



Jung

Filosofía, 27/04/2020



Fue uno de los grandes psiquiatras de la Historia y médico, psicólogo y ensayista. Jung nació en Suiza en el año 1875 y murió en el mismo país en 1961. Afirmó la existencia del inconsciente colectivo que es previo al inconsciente individual. Analizó la personalidad y también conceptualizó la introversión y la extroversión.

Jung se interesó mucho por la filosofía. Leyó con gran interés los tratados de Kant y de otros filósofos. Se interesó por la mitología y

las religiones y por otras numerosas cuestiones y materias. Fue, sin duda, uno de los mejores representantes de la psicología analítica y transpersonal.

Buscó el entendimiento de los entresijos y complejidades de la mente. Y también, simultáneamente, se observa junto al rigor conceptual un deseo de querer ir en la vida hacia el misterio de la misma o de lo incomprensible o divino en lo que estamos inmersos.

Según este gran psicoterapeuta existe un inconsciente personal en el que permanecen los conflictos de las vivencias de los sujetos en forma de complejos. De todas maneras, la construcción de la identidad hace que las situaciones y los problemas se resuelvan, ya que la mente va cambiando y las interpretaciones de la misma también evolucionan.

La comprensión del inconsciente es posible, según Jung, a través de los sueños y las expresiones artísticas. Lo simbólico y lo espiritual son dimensiones a tener en cuenta en los análisis de la mente humana, sin perjuicio de la utilización de métodos rigurosos y científicos para el estudio e investigación de los procesos mentales. También practicó la psicología experimental.

Como escribe Jung: «Conozca todas las teorías. Domine todas las técnicas, pero al tocar el alma humana sea apenas otra alma humana». Indudablemente, los procesos conscientes no son continuos de forma absoluta. De hecho, como afirma Jung la consciencia es intermitente y discontinua.

Durante la noche las personas mientras duermen están inconscientes e incluso está comprobado que durante el día hay horas en las que los individuos no son conscientes más que a medias o en una tercera parte. Algo también explicado por Jung: «En el fondo son pocos los momentos en los que se es realmente consciente, en los que la conciencia alcanza un cierto nivel y una cierta intensidad».

Frente a esta dispersión relativa de la vida de la consciencia aparece la continuidad estable de la actividad inconsciente señala Jung. Pero existe algo asombroso y que no percibimos conscientemente y es que mientras hablamos, escuchamos o leemos sigue funcionando nuestro inconsciente. Se pueden establecer tres tipos de contenidos inconscientes desde la perspectiva de Jung: asequibles, mediatamente asequibles e inasequibles. Ciertamente, en la vida cotidiana las personas realizan una

multitud de cosas sin prestar atención, casi de modo mecánico.

En cambio, en relación con los contenidos mediatamente asequibles son una especie de recuerdos o evocaciones. Por ejemplo, los olores pueden suscitar recuerdos y también las imágenes.

La infancia, de modo general, en la edad adulta es difícil de recordar con muchos detalles ya que forma parte de lo retenido en los contenidos inconscientes inasequibles. Como escribe Jung: «la infancia está cubierta por una densa oscuridad». La conciencia y el inconsciente son dos territorios complementarios y que son investigados por la psicología y la psiquiatría.

Ya el mismo Kant pensaba que el inconsciente es la mitad del mundo que existe en las profundidades de la mente y que concuerda perfectamente con las teorías del sabio suizo. Como indica Jung: «La conciencia es una especie de órgano de percepción y de orientación dirigido, en primer lugar, hacia el medio ambiente». En este sentido, la labor de terapeuta y los libros de este psiquiatra y pensador buscan que los sujetos avancen por la vida de una manera enriquecedora y creadora. Destaca también el valor del contacto humano y de la esperanza y el optimismo.

No cabe duda de que el talento surge, en gran parte, del esfuerzo. La vida es, en sí misma, problema. Ya que como dice Jung: «Nadie, siempre y cuando se mueva entre las corrientes caóticas de la vida, está sin problemas». Ya lo afirmó también el filósofo José Ortega y Gasset con su raciovitalismo.

Mirar a los sentimientos y emociones es el camino que aclara la vida por vivir. La importancia de la acción es máxima y nos impulsa a actuar para sacar lo mejor de nosotros mismos. Esto está presente en los planteamientos de Jung. La vida es una gran aventura para cada individuo hasta el último día de la existencia, con ilusión y con objetivos, como si fuera a vivir varios siglos y esto nos lo dice el inconsciente.