

LA POESÍA COMO EXPRESIÓN DEL INCONSCIENTE EN UN ANÁLISIS JUNGUIANO

Rosario Hernando Martínez



Siempre me ha parecido mágico que en el acto de “El Encargo de Tratamiento”, cuando “el recién conocido terapeuta”, con todo su convencimiento te dice algo parecido a:

“compre una libreta tamaño cuartilla, con espiral, póngala en su mesita de noche y anote ahí sus sueños...”

desde aquel día, en mi análisis personal recordé los sueños para llevarle a mi analista. Aunque el día anterior a conocerle, sabía que soñaba, pero no recordaba los sueños, eso suele ocurrir...

También me ha pasado a mí, como analista con la mayoría de pacientes, eso de que “el convencimiento del terapeuta” basta para que recuerden sus sueños, como decía me sigue pareciendo mágico.

A menudo, estar en tratamiento, en análisis, es como estar embarazado; alumbrado, incluso la vida cotidiana es otra, en muchas personas. Es verdad que es muy distinto en casos de trastornos graves.

A mí, tras diez meses de tratamiento o de análisis junguiano me empezaron a surgir poemas, se me ocurrían enteros normalmente, yo sólo tenía que transcribirlos. Yo había leído poca poesía, y oír la que le recitaba mi madre, cuando éramos pequeños, sí; la poca que ella había aprendido en su colegio.

El único mérito mío, supongo que fue empezar a aprender a ser canal limpio para que llegaran los aportes del alma.

La presencia de la poesía me llenó de gozo y se convirtió para mí en una señaladora de caminos.

Poesía y Proceso de Individuación

C.G. Jung¹ en su escrito “Psicología y poesía”, de 1930 delimita dos tipos de arte poético; el que llama psicológico y el que denomina vivencial y esto es lo que caracteriza a cada uno de estos dos modos de creación:

El modo psicológico de hacer arte, tiene como material un contenido que se mueve dentro del alcance de la conciencia humana, por ejemplo, una experiencia vital, una conmoción, una vivencia de pasión; destino humano, en suma, conocido, o al menos perceptible por la conciencia general (...)

En el modo visionario de la creatividad, el material o la vivencia que se convierte en contenido de la creación no es nada conocido; es de esencia foránea, de naturaleza de trasfondo (...) una vivencia primordial ante la que la naturaleza humana amenaza con sucumbir por incompreensión; no se entiende fácilmente. Los poemas surgen, se dan y no por una vivencia humana, como en el tipo de creación anterior.

Luis Montiel² también habla de poesía...

¹ Jung, C.G. (1930) Ed.cit. vol.15. pp. 102-103

² MONTIEL, Luís; *La Novela del Inconsciente, (El Proceso de Individualización en la Narrativa de Gustav Meyrink)*, Edita MRA, Barcelona 1998

Surgen POEMAS...

Me sorprendí de que 10 meses más tarde de empezar el análisis personal, mi proceso de individuación, “me salió, me surgió” el primer poema, el 12 de noviembre de 1997.

Apostaremos

Poema 1

Apostaremos por la vida
ese reto escalofriante que nos hace alma.

Perderemos el miedo al descubrir que somos nosotros mismos
cada uno tan diferente
como las estrellas.

Confiaremos, en que al final de la jornada
podremos beber en las fuentes de la vida
y refugiarnos en las confortables praderas del alma.

12 de noviembre de 1997
Rosario Hernando Martínez
Derechos Registrados

Este primer poema

Es una Apuesta por la vida, por la vida auténtica; la que es un reto escalofriante que nos hace alma.

Que perderemos el miedo al descubrir que somos nosotros mismos, cada uno tan diferente como las estrellas...

Todavía me estremezco cuando lo releo. Solemne y sencillo, como el sí-mismo.

Creo que estas vivencias son tan íntimas, que frecuentemente pueden pasar inadvertidas por otras personas, aunque se lo expliques. Parece lógico.

La vivencia del surgimiento de la mayoría de los poemas, es como fruto de una elaboración larvada, parece una elaboración del sí-mismo; unos poemas más que otros. Los poemas los siento como organizadores, confirmaciones rotundas.

Ejemplo de poema, que me surgió sin buscarlo, en el que se expresa qué es POESÍA

Poema 122

Poesía

Poesía, musa distinta para cada uno

sublime, siempre.

Abridora de caminos

indicadora del centro

Como Hermes, compañera en los pasadizos entre infierno y cielo.

Rosario Hernando Martínez

Noche fría de San Vicente, 22 de enero de 2006
con Sirius en el sur

Derechos Registrados

Este poema 11, me reafirma como mujer

Poema 11

MIS MUJERES

(Nosotras, una cadena trenzada de vida)

En un tanto de otro tanto, mi madre llegó a ser,
nosotras somos, seremos; ellas fueron y ellas serán.

Todo su saber, desde siglos, llegó hasta mí,
en una gota de sudor, en una lágrima, en un besar.

De ellas aprendí a oler, a sentir, a pensar, a intuir: ¡a ser!
aprendí a mirar, a saber, hablar, a saber, amar, y a saber criar.

Nada es nuevo, nada es viejo; nace y muere cada día,
cada segundo estrenamos tiempo
cada día concienciamos vida

Y... nosotras, somos, seremos; ellas fueron y ellas serán.

Tiempos nuevos, que nos retan; abuelas, ¡supisteis de eso!

Nuestras chicas llegan fuertes, con la vida a borbotones, con el alma a flor
de piel

huelen, sienten, piensan, intuyen: ¡son!

Y... nosotras somos, seremos, ellas fueron y ellas serán

1 diciembre de 1998

Rosario Hernando Martínez

El poema 14 es fruto de un sueño arquetípico, que tuve el día anterior, indica la reciente y fuerte concienciación del ánimo.

Poema 14

Un Sueño : “La carroza de los tres jinetes en cuadriga”

Eran tres jinetes,
madre,
¡qué brillantes, ¡qué llenos de vida, ¡qué firmes, qué fuertes!

Los vi en mi calle,
esa calle mía, que huele a mis cosas;
vacía de todo, pero llena de alma.

Ellos, sobre todo, me hacen mirar
su estruendo al galope, me hace aterrizar.

De ilusión me lleno, ¡los veré pasar!,
al tomar la curva, habrán de girar.
Los diversos astros, lo hacen sin parar, recorriendo órbitas,
¡diadema astral!

Éstos, de este a oeste la recorrerán,
en esta maniobra articularán, todas suyas fuerzas; todas a la par.

Yo, prendada de ello, le intenté mirar
de manera íntegra; cuan pacto firmar;

¡mis fuerzas me fallan!,
¿yo, puedo mirar?
¿Por qué no atreverme?
¿les podré alcanzar?
Y ... ¿quién irá dentro, ¿qué galán1 será ...?

Irá a hacer algo más allá del mar

Este poema 36 expresa lo que siento que aportan los poemas a la psique

Poema 036

¿Para quién son mis poemas?

Son para mí.
Para despertar
Para sentir
Para ser

Y...

Al final de la jornada vivenciar
Llegar al Centro del Oasis

Porque...

Los poemas son fuego
Material inhabitual
Elixir, que da vida

Son perlas que se cuajan al caer las estrellas
Son hadas que aterrizan ya, del cielo infinito
Palabras enlazadas en hilo de emoción.

Nos despiertan el cuerpo, insuflándole alma
Nos trazan el camino, que al volver a pasar
recorremos enteros, llegando a nuestro mar.

19 de diciembre de 2001
rosariohernandomartinez@gmail.com

El poema 18 expresa lo que yo había vivido en mi psique hacía 28 años, cuando esperaba a mi primer hijo; incapaz de concienciarlo entonces; se dio con “el alumbramiento del análisis personal”.

Poema 18

Carta a mi hijo

¡Hijo mío, llegaste a mí, como llega la primavera!
En cuanto te intuí, mi percepción del mundo cambió;
los olores, los sabores eran diferentes.
Mi cuerpo se volvió exigente, sensible, impositivo,
nauseas me daba, ya por la mañana, la cotidianeidad sin sentido.

El saber de ti, llenaba de vida los ratos de mis días,
te imaginé en todos los procesos de tus primeras horas
de tus primeros meses, de tus sucesivos años.

Me refugiaba en mí, silenciosa, para llegar a ti, para poder imaginarte,
para vivir tu cuerpecito, que en un principio era un germen de vida, aún inmaduro.
Viví y te acompañé desde que ese germen de vida se fue conformando.

Y poco a poco ibas tomando cuerpo,
aunque desde el principio, ya eras una porción de vida, toda completa.

Empecé a imaginar cómo de ese todo iban diferenciándose brazos, piernas, cabeza,
corazón; alma... tú.

Encorría yo al tiempo con mi imaginación, ¡impaciente por verte!,
fue una prueba de paciencia, el poder esperar a verte, nueve meses, minuto a
minuto.

Latido a latido, a tu lado, aprendí a ser madre, desde esos primeros días.

El verte, el tenerte en mis brazos me dejó admirada, tan pequeño y tan inmenso;
¡El milagro de tu vida me impresionó tanto ¡que todavía me conmueve.

Yo te ayudé a tomar cuerpo, a encarnarte; y tú me diste alma.

a las 8'30 (a.m.) de un día de la primavera de 1999 mientras iba a trabajar

Rosario Hernando Martínez

**El poema 76 conciencia la presencia del sí-mismo, que se repetirá
en otros poemas**

Poema 76

Esas buenas ocurrencias, que todos tenemos
(para que la vida avance)

... Esos flash

¡Cacémoslos al vuelo!

¡Cultivémoslos, para que crezcan,
Injertémoslos a la vida, para que tenga duende
no los perdamos de vista, para que la vida prospere!

Porque...

Son rayos de sol en pleno invierno
intersticios por donde se cuele la primavera
efluvios de los dioses
y hasta, retazos de paraíso.

En Barcelona, el 21 de Julio 2004; 4,30am
arreglos en Idoia 03/08/04

Rosario Hernando Martínez

El poema 111 me sorprende con una identificación de mí misma

Poema 111

Ella y yo; yo

Después de tanto tiempo, empecé a conocerla,
me sonaba su voz, su impronta ante el espejo, e incluso, el sabor de
su saliva,
sus adaptaciones a costa de todo
sus sonrisas a precio de ganga
y el riesgo a gastarse una vida sin sentido.

¡Tanto tiempo con ella y todavía desconocía la esencia de su ser!

Pero un día me llamó, le abrí a las 4, era de noche,
me gustó su compañía, el calor de su presencia, la ternura de su
alma.

Hoy, yo la cuido,
mi reloj organiza su tiempo,
hablo con ella cuando está triste
y antes de dormir, le procuro alimento.

Ella y yo somos uno
Uno, que va más allá del tiempo,
todo un equipo para viajar por las estrellas

6 octubre 2005
Rosario Hernando Martínez

La poesía y su papel de soporte, de amparo a la vida, se ve en este poema 133

Poema 133

Aun cuando el cuerpo se desmonta

la conciencia está asiendo la vida,
hilo de plata, que nos une al Todo.

Abandonarse en ella, que somos nosotros,
retejer la red que nos rehace.

Sentir nacer los pensamientos, y que pasen

Descansar, seguir siendo

Intentar dormir,
imitar el sueño, si no viene.

Darle tiempo al cuerpo, el que necesite, para reponerse.

tras una operación importante
6 de abril de 2006

Rosario Hernando Martínez

El poema 146 muestra alguna parte del proceso de la psicoterapia

Poema 146

Acercarse a ser uno-mismo, tras una psicoterapia

Quizás, todo sigue igual, pero tú eres distinta.

Dentro del marasmo, tú no lo veías
tu inseguridad, dragones traía

cayeron cortinas
recuerdas tu vida
entiendes el sueño, que te perseguía.

Tu cuerpo, tu psique; toda tú, armonía.

Ahora comprendes
lo ves todo claro
¡conciencias la vida!

Ayer era antes
hoy, es nuevo día,
soñar en color;
y Ser Una Misma.

Todo sigue igual, pero tú, ¡eres distinta!

Barcelona, 21 de mayo 12,
en una tarde de primavera
en Fnac de L'illa

Rosario Hernando Martínez

El Poema 180 se da tras la muerte de un par de amigos

Poema 180

Seguir madurando, hasta otros estados de conciencia

Seguir templando la espada³,
mantener el arco en equilibrada tensión;
ser quien uno es, con menos polvo que ayer.

Mecernos, como lirio, con la brisa de ahora⁴.
Acompañar, sin derrumbarnos ante la desgracia común.

Ir accediendo a leer lo escrito
y a escuchar lo dicho.

Morir, como si fuera mudarse a una casa más bella⁵,
como la mariposa que abandona su capullo de seda,
para seguir creciendo en los prados de otro estado de conciencia.

rosariohernandomartinez@gmail.com

Llega Semana Santa y trae del brazo a la primavera
Barcelona, 30 de marzo de 2009; en luna llena

³ Cada día hemos de hacer equilibrios en nuestros: salud, familia, trabajo, casa, economía, etc.

⁴ Acogernos a nosotros mismos con el cariño necesario

⁵ Elisabeth Kübler-Ros “La muerte un amanecer”