

## Capitolul 1

### Simbolul arhetipal, limbaj al Sinelui transpersonal

*Motto:*

*Dacă realitatea individului nu este împărtășită și de restul sau măcar de majoritatea, atunci acesta ori este Mesia, ori este un nebun.*

Pentru a dezvolta teoria emergenței Sinelui transpersonal, este nevoie de a explica modul de geneză a reprezentărilor simbolice care pot sau nu să fie în concordanță cu realitatea individuală. În același timp, simbolismul este o bază fundamentală a gândirii care transcende realitatea, care face conexiunea cu o lume internă a individului, populată de fantasmă, scenarii, dorințe, nevoi și lumea externă care de multe ori este în disonanță cu ceea ce simte individul. O reprezentare simbolică nu este doar o formă de transcriere distorsionată a unei realități, ci poate fi un mod de exprimare a unor instanțe care altcumva nu și-ar putea găsi verbalizarea în mod direct.

În funcție de orientarea teoretică a terapeutului, simbolurile, metafora și povestirile sunt folosite pentru a descoperi, a schimba sau a crea un sens; ele pot induce transa hipnotică, pot preda sau concepe un model de lucru util clientului, pot modifica schemele cognitive, pot schimba comportamentul, au capacitatea de a întări relațiile părinte-copil sau pot reduce rezistența la terapie. După cum se observă, utilitatea terapeutică a reprezentării simbolice ca factor de diagnostic sau a metaforelor ca proces terapeutic, este certă. Terapiile orientate spre soluții, hipnoterapia, abordările „mindfulness”, integrative, analitice, cognitiv-comportamentale, psihodrama, precum și o mare varietate de terapii prin joc, toate folosesc simboluri sau metafore. Prin simboluri elucidate și prelucrate se poate privi în lumea internă a unui individ, ajutându-l să dea sens acelei lumi, să rămână conectat la alții și să descopere soluții la probleme. Prin comunicare metaforică, clienții, atât adulți cât și copii, își dezvăluie preocupările,

neliniștile, își exprimă dorințele și obțin o înțelegere mai clară a propriilor experiențe, având acces în acest mod la soluționarea problemelor cu care se confruntă.

Carl Gustav Jung a descoperit faptul că visele conțin în mod obișnuit imagini, motive și simboluri care pot fi regăsite la populații din locații geografice îndepărtate, dar și în diferite perioade de-a lungul istoriei omenirii. A ajuns la această concluzie după ce a analizat visele pacienților săi, cercetând izvoarele istorice referitoare la patologia psihotică și, mai mult decât atât, autoanalizând visele personale. Ceea ce a rezultat a fost o deducție conform căreia, în plus față de inconștientul individual a cărui identitate a fost confirmată de psihanaliză, există un inconștient colectiv care este împărtășit de întreaga umanitate și reprezintă un tip de manifestare a creației divine. Conform lui Jung (Jung, 1981), acest inconștient colectiv se formează din instincte și arhetipuri, acestea din urmă fiind simboluri, modele de comportament, manifestări emoționale și afective, moștenite din generațiile precedente. Imaginea inconștientului colectiv mai constă într-o tematică mitologică, dar și producții ale imaginației personale care, proiectate în exterior, creează mituri și simboluri.

Temele imaginilor arhetipale sunt identice pentru toate culturile, având doar mici diferențe de nuanță, nefiind influențate de dezvoltarea ontogenetică și corespunzând componentei structurii umane, condiționate filogenetic. Jung a identificat două nivele psihice în personalitatea umană - nivelul conștientului și inconștientului, inconștientul fiind văzut ca bidimensional, cu o dimensiune personală și cu alta manifestată la nivel colectiv. În legătură cu conștiința, a teoretizat că aceasta este formată din conținutul funcțiilor perceptive și emoționale, în timp ce inconștientul individual constă în conținuturi subliminale și refulate. Inconștientul colectiv, însă, este organizat în modele condiționate de răspuns biologic și în arhetipuri moștenite de la strămoși. Conform lui Jung, arhetipul are intenția de a reprezenta ideea originală, principală a unui anumit model care determină dezvoltarea umană, incluzând în cadrul său conceptual și legea care guvernează această dezvoltare (Jung, 2003).

Jung a realizat că ideile și credințele pacienților cu schizofrenie, care sunt ciudate și de neînțeles pentru un om sănătos, se aseamănă extrem de mult cu unele din credințele din Antichitate, păstrate în mitologia universală sau avansate de indivizi din culturi distincte de cele ale pacienților săi. Ca urmare a acestei observații, a concluzionat că există un nivel al psihicului care creează legende și mituri, acesta fiind comun atât persoanelor cu afecțiuni psihice, cât și celor sănătoase, precum și persoanelor care trăiesc în culturi diferite sau care au trăit în alte epoci. Aceasta înseamnă că există un

substrat mental comun tuturor indivizilor, care reprezintă o sursă de imagini mitologice pozitive și care oferă semnificație existenței umane. Mitul poate fi așadar o încercare de a promova auto-vindecarea unui individ sau de a promova o mai bună adaptabilitate pe viitor (Jung, 1999).

Această concepție este total diferită față de cea promovată de psihanaliza clasică, Freud considerând că miturile pot fi interpretate ca fiind reprezentări ale unor probleme și conflicte din copilărie, iar universalitatea lor reflectă de fapt caracterul comun al experienței umane. Jung a combătut explicația mentorului său, argumentând că aceste motive mitologice universale au apărut printre indivizi care nu aveau cunoștințe comune și care nu aveau cum să compună o simbolistică identică. De aici a plecat teoria lui conform căreia, în inconștientul fiecărui individ, există elemente structurale care formează mituri și care se manifestă atât în visele indivizilor sănătoși, în producțiile patologice, cât și în folclor sau mitologie. Visele pot fi astfel văzute ca mituri individuale și miturile ca vise colective. Pentru a nu fi părtinitor, este bine de menționat că Freud, la rândul lui, a arătat toată viața un interes foarte profund în privința religiei, însă avea tendința de a o interpreta în termenii conflictelor nerezolvate din stadiul infantil al dezvoltării psiho-sexuale. Spre deosebire de Freud, Jung a fost mult mai deschis în privința misterului spiritual, probabil pentru că a avut multe experiențe religioase în timpul vieții sale, care l-au convins de realitatea transpersonală. Argumentul de bază al lui Jung a fost că elementul spiritual este o parte organică și integrală a psihicului, spiritualitatea autentică fiind un aspect al inconștientului colectiv, independent de mediul cultural, educațional sau de vârsta individului.

În domeniul transpersonalului, psihologia jungiană se limitează la explicarea dinamicii arhetipurilor și a inconștientului colectiv, sincronicității și fenomenologiei extrasenzoriale. Nu pare să existe o recunoaștere reală a experiențelor transpersonale care să medieze legătura cu diferite aspecte ale lumii materiale, cum ar fi identificarea autentică cu alte ființe (persoane, animale, plante) sau cu experiențele filogenetice, geofizice sau astronomice care pot media accesul la informații noi privind diferite aspecte ale realității obiective (Grof, 1985).

Prin natura faptului că mintea umană conține arhetipuri, considerate moduri tipice de reținere sau forme fără conținut, simbolul arhetipal reprezintă doar posibilitatea generării unui anumit tip de percepție și acțiune. Arhetipurile, atunci când sunt exprimate ca simboluri și metafore, pot fi aplicate sau pot fi experimentate în mod conștient, la fel ca în limba vorbită, dar pot fi în același timp generate în mod inconștient și spontan. Astfel, după Jung, simbolul este ca un lucru viu care exprimă ceva ce nu

poate fi caracterizat prin orice alt mod, dar care poate trezi un interes intelectual sau estetic, istoric sau filosofic (Jung, 2003).

Jung a observat și o tendință de imagini arhetipale, declanșate de arhetipuri per se, care apar în conștiința umană într-o formă grafică completă fără un efort intelectual aplicat, el diferențiind în acest mod arhetipurile de imaginile arhetipale, primele (adică arhetipurile per se) fiind structural nereprezentabile, în timp ce acestea din urmă sunt reprezentări (imagini, idei, obiecte) manifestate în conștiința mediată de către inconștient (Jung, 2003). Imagini arhetipale discutate cel mai frecvent în literatura de specialitate sunt cele ale Eroului (ca Ego-ul în vederea atingerii obiectivelor), Umbra (aspecte necunoscute ale personalității, de obicei clasificate ca fiind negative), Anima (componenta contrasexuală a unui bărbat), Animus (componenta contra-sexuală la femeie), Bătrânul înțelept (sau înțelepciunea ca arhetip) și Magna Mater (Marea Mamă sau Zeița mamă) (Jung, 2003; Jung, 1999; Jung și Kerenyi, 1994). Jung susține că simbolismul arhetipal experimentat de către un individ trece dincolo de limitele experienței de viață și deschide drumul către diferite alte concepte. Toate ființele umane au în comun același echipament biologic (creierul și sistemul nervos central), deci au o tendință de a percepe senzori comune, dacă împărtășesc experiența existenței în limite normale, încorporate într-un simbol, chiar și la un nivel implicit (adică inconștient). Astfel de factori delimitează conceptul lui Jung al așa-numitului „inconștient colectiv”, considerat de el ca fiind cel mai adânc, mai vechi și mai misterios strat al psihicului (Jung, 1999; Jung și Kerenyi, 1994).

Neuroștiințele au adoptat o bază teoretică comparabilă, modelată pe rețelele conexiunilor care sunt paralele cu inconștientul colectiv și rețelele personale care sunt în paralel cu inconștientul personal, dar cu toate acestea se observă că unele modele conexioniste sunt în primul rând „computaționale”, mai degrabă decât „neurologice” și astfel pot fi limitate în a fi aplicate doar teoretic (Clausner și Croft, 1997). Specificăm că este bine stabilit de către cercetători faptul că memoria este stocată pe baza contextului și a sensului. Memoria de recunoaștere a imaginilor este considerată a fi legată de mecanismele evolutive vechi referitoare la excitarea emoțională, dovezile arătând că memoria funcționează cel mai bine atunci când avem de-a face cu imagini cu impact personal ridicat. Jung a considerat că structurile arhetipale ale creierului facilitează reținerea semnificației informațiilor stimulului primite de la impulsurile senzoriale, specificând că aceste arhetipuri sunt legate de excitarea emoțională și de impactul personal în mod specific (Jung, 2003).

Se face o distincție între înțeleșurile conștiente explicite, manifestate prin efort intelectual volitiv, și sensurile implicite inconștiente, derivate din

abstracția spontană a reprezentărilor din inconștient. În ceea ce privește acestea din urmă, s-a confirmat faptul că un număr substanțial de procese cerebrale sunt non-conștiente. Dacă imaginile arhetipale și limbajul au o structură a semnificației corespunzătoare, o imagine arhetipală inconștientă ar trebui să consolideze memoria printr-un cuvânt care rezumă cu exactitate sensul acelei imagini arhetipale. În acest context, este important de remarcat faptul că, deși arhetipurile tind să se manifeste ca imagini grafice, cuvintele, cu înțelesul pe care noi îl atribuim lor sau limbajului vorbit în general, sunt o dezvoltare ulterioară și pot fi doar aproximări ale conținutului simbolic. Această problemă are repercusiuni asupra simbolului de asociere (Griffiths, Steyvers & Tenenbaum, 2007).

Dacă ne referim la dimensiunea epistemologică, deși a suscitât un viu interes în rândul cercetătorilor, teoria arhetipului a avut parte de investigații experimentale limitate. Din acest motiv voi exemplifica o parte dintre puținele studii empirice cu privire la arhetipuri, cel mai reprezentativ fiind cel realizat de Rosen, Smith, Huston și Gonzales. Aceștia au aplicat trei teste specifice unui lot de 293 studenți și au urmat un model de învățare clasic pentru a găsi dovezi ale inconștientului memoriei colective (arhetipale). Trei dintre autori (D.H. Rosen, S.M. Smith și G. Gonzalez) și doi experți jungieni (Harry Prochaska și Katherine von Fischer) au elaborat Inventarul Simbolului Arhetipal prin extragerea anumitor motive comune din mitologie, opere de artă și artefacte istorice. Simbolurile și cuvintele caracteristice au fost utilizate numai în cazul în care cei cinci membri ai echipei de cercetare au fost de acord în unanimitate cu privire la asociații. Metodologia a implicat distribuirea către participanți a unuia dintre cele trei teste. Prima sarcină a reprezentat un răspuns liber sau o asociere, iar în al doilea rând li s-a cerut participanților să ghicească un singur cuvânt pentru fiecare dintre cele 40 de simboluri prezentate într-o succesiune de imagini. Doar 1% dintre aceștia au dat răspunsuri corecte „specifice” și 4% au dat răspunsuri corecte „similare”. În al doilea studiu (reprezentând un test de alegere), subiecților le-a fost furnizat sensul cuvintelor, dar așezat la întâmplare, cerându-li-se să potrivească un singur cuvânt cu un singur simbol. Din nou, doar un număr mic de participanți (6,5%) au putut să potrivească în mod corect un cuvânt dat cu simbolul său. S-a concluzionat următorul lucru: cunoașterea conștientă a asociațiilor simbol - sensul cuvântului a fost limitată, așa că, dacă există orice asociație, aceasta trebuie să fie în mare parte inconștientă. În fine, al treilea și ultimul experiment a reprezentat 20 de simboluri compensate de sensul propriu al cuvintelor, iar celelalte 20 de simboluri au fost irelevante, cu cuvinte fără legătură. Ambele seturi au fost combinate în mod aleatoriu și prezentate participanților într-o succesiune de imagini, formată

mai întâi din toate perechile simbol - cuvânt (o limită temporară de cinci secunde pentru fiecare pereche simbol - cuvânt). După un repaus de un minut, simbolurile au fost vizualizate din nou cu păstrarea ordinii de prezentare. Participanților li s-a cerut să scrie cuvântul reprezentând sensul asociat inițial cu simbolul (limita de timp de 20 de secunde a fost stabilită pentru fiecare simbol). Cuvintele potrivite au fost corect amintite în mod semnificativ mai des decât cuvintele care nu aveau legătură cu simbolurile. Rosen și colaboratorii săi au considerat inventarul ca fiind cu adevărat un inventar al simbolurilor arhetipale (universal) și au ajuns la concluzia că asocierile inconștiente pot influența în mod pozitiv redarea unui cuvânt asociat cu un simbol (Rosen, Smith, Huston, Gonzales, 1991).

Prin adoptarea unei strategii experimentale complet diferite, Maloney (1999) a realizat un studiu conceput pentru a testa efectele temelor arhetipale asupra răspunsurilor afective (emoționale). El a susținut că imaginile arhetipale înnăscute pot provoca răspunsuri emoționale la adulți, dar întrebările despre imagini trebuie să fie evocate conform structurii arhetipale care stă la bază. Pentru a testa ipotezele sale, cei 151 de participanți au evaluat preferințele lor pentru imagini reprezentând teme arhetipale a trei versiuni diferite (bune, rele și non-antropomorfe) ale Eroului și ale Mamei. Toate cele șase teme au fost extrase din Arhiva pentru Cercetări privind Arhetipuri și Symbolism (Institutul C.G. Jung, San Francisco). Participanții au sortat imaginile în conformitate cu răspunsurile lor afective, clasificate în „neplăcere”, „interes” și „confort”. Maloney a folosit trei seturi ale ambelor arhetipuri, Erou și Mamă (3 versiuni x2 x3 arhetipuri = 18 răspunsuri în total). Răspunsurile au fost analizate factorial. Maloney a descoperit că temele arhetipale au determinat răspunsuri afective la adulți.

Cu toate acestea, concluzia lui Maloney s-a bazat pe rezultate semnificative numai pentru una dintre cele trei declarații afective: „confort” (care tinde să păstreze imaginea respectivă pentru totdeauna). El a susținut că nu arhetipul, ci perspectiva personală cu privire la acest arhetip, este de cea mai mare importanță. Constatările lui Maloney au ridicat mai multe întrebări decât răspunsuri conform lui Raya Jones (2000), care a avut în mare măsură aprecieri critice legate de designul lui Maloney. Obiectivul principal al criticii ei a fost că Maloney nu a furnizat imagini ne-arhetipale ca martori de control ai experimentului. Orice cale de atac emoțională sau estetică a imaginilor ar putea fi evocată în mod natural la indivizi fără a fi nevoie de imaginile arhetipale. Maloney, ca răspuns, a afirmat în cadrul aceluiași jurnal de psihologie analitică faptul că structura factorului reprezentat de răspunsuri a rămas același în diferite exemple, astfel încât estetica nu a fost o explicație exclusivă a efectului (Maloney, 2000).

Menționez ca util pentru înțelegerea teoriilor referitoare la simbolurile arhetipale un studiu de interpretare a imaginii, realizat de Bergeron, Rosen, Arnau și Mascaro (2003), care a condus la un aparent mic, dar sugestiv efect al imaginilor arhetipale. Ei au testat așa-numita „metodă a cadranelor”, care a fost folosită pentru a instrui analiștii jungieni din Zurich, Elveția. Viitorilor psihoterapeuți în tehnica analizei li s-a cerut să desene sau să picteze o imagine, iar analistul supervisor a evaluat producțiile observând ce motive cheie se încadrează în patru cadrane imaginare (stânga sus = tată, stânga jos = inconștient, dreapta jos = mamă, iar dreapta sus = viitor). Bergeron și colaboratorii au încercat să valideze cercetarea prin luarea în considerare a tipologiei răspunsurilor afective, însă interesul privind arhetipurile este reprezentat de ceea ce a rezultat din desene: poziția „stânga sus” s-a referit la „Bătrânul Înțelept”, în timp ce dreapta jos la „Magna Mater”. Cu toate acestea, Bergeron a constatat că majoritatea rezultatelor s-au dovedit a fi doar relații întâmplătoare între desene nesemnificative și cadranele presupuse a fi asociate lor.

Ronda Isaac (2004) a contestat metodele utilizate de Bergeron. Ea a susținut că s-a schematizat în mod arbitrar sensul simbolic al cadranelor. De exemplu, instruirea clientului de a crea o imagine bazată pe sentimentul de a fi „singur” nu ar însemna neapărat faptul că „trebuie să fie evocat inconștientul”, astfel încât analistul nu ar trebui să se aștepte ca motivele reprezentării acestuia să apară neapărat în cadranul din stânga jos. Sentimentul de a fi singur ar putea pur și simplu evoca la fel de bine arhetipul Mamă (cadranul din dreapta jos). Isaac a specificat că atunci când se lucrează cu imagini arhetipale, este incorect a limita informațiile disponibile în scopul interpretării, în patru colțuri, patru culori sau în patru arhetipuri generale.

Ceea ce este important din punctul de vedere al psihoterapiei ca mod de lucru cu simbolul arhetipal, este legat de tehnica terapeutică referitoare la analiza visului, aplicată pentru prima dată în mod oficial în cadrul terapiilor psihodinamice. Într-adevăr, Jung (Jung apud Jaffe, 1996) a susținut faptul că principala sursă de dovezi referitoare la existența și manifestarea arhetipurilor este regăsită în vise. Totuși, există un dezacord între școlile psihoterapeutice cu privire la interpretările simbolurilor și este destul de dificilă găsirea unor simboluri comune care să fie acceptate de toată lumea. De menționat este faptul că, de-a lungul timpului, societatea a evoluat, iar unele simboluri ce țin de cultura socială, de contextul istoric și de evoluția tehnologică a ultimelor decenii au condus la noi perspective în ceea ce privește analiza reprezentărilor inconștiente.