

La individuación como propuesta ética en salud mental

La existencia es extraña, en ella todo fluye como el agua que corre, pero únicamente los hechos importantes, en vez de depositarse en el fondo, emergen a la superficie y alcanzan con nosotros la mar,
Marguerite Yourcenar 'Como el agua que fluye', 1981:264.

David Ignacio Molina Velásquez es Psicólogo de la Universidad de Antioquia, aspirante al título de Especialista en Psicología Clínica, Énfasis: Salud Mental, de la Universidad Pontificia Bolivariana. Se desempeña como asesor de prácticas psicológicas de la Fundación Universitaria Católica del Norte. Contacto: paviacho@hotmail.com

Resumen

El texto aborda, desde la perspectiva de la psicología analítica y la filosofía del Español Fernando Savater, el concepto de “individuación” como una propuesta para el trabajo en salud mental en la actualidad.

La individuación es la vivencia profunda de la subjetividad, de la propia esencia que se conecta con la cultura, aportando a ella sin destruirla; en esta vía la salud mental es un puente que se establece entre el individuo y la cultura, generando un beneficio mutuo basado en el reconocimiento y la valoración de las diferencias individuales.

Palabras y expresiones clave

Individuación, salud mental, subjetividad.

En este ensayo retomaré el concepto de ‘individuación’ propuesto por Fernando Savater en su texto *La sociedad individualizante*, de su libro *Ética como amor propio* (1988); apoyado además por la mirada que la psicología analítica ha construido en este sentido durante su devenir y que se ha dado en llamar ‘Proceso de individuación’. Abordaré dicha temática por considerarla una propuesta ética fundamental en el quehacer actual de los psicólogos y

psicólogas, y porque incluye la realidad psíquica como un elemento fundamental en la forma de dirigirse al individuo que consulta.

Inicialmente haré un recorrido por las ideas del filósofo español, posteriormente, repasaré las del fundador de la psicología analítica Carl G. Jung y los posjunguianos, para finalmente tejer ambas concepciones y articular una propuesta ética y estética para el quehacer en salud mental.

Savater, en su texto *La sociedad individualizante* (1988), afirma que el concepto de *individuo* tiene una significación moderna que surge a partir de las revueltas históricas y culturales del renacimiento. Este autor cita a Marcel Mauss, quién hace una reconstrucción y una genealogía de la concepción de individuo en los siguientes términos:

De la simple mascarada a la máscara, del personaje a la persona, de ahí al nombre y luego al individuo; de éste último, a un ser poseedor de valor metafísico y moral; de la conciencia moral al ser sagrado; de este último a una forma fundamental de pensamiento y acción, tal es el camino recorrido, *La noción de persona*, citado por Savater, 1988.

En esta cita vemos la evolución del concepto griego de persona (máscara), al de individuo, que presupone un valor “metafísico y moral”. Más adelante Savater relaciona el concepto de individuo con el de *responsabilidad ética*, que me parece fundamental para este trabajo, ya que dota al individuo de una relación de consecuencia con sus actos y con el afuera. El autor construye el concepto de individuo del siguiente modo:

“El individuo no es una categoría solamente jurídica, económica, política, ética, metafísica o religiosa. Es todo ello y también una actitud estética, una posibilidad psicológica, el punto de partida de una narración mítica”, (Savater, 1988: 166).

El individuo y el individualismo se constituyen en avances culturales, construcciones sociales que posibilitan la autonomía y la responsabilidad social y que no necesariamente generan disgregación ni egoísmo. El individuo, pensado como sujeto actual, es alguien reflexivo y autónomo que se conforma a sí mismo en relación con lo social. Acerca de la construcción de la individualidad, la individuación, entendida como proceso ético, estético y pleno de sentido y responsabilidad social, dice Savater, al terminar el capítulo, que:

“El proceso de individuación no solo es un producto social y una perspectiva sobre la sociedad, sino también una vía de interiorización y por tanto de riesgo. La ética del amor propio puede servir de suplemento del alma para esta exploración delicada y necesaria”, (Savater, 1988: 179).

Las ideas de Savater nos sugieren exploración interior, la construcción de una posición personal y responsable consigo y con el mundo. Además, incluye el concepto mitopoético de alma que será el puente que nos llevará a analizar las ideas de la psicología analítica sobre la individuación, ya que el alma, entendida como esencia particular de lo humano, y el proceso de individuación de la psique son precisamente sus objetos de estudio.

En la psicología analítica, el proceso de individuación se define como: “La realización consciente de nuestra singular realidad psicológica, incluyendo fortalezas y limitaciones. Conduce a la experiencia del sí-mismo como centro regulador de la psique”, (Hall, 1986:200).

El proceso de individuación es el camino que representa la vida, póngase atención: camino, no necesariamente un lugar de llegada, una meta o un sendero que asciende. La individuación es la asunción del destino personal con todo lo que este implica: luces y sombras, bien y mal; aquello que más se ama de sí mismo y, en igual medida, aquello que no se soporta. Un profundo sentimiento

de la esencia, de la bellota¹ (Hillman, 1996) que se posee y de lo que se vino a hacer al mundo. Recordando a Píndaro, es el proceso de convertirse en lo que se es...

Aquel saber sobre lo que se es, sobre el alma, la esencia, o sea aquello que constituye la naturaleza de lo humano, sólo puede ser posibilitado por la relación con el sí-mismo: el núcleo más íntimo del alma.

Los sueños, por ejemplo, según lo descubrió Jung, conforman en cadena un entretejido de patrones o tendencias con una direccionalidad. En el entramado de los sueños se logra ver la actuación de una cierta regulación oculta que fomenta un “proceso lento e imperceptible de desarrollo psicológico: El proceso de individuación”, (Von-Franz, 196:161).

Tal proceso no se realiza sólo con la voluntad heroica de la consciencia y el ego, sino que fundamentalmente es un proceso involuntario y natural. Uno de los símbolos clásicos de esta maduración psicológica es el árbol que crece lenta pero poderosamente.

El regulador de este proceso, como se ha dicho, es el sí-mismo que a lo largo de la historia ha recibido diversos nombres: *genius* (romanos), *daimon* (griegos), *alma-ba* (egipcios). Todos estos apelativos aluden a esa base arquetípica y organizadora del alma humana. Esta fuerza nuclear que habita en la psique es una experiencia similar en toda la humanidad, la cual se percibe como una guía interior, un secreto que está en el centro y sabe y guarda los misterios más insondables: es Dios, Alá, Ormuz, Yavéh, Mista'peo para los naskapi o también el Hada de las Lilas, Merlin y otros, que representan, en las creencias religiosas y la literatura, la energía nutricia, protectora y creativa inherente a la psique.

¹ La teoría de la bellota y la redención de la psicología es propuesta por James Hillman, psicólogo arquetipal, en su texto *El código del alma*. Tal concepto supone la existencia de una esencia particular, presente desde siempre en todos los individuos y que se desarrolla a lo largo de la vida.

Acerca de la acción de este arquetipo en el proceso de individuación, Von-Franz dice:

El proceso de individuación es más que un acuerdo entre el germen innato de totalidad y los actos externos del destino. Su experiencia subjetiva transmite la sensación de que cierta fuerza suprapersonal se interfiere activamente en forma creativa. A veces notamos que el inconsciente lleva la dirección con un designio secreto. Es como si algo nos estuviese contemplando, algo que no vemos pero que nos ve, quizá el GRAN HOMBRE que reside en el corazón, que nos dice su opinión acerca de nosotros por medio de los sueños, (Von-Franz, 1966:162).

El sí-mismo es el arquetipo de la individuación. En este mismo sentido habla David De Bus:

“El sí-mismo imprime su globalidad sobre nuestra vida psicológica a medida que nos desarrollamos. Se nos muestra como la imagen psicológica de lo divino. Y como tal, tiene algo de las cualidades de una finalidad trascendente, como una diana móvil hacia la cual viajamos”, (De Bus, 1991: 87).

Individuación viene de individuo, de no-dividido. Aunque la psique sea un escenario donde conviven los personajes y pulsiones más opuestos y disímiles, es un contenedor, y la individuación es el camino donde todos aquellos que habitan la psique encuentran su lugar y contribuyen a la formación de una esencia particular, humana, pero honorablemente singular... El sendero único que cada cual es responsable de construir, como lo sugiere Savater... Es así que la existencia se convierte en un intento de matrimonio interior, de re-ligare.

A continuación se presenta el modelo junguiano clásico de concepción de la psique humana:

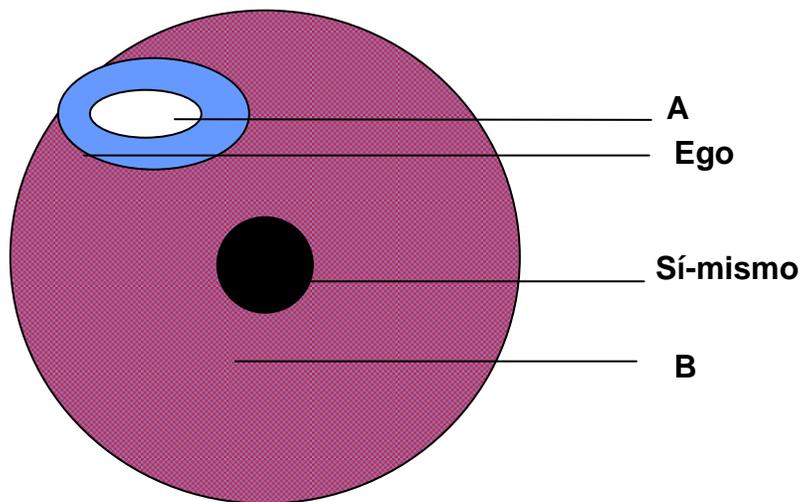


Figura 1. Representación de la psique humana.

“La psique se puede comparar a una esfera con una zona brillante (A) en su superficie, que representa a la consciencia. El ego es el centro de la zona (una cosa es consciente sólo si “YO” la conozco). El sí-mismo (Self) es, a la vez, el núcleo y toda la esfera B; su proceso regulador interno produce los sueños” (Von-Franz, 1966:161).

En las dos teorizaciones revisadas anteriormente encontramos algunos puntos comunes que podemos rescatar sobre la noción de individuo y de individuación:

- El individuo y la individuación son construcciones subjetivas, mediatizadas por la cultura. Por ello implican la responsabilidad social.
- Lo fundamental en la experiencia de la individuación es la sensación profunda de la subjetividad, la realidad psíquica del individuo y cómo esta se relaciona con las otras dimensiones de la realidad.
- La individuación como proceso no significa egoísmo ni es un intento disgregador en contra de la cultura.

- La individuación se relaciona con el concepto de alma, entendida como la esencia más particular de cada cual, que se desarrolla a lo largo de la existencia individual.

En las anteriores afirmaciones yace una propuesta ética para la psicología: Ser vehículo de la individuación, posibilitar la asunción de la diferencia y del destino personal, como una posición responsable ante la cultura.

Para terminar, citaré la definición de salud mental que brinda la dirección Seccional de Salud de Antioquia, que tiene mucho sentido, vista bajo esta luz ontológica y psicológica, y que de algún modo orienta la labor psicológica desde esta vía:

“Salud Mental es la capacidad manifiesta del ser humano de identificarse como individuo, dentro de una determinada sociedad o cultura, relacionándose objetiva y armoniosamente con el medio en que participa, creando mayor bienestar para él y para los demás y adquiriendo por ello un sentido para su existencia” (DSSA, 1994).

BIBLIOGRAFÍA

Dirección Seccional de Salud de Antioquia, 1994, Sobre el concepto de Salud Mental, DSSA, Medellín.

Hall, James, 1986, La Experiencia Junguiana - Análisis e Individuación, Santiago de Chile, Cuatro Vientos S.A. (2ª ed., 1995, Editorial Cuatro Vientos) 209 pág.

Hillman, James, 1996, El código del alma, Santa Fe de Bogotá, Martínez Roca S.A. (2ª ed., 1998, Planeta Colombiana Editorial) 317 págs.

Jung, Carl G., en compañía de Marie-Louise Von Franz, Joseph L. Henderson, Aniela Jaffé y Jolande Jacobi, 1966, El hombre y sus símbolos, Londres, Aldus Books Limited (1 Reimpresión 1969, Aguilar S.A.) 320 págs.

Savater, Fernando, 1988, Ética como amor propio, Barcelona, Ed. Grijalbo Mondadori S.A.

Yourcarnar, Marguerite, 1981 Como el Agua que Fluye, Editorial Alfaguara.