

Unas palabras sobre la imaginación

En el ED asistimos a un curioso fenómeno donde ciertos “estados de conciencia”, -ciertas facultades- se atan y desatan con aparente espontaneidad. Se trata de un proceso que culmina en esa extraña manifestación que es la imaginación.

Hablar de la imaginación es hablar de un tema inquietante, que toca aspectos de la filosofía y de la religión, pese a que corresponde formalmente al área de la psicología.

Durante siglos aquellos peculiares “estados de conciencia” parecían depender directamente de Dios o de lo sobrenatural, hoy día han sido progresivamente investigados y hemos aprendido a manejarlos.

Estos estados de conciencia han comenzado a ser comprendidos y en consecuencia, al tratarse de fenómenos reproducibles en circunstancias similares, han ingresado al patrimonio de la ciencia y la tecnología. En el momento actual es posible instrumentar esos “estados de conciencia” no sólo para actuar en psicoterapia, sino también en todo campo donde la creatividad tenga su que ver. En la actualidad diversas metodologías aplicadas a la imaginación permiten un manejo de la misma en terrenos como la publicidad, la industria del diseño, la administración empresarial, etc.

Durante tal vez demasiado tiempo la imaginación ha estado asociada a lo que podríamos llamar eufemísticamente “una conciencia alterada”.

Estos estados de conciencia corresponden a una modificación del modo habitual de estar presente, y además, del modo de reaccionar ante la realidad de lo inmediato.

Estos estados alterados pueden ocurrir por estímulos exógenos como sustancias psicodislépticas o rituales con gran compromiso emocional. La imaginación no es ni buena ni mala en sí y estamos en condiciones de manejarla. Al igual que un cuchillo es un instrumento para el cual sus bondades dependen del uso que se le dé. La imaginación a veces nos ayuda a cambiar favorablemente nuestro existir, pero en otras ocasiones refuerza situaciones psíquicas patológicas e incluso las empeora.

Como la imaginación es el instrumento fundamental de la psicoterapia, entendemos necesario abordarlo desde nuestro especial punto de vista, ya que sobre ese terreno trabajamos en el E.D.

Aquel quien cursa uno de estos estados alterados de conciencia experimenta la sensación de la alteridad. Cuando estamos inmersos en ese imaginar profundo – con compromiso emocional -, se es diferente, se es “el otro”. Diríamos más, se es un “otro”, que de acuerdo a aquellas antiguas pautas culturales y temporales, podría estar poseído por un dios, un espíritu, o un demonio.

Con el desarrollo de la investigación en psicología, lo sobre natural, deja de ser algo ajeno para hacerse algo propio algo personal. Y lo que era supra humano pierde su ajenidad dándonos a cambio una mayor libertad, ya que es algo nuestro.

La palabra imaginación proviene de imagen (el reflejo). Vemos y sentimos a ese “otro” que es mi reflejo como un “algo” que es mío sin ser parte de mí.

Sentimos a los sueños o lo que surge espontáneamente de nuestra imaginación del mismo modo que la imagen en el espejo.

Comenzamos a perfilar un aspecto que considero crucial, yo y mi “otro”. Se establece en consecuencia nuestra propia dicotomía en un universo que dejó de ser bipolar para transformarse en dicotómicamente anosognótico. Es decir: vivimos en un sector de una dicotomía que ignora la existencia del otro sector de sí mismo.

Los trastornos de nuestra propia alteridad se manifiestan como un problema de nuestra propia identidad.

Me pongo ante el espejo, me miro, me examino y me pregunto: ¿Ese soy yo?. Cuantas veces al ver nuestra imagen plasmada en una fotografía, no nos reconocemos – “salí mal” – “no puedo estar tan gorda”- “no soy fotogénico”.

Por lo tanto para aproximarnos a aquello de lo que no tenemos conciencia – para entrar en ese mundo del “otro”- debemos apelar a diversas técnicas psicológicas.

Pero una advertencia a los ensueñistas: solamente aquel que la desarrolla con ingenua sobrevaloración, podría creer que liberando y ejercitando la imaginación, nuestros conflictos inconscientes se resolverán espontáneamente. El simple hecho de destrabar la situación complexual no alcanza, ya que la fuerza de la urdimbre social, el peso de la cultura, terminan por apoderarse de nosotros. El peso de la cultura termina impidiendo el pleno desarrollo de nuestro ser potencial, dejándonos como “sujetos bien adaptados” pero carentes de sentido de existencia.

A través del ensueño dirigido, podemos entrar a ese mundo “del otro” sin dificultades. Podemos deambular por sus laberintos, encontrar al Minotauro, confrontarlo, y salir del laberinto habiéndolo integrado a nosotros.

En la práctica del ED sería como rescatar a Euníces del Averno. Rescatar algo de nosotros mismos que estaba atrapado y ajeno a nuestro devenir.

Pero eso no alcanza. Una vez rescatada nuestra energía psíquica estaremos en condiciones de dirigirnos hacia nuestro destino existencial, ser dueños de nuestro propio destino, concordante. Y esa etapa es la que corresponde a la fase de reflexión o análisis en el ED.

MG