

James A. Hall

INTERPRETAREA JUNGIANĂ A VISELOR

Compendiu teoretic și practic

Cuvânt înainte:
MIHAELA MINULESCU

Traducere din limba engleză:
LAURA CHIRODEA

EDITURA  HERALD
București

Cuprins

Introducere	5
Prefață	11
1. Conceptele de bază ale psihologiei jungiene	15
2. Caracteristicile visului	33
3. Abordarea jungiană a viselor	49
4. Visele ca instrumente de diagnostic	55
5. Probleme legate de tehnică	77
6. Imaginile eului și complexe constelate în vise	97
7. Temele cel mai des întâlnite în vise	113
8. Contextul visului	125
9. Symbolism și alchimie	135
10. Visele și procesul de individuare	141
11. Cele două tensiuni caracteristice interpretării viselor	155
Note	163
Glosar	165
Index	169

Introducere

Ce sunt visele? Visele sunt viața. În a doua parte a vieții, după ce își stabilizase și dezvoltase un cadru explicativ pentru structura și dinamica psihicului uman, Jung scria cu un profund respect despre vise: „Visele sunt produse imparțiale, spontane ale psihicului inconștient, în afara controlului voinței. Ele sunt natură pură; ne prezintă adevărul neîmpodobit, natural și de aceea sunt potrivite, mai mult ca orice altceva, să ne redea o atitudine care este în acord cu natura noastră umană de bază atunci când conștiința noastră s-a îndepărtat prea mult de fundamentele sale și a intrat într-un impas” (C.G. Jung, 1934, par. 317).

Lucrul cu visele în terapia analitică înseamnă capacitatea de a lucra cu structura simbolică prezentă în crearea visului, în imageria acestuia, în personajele care fac sau nu fac parte din experiența curentă a celui care a visat, în acțiunile sau conținuturile dialogurilor și, nu în ultimă instanță, în felul cum sunt trăite, resimțite emoțional visele. Faptul că sunt profund individuale, ne atrage atenția asupra necesității de a explora experiența și asociațiile celui care visează, dar și simbolistica prezentă în modul cum psihicul uman s-a proiectat în basme, legende și mitologie, imageria alchimică etc. Fiecare imagine sau simbol trebuie cercetate ca având înțeles pentru cel care a visat-o, „circumambulând” imageria

până când i se descifrează pe cât de clar posibil înțelesul specific; abia atunci te poți situa în poziția de a înțelege ce înseamnă visul.

Jung nu are o metodă rigidă de interpretare a viselor pentru că fiecare vis este luat ca o expresie directă a inconștientului celui care l-a visat și este înțeles numai din această perspectivă. Metoda de a lucra cu visele diferă de cea a asociației libere care, spune Jung, ajută la descoperirea complexelor, dar nu, în mod necesar, a complexelor legate de vis; de obicei, asociația liberă îndepărtează de la vis. Spre deosebire însă de metoda reduționistă freudiană în explorarea sensului viselor, pentru care contează doar experiența personală și refularea în inconștient, Jung introduce metoda amplificării care să permită înțelegerea unei structuri simbolice din mai multe perspective, cea personală care ține de experiența persoanei respective, dar și cea general-umană, care a creat aceste materiale ce exprimă dezvoltări ale inconștientului colectiv, a matricei formative.

Visul, privit astfel, are mai multe niveluri de interpretare a materialului simbolic. Astfel, la nivel obiectiv, visul este legat de ceea ce se petrece în mediul existențial al celui care a visat; oamenii care apar în ele sunt considerați ca reali și sunt analizate relația lor cu cel care visează și posibila lor influență asupra lui. La nivel subiectiv, personajele și acțiunile sunt luate ca reprezentând aspecte ale personalității celui care a visat și depinde de circumstanțele momentului ca să accentuezi înțelesul pe un anume sens. Întrebarea decisivă rămâne în ultimă instanță „De ce a apărut acest vis acum, ce anume semnalează sau/și anticipă el în raport cu viața celui care a visat?”. De exemplu, visul unei femei în care apare tatăl ei poate semnalează că are nevoie să se confrunte cu o problemă legată de tată/atitudinea parentală, sau cu un nume aspect al relației cu el; sau poate că are nevoie să recunoască în sine însăși principiul masculin așa cum este personificat de tată. În general, aspectul subiectiv al visului devine important în condițiile unei analize aprofundate

când sunt identificate și rezolvate problemele personale. Doar o cunoaștere a celui care a visat și a circumstanțelor imediate permit să știi asupra cărei aspect să te concentrezi în interpretare. Visul aduce la suprafață activitatea profundă a psihicului și, în acest sens, un nivel important al interpretării este cel denumit de Jung sensul finalist, respectiv sensul de transformare posibilă, arhetipal. În cadrul relației analitice sunt cuprinse adesea și aspecte legate de conținuturi ale transferului sau contratransferului, de realitatea acestei relații interumane.

Jung nu a impus niciodată o interpretare unui pacient; consideră că este mult mai important ca pacientul să-și înțeleagă propriul vis decât să o facă analistul; ideal, ar trebui să fie rezultatul reflecției reciproce și a acordului reciproc. Mult din munca sa consta în a ajuta pacientul să-și gestioneze propriul lui material inconștient. Pacientul era încurajat să-și înregistreze atent visele și chiar să le illustreze cu desene. Astfel imaginile capătă concretețe, pot fi vizualizate și pot fi direct confruntate și explorate.

Visul este un rezultat al activității creative, transformatoare a inconștientului personal și profund, arhetipal. În somn, fantezia ia forma viselor. Dar în viața vigیلă, continuăm de asemenea să visăm dincolo de pragul conștiinței, mai ales când suntem sub influența unor complexe reprimite sau a altor complexe inconștiente.¹ Vindecarea condiției de dezechilibru în psihicul personal este de asemenea opera transformativă a ceea ce este natural și funcțional în noi înșine, psihicul profund. De aici rezultă direcția de vindecare exprimată adesea în vise, de aici sunt portretizate mai ales în primele imagini ale visului situațiile de impas ale celui care a visat, atitudinile limitative ale eului sau condiția emoțională care a condus la stagnare.

Spre deosebire de orice altă formă de terapie, nu intelectul și cunoștințele terapeutului sunt vindecătoare, preluarea în

¹ C.G.Jung, *Problems of Modern Psychotherapy* (1929), în CW 16: *The Practice of Psychotherapy*, p. 125.

propriul inconștient a problematicii pacientului ci transformarea, răspunsul simbolic venit din profunzimile propriului inconștient. Legătura cu Sinele, dacă este funcțională, aduce în contratransfer răspunsul cel mai potrivit pentru transformarea spre vindecare. Acest lucru se întâmplă și prin „analiza” viselor. Nu are loc o interpretare intelectuală a conținuturilor ci o explorare a structurilor prin amplificarea și asumare, atât la nivelul sensurilor simbolurilor pentru emoționalitate, sau senzorialitate, cât și a sensurilor în confruntarea cu realitatea ca atare. În această explorare întreaga personalitate a terapeutului funcționează în rezonanță cu materialul simbolic al visului și cu problematica celeilalte persoane.

Despre toate aceste lucruri vorbește cartea lui James Hall, psihiatru și analist jungian, cu o claritate care aduce sprijin atât specialistului, cât și celui/celei care dorește să se apropie de lumea interioară, de înțeleșurile ascunse ale propriului drum în viață. Adesea avem nevoie de oglindirea în celălalt pentru a ne înțelege propriile vise vizualizând impactul lor emoțional și de sens asupra altora. Acest lucru ne permite să privim din alte perspective decât propria imagine de sine sau propriul nostru mod obișnuit de a înțelege viața și astfel să descoperim acele lucruri despre noi înșine care să ne ajute să schimbăm, să devenim mai flexibili și mai amplu conectați la propria noastră viață și destin. Calea regală spre bucuria vieții este în noi înșine, iar visele sunt poarta spre o viață cu sens.

Cartea lui Hall despre *Interpretarea jungiană a viselor* este un excepțional instrument ce servește la „rezolvarea problemelor și dezvoltarea personalității” pentru că, ne subliniază autorul, visele trebuie înțelese mai întâi ca fiind compensatorii pentru atitudini conștiente care nu sunt eficiente și rezonante cu viața reală; în al doilea rând, visele sunt o ghidare pentru a integra aspecte ale inconștientului ce ne permit să fim o persoană mai completă, mai capabilă și mai ancorată în real. James Hall prezintă în sprijinul teoriei

și modalităților de lucru cu visul, o bogată colecție de vise al căror înțeles pentru viața persoanelor care le-au visat este amplu prezentat. Sunt cu deosebită atenție relevate aspectele personale care țin de viața celui care a visat și, pentru unele dintre vise, aspectele universale, care țin de ceea ce Jung denumesc prezența zeitgeist, spiritul/arhetipul epocii constelat în „visul mare”.

Mihaela Minulescu

Prefață

Pe parcursul primilor mei doi ani de practică psihiatrică am încercat să rămân echidistant față de diferențele teorii cu privire la interpretarea viselor. Am sperat că adoptând o poziție neutră față de toate aceste teorii și considerându-le, în mod egal, valide, voi reuși ca pe baza observației clinice să pot face diferențierea între avantajele și dezavantajele fiecăreia. Am sperat să pot decide în mod rațional ce teorie referitoare la interpretarea viselor prefer.

Principalele două abordări ale interpretării viselor aflate în competiție au fost abordarea freudiană și abordarea jungiană. Pe parcursul formării mele medicale și psihiatrice, dacă era menționată vreo teorie atunci când visele constituiau subiectul aflat în discuție, atunci aceasta era, în mod exclusiv, teoria freudiană. În timpul rezidențiatului pe care l-am efectuat în cadrul Centrului Medical al Universității Duke, analiza personală am făcut-o cu Dr. Bingham Dai, un sullivanian² care pune accent pe relația existentă între materialul visului și modelele familiale timpurii și identitățile eului bazate pe

² Harry Stack Sullivan, un controversat psihiatru și psihanalist american, a cărui concepție se baza, opus abordării freudiene, pe observații directe și testabile. După moartea sa (1949), psihoterapeuții Saul B. Newton și Jane Pearce au fondat Institutul Sullivan pentru Cercetare și Psihanaliză, în New York, care însă a promovat, se pare, o variantă alterată a teoriilor lui Sullivan – n.t.

aceste relații familiale. Îmi amintesc și acum că după șapte-zeci și cinci de ore de analiză cu el am remarcat nerăbdător: „Știu că am un complex matern, nu trebuie să revenim iar la asta în vis“. A râs cu bunătate, știind (așa cum urma să aflui și eu mai târziu) care este diferența dintre *a ști* în sensul de conținut cognitiv și *a ști* în sensul de a trăi înțelept. Atunci când am părăsit orașul Duke pentru a mă întoarce în Texas, ultimul sfat al Dr. Dai a fost: „Nu te lansa prea repede și prea adânc în teoria jungiană“. A intuit, după cum se pare, viitoarea și puternica mea afinitate pentru viziunea jungiană.

În cele din urmă a devenit imposibil pentru mine să mă simt confortabil interpretând visele din altă perspectivă decât cea jungiană. Toate celelalte teorii despre vise păreau a fi cazuri speciale ale viziunii jungiene, dar a fost imposibil pentru mine să comprim viziunea largă a lui Jung într-o altă teorie disponibilă. Am devenit un jungian convins.

Primul profesor care m-a învățat semnificația viselor a fost analiza jungiană personală proprie, motiv pentru care sunt în continuare recunoscător analiștilor mei: Rivkah Scharf Kluger, Dieter Baumann, Marie-Louise von Franz și Edward Whitmont. Practica clinică cu analizanzii, timp de mulți ani, mi-a oferit date confirmatoare. În 1977 am publicat un text elementar cu privire la interpretarea viselor, *Clinical Uses of Dreams: Jungian Interpretation and Enactments*, în care comparam teoria jungiană a viselor cu alte teorii importante, scoțând în evidență diferențele și similitudinile dintre acestea. A reprezentat de asemenea și o încercare modestă de a stabili o conexiune între teoria jungiană a viselor și studiile de laborator cu privire la somn și visare.

Prezentul volum nu este o recapitulare a comparațiilor menționate anterior, ci oferă îndrumări simple și practice cu privire la interpretarea viselor și la utilitatea acestora în contextul principiilor de bază ale psihologiei jungiene. Am evidențiat dificultățile clinice frecvente, oferind exemple și relatând discuții cu privire la *motivul* pentru care sunt preferate anumite interpretări, demonstrând de cele mai multe ori

modalitatea în care aceste interpretări influențează schimbările clinice. Ofer câteva referințe utile, dar nu am nici o intenție de a oferi o altă recenzie exhaustivă a literaturii tot mai bogate despre interpretarea visului.

Se pot oferi repere orientative generale pentru interpretarea viselor, dar nu este posibil să se ofere reguli ermetice cu privire la procedură. Nu există un substitut pentru analiza personală sau experiența clinică acumulată sub îndrumarea unui supervisor experimentat, ambele elemente fiind esențiale în cadrul oricărei formări psihanalitice, indiferent de școală și de curent.

Visele descrise în cadrul actualului volum ca exemple clinice nu sunt prezentate cu întreaga gamă de amplificare ce poate apărea în cadrul unei ore propriu-zise de analiză. Și nici nu am încercat, în cele mai multe dintre cazuri, să dezvălui matricea bogată a semnificațiilor personale în care un vis poate fi încadrat în timpul analizei. Aceste omisiuni sunt necesare de dragul conciziei și pentru a permite cititorului să se concentreze asupra problemelor clinice care sunt prezentate.

Toate visele sunt descrise având permisiunea prealabilă a persoanei care le-a visat, dar teme și tipuri asemănătoare de vise apar adesea la persoane diferite. Așadar nici unul dintre analizanzii mei nu ar trebui să identifice vreunele dintre visele descrise în cadrul acestui volum ca fiind ale lui, nici să ia comentariile făcute pe marginea vreunui exemplu de vis ca făcând referire la vreun vis personal. Aceste vise sunt extrase dintr-o bogată matrice de practică clinică jungliană și sunt prezentate în scopul ilustrării particulare.

1

CONCEPTELE DE BAZĂ ALE PSIHOLOGIEI JUNGIENE

Jung utilizează termeni specifici pentru a descrie diferite părți ale psihicului, atât cele care aparțin conștientului, cât și cele care aparțin inconștientului. Aceste concepte au apărut în mod empiric în urma observării unui material clinic bogat, inclusiv provenit din cercetările de la începutul carierei sale cu experimentul asociativ verbal, pe baza căruia a fost creat testul poligraf (detectorul de minciuni modern) și a luat naștere conceptul de complex psihologic. (Jung era deja profund implicat în studiile cu privire la asocierea verbală atunci când a citit pentru prima dată *Interpretarea viselor*, carte scrisă de Freud și publicată în anul 1900).

Este util să așezăm conceptele fundamentale jungiene în câteva categorii, deși trebuie să ținem cont de faptul că acestea din urmă sunt mai mult sau mai puțin arbitrare și au ca scop înlesnirea descrierii și discuțiilor; diferitele niveluri și structuri ale psihicului uman funcționează ca un întreg organizat. Există două diviziuni topografice de bază: conștient și inconștient. Inconștientul poate fi de asemenea împărțit în inconștient personal și psihic obiectiv. La început, termenul pe care Jung l-a utilizat pentru a desem-

na psihicul obiectiv a fost „inconștientul colectiv”, termen care continuă să fie și în prezent cel mai des utilizat în cadrul discuțiilor cu privire la teoria jungiană. Dorind să accentueze faptul că profunzimile psihicului uman sunt la fel de reale ca lumea exterioară „reală” – lumea experienței conștientului colectiv – și să evite confuzia care s-ar fi putut face între termenul de „inconștient colectiv” și diversele grupuri colective ale speciei umane, Jung a introdus termenul de „psihic obiectiv”.

Astfel, psihismul uman are patru niveluri:

1. *conștientul personal* sau conștiința obișnuită;
2. *inconștientul personal*, ceea ce este unic în psihicul individual, dar nu conștient;
3. *psihicul obiectiv* sau inconștientul colectiv, care are, se pare, o structură universală în întreaga umanitate;
4. *conștientul colectiv* sau lumea exterioară, culturală a formelor și a valorilor împărtășite.

Aceste diviziuni topografice de bază cuprind structurile generale și structurile specializate ale psihicului uman. Structurile generale sunt de două feluri: imagini arhetipale și complexe. Structurile specializate ale părților personale ale psihicului, atât conștiente, cât și inconștiente, sunt patru: *eul*, *persona*, *umbra* și *animus/anima*. În psihicul obiectiv există arhetipuri și imagini arhetipale, al căror număr nu poate fi specificat cu exactitate și există un arhetip deosebit de important: Sinele, care este considerat și arhetipul central al ordinii.

Structuri generale

Complexele reprezintă ansambluri de idei sau de imagini, aflate în interrelație și având o încărcătură emoțională comună. Jung a descoperit prezența complexelor, notând

regularitățile apărute în cadrul asociațiilor libere ale subiecților, răspunsurile întârziate sau lipsă din cadrul experimentului asociativ-verbal. El a aflat că fiecare subiect tinde să formeze aceste asociații sub forma unui grup de diferite teme, cum ar fi asociațiile care au în centru mama – „complexul mamei“. Termenul „complex“ a intrat de mult în uzanța culturală generală, având un sens mai puțin exact. Complexele sunt conținuturile de bază ale inconștientului personal.

Imaginile arhetipale sunt conținuturile de bază ale psihicului obiectiv. Arhetipurile nu pot fi observate în mod direct, ci, la fel ca și câmpul magnetic, pot fi percepute datorită influenței pe care o exercită asupra conținuturilor manifeste ale minții, asupra imaginilor arhetipale și asupra complexelor personificate sau reprezentate. Arhetipul în sine reprezintă tendința de a structura imaginile propriilor experiențe într-un anumit tipar, dar arhetipul nu este imaginea însăși. Discutând despre conceptul de arhetip, Jung l-a comparat cu formarea cristalelor într-o soluție saturată: structura în formă de rețea a unui cristal respectă anumite principii (arhetipul), în timp ce forma concretă pe care o va lua cristalul (imaginea arhetipală) nu poate fi știută dinainte. Fiecare om se naște cu o anumită tendință de a construi imagini specifice, dar nu cu imaginile propriu-zise. De exemplu, există o tendință umană universală de a construi imaginea mamei, dar fiecare individ își formează o imagine specifică a propriei mame, bazată pe acest arhetip universal uman.

Imaginile arhetipale sunt imagini fundamentale și profunde, formate în urma influenței arhetipurilor asupra experienței acumulate de psihicul individual. Imaginile arhetipale diferă de imaginile complexelor prin semnificația pe care o au, primele având o semnificație universală, adesea conținând o încărcătură afectivă numinoasă. Imaginile arhetipale care au semnificație pentru un număr mare de

persoane, pe parcursul unei perioade mari de timp, tind să fie întipărite cultural în conștientul colectiv. Exemple din sfera culturală sunt imaginea regelui și reginei, imaginea Fecioarei Maria, precum și imaginile figurilor religioase, precum cea a lui Iisus și cea a lui Buddha. Multe personaje și situații colective conțin imagini arhetipale, fără ca cineva să fie de obicei conștient de proiecție. Reacțiile emoționale puternice care urmează asasinării sau morții unei persoane publice, cum ar fi, de exemplu, un președinte sau un rege, vedetă de film sau lider religios indică faptul că pentru multe persoane respectiva figură a fost purtătoarea unei proiecții arhetipale.

Oricare experiență umană care se repetă cu o anumită frecvență are un fundament arhetipal: nașterea, moartea, uniunea sexuală, căsătoria, conflictul dintre forțe opuse etc. Deși este posibil ca arhetipurile să fie supuse schimbării, ele variază atât de puțin, încât pot fi considerate, din toate considerentele practice, neschimbate în timpul istoric.

În cadrul modelului jungian, Sinele este centrul reglator al întregului psihic, în timp ce eul este doar centrul conștientului personal. Sinele este centrul ordonator care realmente coordonează câmpul psihic. Mai mult, este modelul arhetipal al identității individuale a eului. În plus, termenul de Sine este utilizat pentru a face referire la psihic ca întreg. Astfel, există trei sensuri diferite ale conceptului de Sine:

1. psihicul ca întreg, funcționând ca o unitate;
2. arhetipul central al ordinii, atunci când Sinele este privit din perspectiva eului; și
3. baza arhetipală a eului.

Pentru că Sinele este o entitate mai cuprinzătoare decât eul, percepția eului asupra Sinelui ia adesea forma unui simbol cu o valoare superioară: imagini ale lui Dumnezeu, soarele ca centru al sistemului solar, nucleul ca centru al atomului etc. Încărcătura emoțională care însoțește o

experimentare a Sinelui este adesea numinoasă sau fascinantă și inspiră venerație. Atunci când eul experimentează Sinele, acesta se poate percepe pe el însuși ca fiind obiectul unei puteri superioare. Atunci când eul este instabil, Sinele poate apărea sub forma unui simbol reasurator al ordinii, ca de exemplu, sub forma unei mandale – un desen care conține o margine bine delimitată și un centru –, cum ar fi un cerc încadrat într-un pătrat sau un pătrat încadrat într-un cerc, deși formele mandalei pot constitui subiectul unor elaborări infinite. În tradițiile religioase orientale, arhitectura mandalei conține adesea imagini ale unei zeiități și sunt utilizate în cadrul practicilor de meditație. Deși Sinele este cel mai puțin empiric dintre toate conceptele structurale ale lui Jung – deoarece se află la granița a ceea ce poate fi clinic demonstrat –, acesta este un termen util pentru a descrie din punct de vedere psihologic ceea ce este altfel indescriptibil. Într-adevăr, din punct de vedere fenomenologic, conceptul de Sine este practic nediferențiable de ceea ce în mod tradițional este numit Dumnezeu.

Relația dintre psihicul personal și psihicul obiectiv

Punctul nostru de referință referitor la psihic este complexul eului, acea structură la care ne referim de fiecare dată când folosim pronumele personal la persoana întâi „eu”. În orice caz, straturile personale ale psihicului se sprijină pe o fundație arhetipală din psihicul obiectiv sau inconștientul colectiv. Sfera personală, atât cea conștientă, cât și cea inconștientă, se dezvoltă din matricea psihicului obiectiv și este în permanență conectată la aceste straturi mai adânci ale psihicului, într-un mod profund și organic, deși eul dezvoltat tinde în mod inevitabil și superficial să se considere centrul psihicului.