui tenía algo más de cincuenta años, pero todavía se sentía oprimida por su madre. La madre interiorizada dominaba todos sus movimientos y menospreciaba todos sus intentos de trabajar o de establecer relaciones. Lo primero que “puso en marcha” la psique fue un sueño que mostraba lo dominada que estaba Jacqui por esa madre del mundo interior.

Había dos personas en una habitación; la soñante era una observadora (una tercera persona). Entró un perro pequeño, se hizo cada vez más pequeño y parecía que se estaba muriendo. Jacqui fue testigo de ello, pero no pudo intervenir. Entonces se dio cuenta, por primera vez, que las personas eran un hombre y una mujer. La figura femenina se adelantó llevando consigo un maletín metálico; metió al perro dentro y lo encerró. Esto aterrizó a la soñante.

Al contarlo, Jacqui hizo una nueva conexión; recordó que su madre tenía un maletín. Por tanto, el perrito podía ser una imagen de ella. Parecía sentirse atrapada, encerrada dentro del estuche de la madre (cuerpo) e incapaz de sobrevivir separada.

Una imagen que realizó gráficamente un mes más tarde de empezar el análisis revela el poder de la presencia de la madre dominante y muerta. Era un paisaje que dibujó al volver de unas vacaciones en Egipto donde había navegado en barco por el Nilo. Quedó tan impresionada por el paisaje que a su regreso lo pintó. Sin embargo, no mostró la imagen hasta casi un año después de haberla realizado. La transferencia hacia la madre se puso de manifiesto cuando me contó todo esto y también lo que iba pensando por el camino antes de mostrármela: "Esto no es arteterapia y yo no soy artista". Con esto quería decir, con cierta deferencia, algo así como: "no me juzgues con demasiada severidad".



Imagen 1

Luego me mostró la lámina de la imagen 1 y me explicó que el río aparece en primer plano y que la tierra fértil regada está junto al agua. Detrás de eso, al fondo, está el desierto, que está formado por dunas de arena montañosa que se parecen un poco a las montañas. En primer plano hay un bote. Mientras hablaba, la imagen estaba en el suelo frente a nosotros y sentí mediante un golpe intenso, casi físico, que las dunas de arena parecían insinuar la presencia de una figura. Me pareció ver un enorme cadáver dominando el paisaje. Esto parecía encajar con la sensación que tenía de la presencia omnipresente de su madre. Esta momia egipcia apareció como si fuera la momia de Jacqui: muerta, pero dominando el paisaje de su mundo interior. (Por cierto, Jacqui siempre llamaba a su madre Mummy (Momia).

No le dije nada de esto a Jacqui porque me estaba mostrando un paisaje y no quería imponer lo que simplemente podía ser mi propia percepción. Pero la imagen persistió y se fue haciendo más fuerte, dominando (para mí) el resto de la sesión. Así que, decidí señalarlo, sugiriendo simplemente que las dunas de arena me parecían un cuerpo. Jacqui se quedó visiblemente sorprendida cuando lo vio e inmediatamente cambió de tema. Pasaron varias sesiones antes de que pudiera volver a mirar esta imagen. Esto era una muestra de cómo reaccionaría si el material sobre su madre saliera a la superficie por otros medios. A ella, tal como expresó, le “asustaba tocarlo”. Poco a poco fue capaz de admitir que podía ver la imagen y sus implicaciones.

Con el tiempo lo fuimos elaborando y juntas empezamos a encontrarle sentido. Esa imagen parecía revelar el fondo arquetípico de su vida. Los elementos que allí aparecían podrían entenderse de la siguiente forma: el viaje por el río podría representar el flujo del viaje de su vida. La tierra fértil regada, más cercana al río, era el área donde las cosas le

funcionaban bien; el trabajo y la vida familiar actual de Jacqui eran satisfactorios en muchos sentidos. Sin embargo, su vida se veía ensombrecida por una sensación general de depresión y esto se hizo eco y se materializó en la imagen de las dunas de arena. Las dunas de arena dejaban ver una figura inmensa y abrumadora que, en este contexto, podría entenderse como una presencia materna negativa arquetípica. Esto se veía enfatizado por el bote que se asemejaba a una guadaña, que suele ser un símbolo de muerte, la madre muerta. Jacqui solamente podía mirar el dibujo fugazmente y luego guardarlo de nuevo. Pasó mucho tiempo antes de que esta imagen se despojara de su potencial para poder mirarla sin el escalofrío de miedo que le provocaba cada vez que la miraba.

Para considerar el dibujo o la pintura como una imagen encarnada, vale la pena hacerse esta pregunta: “¿Podría todo esto transmitirse de otra manera?”. Con la imagen esquemática, la respuesta sería “sí”, como signo exigiría alguna explicación verbal adicional. Sin embargo, ante la encarnación de una imagen como esta, la respuesta es “No”. Ninguna palabra podría transmitir adecuadamente la profundidad simbólica que se logra a través de esta imagen; hay poco que pueda decirse que no disminuya el impacto de la imagen. La imagen es su propia interpretación y las palabras pronunciadas en relación a ella no podrían añadir nada significativo. En este sentido, es un producto de la imaginación activa dentro de una transferencia intensamente experimentada, en la que la analista se siente a menudo como una presencia materna dominante y temida,

Esta imagen encarnada también era una interpretación visual (Schaverien 1995, p. 166). Para desarrollar un poco esta idea, vuelvo a Wittgenstein (1922), que describe los tipos de visión relevantes en este contexto. Distingue entre lo que él llama la “visión continua” de un aspecto y el “amanecer” de un aspecto, Wittgenstein (1958, p. 194). Nos muestra el conocido diagrama que primero puede verse como la cabeza de un pato y luego como la de un conejo (Figura 2).

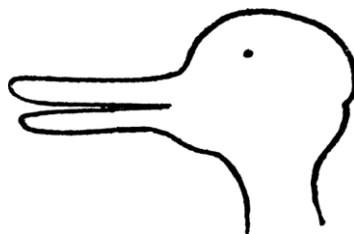


Figura 2

La imagen sigue siendo la misma, pero cambia algo que nos permite ver ambas a la vez. La diferencia es perceptiva. Primero tenemos una “visión continua”, vemos la imagen como un pato, pero cuando la vemos también como un conejo es porque ha “amanecido” el otro aspecto. Entonces ya no se puede ver simplemente la imagen como una sola cosa: constantemente se mueve entre las dos.

Esto es como el impacto que produce una interpretación en el análisis. Una vez que se ha hecho una interpretación y el significado inconsciente se ha vuelto consciente, algo se conoce y se produce una transformación perceptiva. Cuando las imágenes se encuentran involucradas en el análisis, hay una similitud más evidente con el ejemplo de Wittgenstein. Entonces la imagen (hecha conscientemente para representar una cosa determinada) se transforma en otra cosa por nuestra percepción. Esto tiene el mismo efecto que una interpretación, pero sin palabras. Así sucedió con la imagen de la madre de Jacqui. Al pintar el paisaje que tanto había disfrutado, sin darse cuenta, Jacqui reveló algo profundo de su mundo interior. Esta imagen encarnaba la fuente de su depresión y, una vez vista, nunca más podría pasar desapercibida. Aquí la imaginación activa es evidente, no solo por el acto de pintar, sino por las asociaciones con la imagen. Esta experiencia puso en marcha una serie de imágenes, realizadas durante los meses siguientes.

La imagen 2 es un árbol que, según ella, mostraba, por un lado, su caos, su inseguridad y su depresión y, por otro, la parte más animada de su vida. Muestra el crecimiento distorsionado que se produjo como resultado de la dominación de sus padres y su falta de autonomía. La madre dominante tenía un hermano que era “simple” y que nunca fue capaz de funcionar en el mundo. La familia lo veía patético y sin esperanza. A veces lo ingresaban en el hospital psiquiátrico local para recibir tratamiento como paciente interno. Jacqui lo amaba, pero a veces asociaba el miedo a su propia vulnerabilidad con su tío y, según como, temía estar loca. Esta sensación de vulnerabilidad, asociada con la deficiencia de su familia, aparecía en muchas de sus pinturas como un área oscura.



Figura 2



Figura 3

En una sesión, poco después de un insight que conectó su miedo a la locura con su amado tío, hizo otro dibujo de un árbol, la imagen 3. Era una imagen de crecimiento y dijo que uno de los colores representaba la calidez de sus sentimientos hacia su tío. El árbol tenía fuertes raíces y ramas, pero un parche oscuro, que sentía que hacía referencia a la relación con sus padres, era como un defecto que corría a través de él.

Mientras mirábamos esta imagen entró volando en la sala una avispa. Me distrajo y ella se ofreció a matarla, diciendo “No me importa matar avispas”. Entonces recordó que su tío tenía un ciruelo y su padre se ofreció a ayudarlo a cosechar la fruta. Ella tenía unos 8 años, y recordó que estaba sentada en las ramas del árbol comiendo ciruelas y matando avispas mientras su padre y su tío trabajaban juntos. Este fue un raro y precioso recuerdo feliz de su relación con estos dos hombres: su padre y su tío. Simbólicamente parecía integrar al tío vulnerable con la imagen de su padre y un aspecto positivo de la agresividad que supone "matar avispas".

Esto era memoria más que imaginación estrictamente activa, pero se generó por el acto de pintar el árbol. Y la ampliación del material relacionado con las imágenes parecían conducir a cambios psicológicos significativos. Fue imaginación activa porque se logró a

través de una disminución de la conciencia y una visión difusa, que permitió que material previamente inconsciente emergiera. Por otra parte, dentro de la transferencia, se podría entender que su oferta de matar a la avispa indicaba su capacidad para hacerse cargo y encontrar autonomía. Tal vez esto se produjo a través de la identificación con una imagen benigna paterna: la imagen combinada de padre y tío que le permitía disfrutar de comer ciruelas y matar avispas.

## **Conclusión**

Mi intención en este trabajo ha sido diferenciar la imaginación activa de otras formas de actividad imaginativa. He mostrado que las imágenes visualizadas, los sueños y las imágenes pictóricas tienen su propia naturaleza distintiva. Dentro de la transferencia y la contratransferencia hay una diferencia cuando sus dinámicas son meros actos imaginativos y aquellos momentos en que se manifiestan como imaginación activa o la suscitan.

La imaginación activa, experimentada como visualización, puede ser muy real y puede tener una vida propia convincente. Al igual que los sueños, tales experiencias son totalmente subjetivas y por muy reales que sean, son en última instancia elusivas, transitorias y sólo pueden comunicarse si se traducen al medio compartido del lenguaje hablado. No existe manifestación pública en un acontecimiento imaginado. Sin embargo, las visualizaciones y los sueños a veces se pueden transmitir en imágenes y, a diferencia de las imágenes mentales o los sueños, los objetos de arte tienen una existencia real, concreta en la arena pública. Una imagen es un objeto que se ofrece a la mirada compartida y por lo tanto puede ser un puente entre el interior y el exterior, entre la experiencia privada y la pública. Espero haber mostrado que el proceso a través del que se experimenta la imaginación activa, y los productos creados a través de ella, son significativos; afectan y están influenciados por la transferencia y la contratransferencia.

## **Referencias**

- Amman, R. (1991). *Healing and Transformation in Sandplay: Creative Processes Become Visible* La Salle, Ill: Open Court Publishing.
- Bachelard, G. (1964). *The Poetics of Space* Boston: Beacon Press.

- Chodorow, J. (1991). *Dance Therapy and Depth Psychology: The Moving Imagination*. London & New York: Routledge.
- (1997). *Jung on Active Imagination*. London & New York: Routledge.
- Davidson, D. (1966) 'Transference as a form of active imagination'. *Journal of Analytical Psychology*, 11, 2, 135.
- Dieckmann, H. (1971). 'Symbols of active imagination'. *Journal of Analytical Psychology*,
- Duffell, N. (2000). *The Making of Them: The British Attitude to the Children and the Boarding School System*. London: Lone Arrow Press.
- Fordham, M. (1977). 'A possible root of active imagination'. *Journal of Analytical Psychology*, 22, 4, 317–30.
- (19). 'Active imagination – deintegration or disintegration?' *Journal of Analytical Psychology*, 12, 1, 51–65.
- Freud, S. (1963). *Introductory Lectures on Psychoanalysis*. SE XV.
- (1900). *The Interpretation of Dreams*. SE IV.
- Furth, G. M. (1988). *The Secret World of Drawings*. Toronto: Inner City Books.
- 152 Joy Schaverien
- Gordon, R (1993). *Bridges. Metaphor for Psychic Processes*. London: Karnac Books.
- Hall, J. (1983). *Jungian Dream Interpretation: A Handbook of Theory and Practice*. Toronto: Inner City Books.
- Hillman, J. (1979). *The Dream and the Underworld*. New York: Harper Row.
- Jung, C. (1916/1960). 'The transcendent function'. CW 8.
- (1928/1965). *Dream Analysis. Part 1*. London & New York: Routledge, 1965 edn.
- (1931). *The Aims of Psychotherapy*. CW 16 (1966).
- (1934). *The Structure and Dynamics of the Psyche*. CW 8.
- (1935). *The Symbolic Life*. CW 18.
- (1936/37). 'The concept of the collective unconscious'. CW 9i.
- (1947). 'On the nature of the psyche'. CW 8.
- (1951a). 'The psychological aspects of the Kore'. CW 9i.
- (1951b). 'Synchronicity: an acausal connecting principle'. CW 8.

- (1954). *The Practice of Psychotherapy*. CW 16.
- (1955). *Mysterium Coniunctionis*. CW 14.
- (1956). 'Two Kinds of Thinking'. CW 5.
- (1963). *Memories, Dreams, Reflections*. London: Fontana.
- (1971). *Psychological Types*. CW 6.
- Kalff, D (1980). *Sandplay: A Psychotherapeutic Approach to the Psyche*. Santa Monica: Sigo Press.
- Kellogg, R. (1970). *Analyzing Children's Art*. Palo Alto, CA: National Press Books.
- Mattoon, M. A. (1984). *Understanding Dreams*. Dallas, Texas: Spring Publications.
- Mitchell, R. R. & Friedman, H. (1994). *Sandplay: Past, Present, Future*. London & New York: Routledge.
- Moore, N. (1986). 'Amplification, transference analysis and the analysts inner process'. *Journal of Analytical Psychology*, 3, 1/2 (1986)
- Plaut, F, (1966). 'Reflections on not being able to imagine'. *Journal of Analytical Psychology*, 11, 2, 113–31.
- Powell, S. (1998). 'Active imagination: dreaming with open eyes'. In *Contemporary Jungian Analysis*, eds. I. Alister & C. Hauke, 142–55.
- Rosen, D., Arnau, R. & Mascaro, N. (2003). 'Picture interpretation and Jungian typology'. *Journal of Analytical Psychology*, 48, 1, 83–99.
- Samuels, A (1985). *Jung and the Post-Jungians*. London & New York: Routledge & Kegan Paul.
- Samuels, A. et al. (1986). *A Critical Dictionary of Jungian Analysis*. Routledge & Kegan Paul.
- Schaverien, J. (1987). 'The scapegoat and the talisman: transference in art therapy'. In *Images of Art Therapy*, eds. T. Dalley, C. Case, J. Schaverien, F. Weir, D. Halliday, P. Nowell Hall, D. Waller. London & New York: Tavistock Publications.
- (1991). *The Revealing Image. Analytical Art Psychotherapy in Theory and Practice*. London & Philadelphia. London: Jessica Kingsley, 1999 edn.
- (1995). *Desire and the Female Therapist: Engendered Gazes in Psychotherapy and Art Therapy*. London & New York: Routledge.



- (1998). 'The embodiment of desire: art, gender and analysis'. *Harvest*, 44, 1, 82–102.
- (1999). 'Art within analysis: scapegoat, transference and transformation'. *Journal of Analytical Psychology*, 44, 4, 479–510.
- (2004). 'Boarding school: the trauma of the 'privileged' child'. *Journal of Analytical Psychology*, 49, 4, 683–705.
- Shearer, A (1996). *Athene: Image and Energy*. London: Arkana/Penguin.
- Skar, P. (2002). 'The goal as process: music and the search for the Self'. *Journal of Analytical Psychology*, 47, 4.
- Steinhardt, L (2000). *Foundation and Form in Jungian Sandplay*. London & Philadelphia: Jessica Kingsley.
- Watkins, M. (1984). *Waking Dreams*. Dallas: Spring, first published 1976.
- Williams, A. (2001). Unpublished paper given at the conference on *The Relationship Between Jungian Psychology and the Arts Therapies* organized by the Confederation of Analytical Psychologists in London (December).
- Wittgenstein, L. (1922). *Tractatus Logico-philosophicus*. London: Routledge & Kegan Paul, 1981 edn.
- (1958). *Philosophical Investigations*. Oxford: Blackwell, first published 1953.
- (1980). *Remarks on the Philosophy of Psychology*. Volume 1. Oxford: Blackwell.