

Trabajo Final Psicopatología Simbólica Arquetípica

TSPT y LA ODISEA

Soledad Coo

I Introducción:

Entre los trastornos de ansiedad, de acuerdo al DSM IV (1995), se describen: el trastorno por ansiedad generalizada, las crisis de angustia (o trastorno de pánico), la agorafobia, las fobias, el trastorno por ansiedad social, el trastorno obsesivo compulsivo y el trastorno por stress (agudo o post traumático).

Desde la perspectiva de la expresión mítica de las diversas experiencias humanas, queremos vincular el texto de varios cantos de la Odisea, con la vivencia de un trastorno por stress postraumático (TSPT).

El contexto es el siguiente: Ulises y sus hombres han sobrevivido a la guerra de Troya; en ella han combatido, han asesinado y han visto morir a muchos hombres, han vivido los horrores de la violencia en ellos mismos y a manos de otros y han sentido intensamente el temor y la desesperanza. Una vez acabada la guerra, realizan varios intentos de regreso al hogar, pero estos son interrumpidos por diversos hechos. Ellos nos permiten comprender mejor el desarrollo de la vivencia del estrés postraumático y nos dan luces del camino a seguir para su resolución positiva.

En el presente trabajo desarrollaremos entonces el trastorno por stress postraumático a la luz de la perspectiva analítica, apoyándonos en el simbolismo del texto de la Odisea.

II Desarrollo

Criterios diagnósticos DSM IV

El trastorno por stress postraumático tiene por característica esencial “la aparición de síntomas específicos, luego de la vivencia de un acontecimiento estresante y extremadamente traumático, donde el individuo se ve envuelto en hechos que representan un peligro real para su vida o cualquier otra amenaza para su integridad física; el individuo es testigo de un acontecimiento donde se producen muertes, heridos o existe una amenaza para la vida de otras personas.” (DSM IV, p.435).

Sintéticamente, el DSM IV (1995) describe¹:

Criterio A: la persona ha estado expuesta a un acontecimiento traumático. La respuesta del sujeto a este acontecimiento traumático, debe incluir temor, desesperanza y horrores intensos.

Criterio B: el acontecimiento traumático es reexperimentado persistentemente a través de imágenes, sueños, episodios disociativos, acompañados de malestar psicológico intenso y respuesta fisiológica incrementada.

Criterio C: evitación de estímulos asociados al trauma y embotamiento de la reactividad general del individuo (se reduce el interés por actividades significativas, hay sensación de desapego frente a los demás, se restringe la vida afectiva y el futuro se siente desolador).

Criterio D: síntomas de activación psicofisiológica elevada (como insomnio, irritabilidad, falta de concentración e hipervigilancia).

Criterio E y F: duración por más de un mes, que provoca malestar y deterioro significativo en los planos significativos de la vida

El trauma: La guerra de Troya

Desde la perspectiva del relato de la Odisea, indudablemente podemos identificar la guerra de Troya como una vivencia traumática y fuertemente estresante, en la cual Ulises y sus compañeros se ven expuestos a una situación de horror intenso y de riesgo vital, experimentando sentimientos de temor y desesperanza, de los cuales no logran liberarse. Tras esta experiencia emprenden el camino de regreso a su patria Itaca, pero tal parece no concretarse nunca debido a las constantes dificultades que se ven obligados a enfrentar.

Mirando desde una perspectiva analítica, y pensando en conjunto estos hechos relatados y los síntomas del TSPT, podemos considerar que la experiencia del trauma se refleja en dos ámbitos de efectos:

Efectos del trauma.

a) Interrupción del flujo del eje ego – Self.

¹ Una descripción completa de los elementos necesarios para el diagnóstico de TPST, se incluye como anexo de este trabajo.

En la perspectiva analítica, el funcionamiento estructural normal implica un ego capaz de mantener un contacto fluido con el Self en el que se enraíza. A través del eje ego-Self, este envía símbolos al ego, los que permiten el trabajo de elaboración: es decir relacionar, reunir, sintetizar, en el camino de la individuación.

El equilibrio en que una persona sana funciona, implica una relación de alteridad, de intercambio e interconexión entre los polos: entre lo afectivo y lo cognitivo, entre lo matriarcal y lo patriarcal, entre lo consciente y lo inconsciente.

En el TSPT, todo el mundo psíquico parece quedar desconectado y descontentado, el afecto aparece descontrolado y también el logos; todo es experimentado y vivido con una intensidad desregulada y disruptiva. La potencia de la experiencia traumatiza a todo nivel: altera los afectos y con ellos, al cuerpo y su fisiología; altera la esfera cognitiva, los pensamientos, la lucidez y la capacidad de razonar, las que quedan interferidas, a veces paralizadas, por el impacto de la imagen que recurrentemente se vuelve a presentar a la conciencia, en un ineficaz intento de propiciar la elaboración simbólica. Ineficaz, porque la disociación ideo-afectiva impide la integración de los contenidos mencionados. Así, un polo, el principio matriarcal quedaría sobreactivado y disociado, mientras que el polo patriarcal operaría también disfuncionalmente, rigidizado, intentando separar, diferenciar y alejar, impidiendo la elaboración.

El texto podría ejemplificar esta situación de interrupción en el eje ego-Self y las dificultades por reparar su función, en el viaje casi interminable y en los repetidos intentos de Ulises y sus hombres para volver al hogar; cada tentativa de regreso sería un intento frustrado de elaboración de la situación traumática, que –al no tener un resultado exitoso- no hace sino perpetuar el trastorno, ya que el ego –al no reencontrar sus raíces en la patria Itaca, símbolo del Self- sigue quedando disociado, no logra centrarse y reconectarse y, por lo tanto, permanece perdido.

b) efectos en el Ego

El Ego, encontrándose en el centro del campo de la conciencia, es concebido por Jung como “el sujeto de todos los actos personales de conciencia” (Jung, OC vol 9/II, par.1). De acuerdo a M. Stein “el ego es una suerte de espejo en el que la psique puede verse a sí misma y así devenir consciente”...entre otras cosas “el ego es el responsable de mantener los contenidos en la conciencia y puede también eliminar otros, al cesar de reflejarlos. Puede reprimir...y también puede recuperar contenidos

almacenados en el inconsciente, siempre y cuando (a) no estén bloqueados por mecanismos de defensas y (b) ...hayan sido aprendidos con suficiente solidez.” (Stein, 2004, p. 30)

El ego “es el centro de energía que moviliza los contenidos de la conciencia y los ordena según prioridades. Es el locus de la toma de decisiones y del libre albedrío” (Stein, 2004, p. 34)

En tal sentido es quien otorga direccionalidad y objetivo a las conductas conscientes.

De este modo, un ego fuerte mantiene con gran estabilidad algunos contenidos específicos de conciencia, los que serán percibidos por el individuo como constituyentes esenciales de su identidad a lo largo del tiempo. Un ego fuerte tiene la capacidad de obtener, asociar y movilizar gran cantidad de contenidos en la conciencia y trabajar con ellos, a la vez que puede resistir mejor los impulsos y reacciones emocionales, así como las irrupciones de contenidos inconscientes.

De acuerdo a M. Stein (2004), el núcleo del ego es innato, viene con el niño al nacer y aprende a desarrollarse y fortalecerse a través de las colisiones con la realidad cotidiana. Estos choques, si bien implican exigencias y/o sufrimiento en el proceso de adaptación, en cantidad moderada “refuerzan su capacidad de funcionar, para poder enfocar la conciencia y movilizar al organismo en una determinada dirección... Sin embargo, semejantes colisiones pueden ser catastróficas y ocasionar daños graves en la psique” (Stein, 2004, p. 47) cuando su cantidad o intensidad excede la fortaleza que tiene ese ego particular para asimilar la experiencia, o bien cuando se rebasan sus defensas. En tal caso, la vulnerabilidad normal del ego se transformará en una gran fragilidad, de modo que, frente a las posibilidades de fragmentación en condiciones de presión, recurrirá a defensas excesivas y probablemente muy primarias.

Una de esas defensas es la disociación: del mismo modo que el ego aglutina contenidos de la conciencia, también puede separarlos de ella, y lo hará en formas de disociación que van desde manifestaciones leves y no contrarias a la adaptación, hasta otras que implican alteraciones de conciencia de carácter patológicas, o que constituyen estados de desconexión, que - en algunas circunstancias- podríamos considerar defensivos, ej. en situaciones traumáticas.

En situaciones de intenso stress o traumatización, podemos pensar que, por la invasión de estímulos externos de carácter amenazante, ocurre un debilitamiento del ego y sus

defensas habituales. A esto se sigue la penetración invasiva por los contenidos objetivamente traumáticos en la conciencia, y la concomitante activación psicofisiológica del SNA Simpático, que prepara al organismo para el enfrentamiento o la huida. Conductualmente, el individuo podría hacer cualquiera de ambas cosas, de modo de alejarse de la experiencia traumática.

A nivel psíquico, puede intentarse el reforzamiento de las defensas psicológicas (represión, disociación, negación), intentando relegar el recuerdo de la experiencia a los niveles no conscientes de la psique. Ahora bien, lo relegado está fuertemente cargado de un importante quantum de energía psíquica sin elaborar, lo que trastorna el equilibrio energético de los pares de opuestos -consciente inconsciente- e irá a constituir el núcleo de un complejo.

“En la neurosis, los complejos son solo relativamente autónomos. En la psicosis, están completamente desconectados de la conciencia” (Sharp, 1994, p. 160-161) Que sea una u otra el resultado de una experiencia traumática, depende en gran parte de la fortaleza que el ego haya alcanzado en las anteriores etapas de su desarrollo.

Con el equilibrio roto y uno o más complejos nuevos, poderosamente activos, el equilibrio psíquico queda alterado, frágil y muy inestable.

Los complejos se constelan y esto puede ocurrir, siguiendo a Stein “en un continuo que va desde encontrarse ligeramente ansioso hasta perder el control y caer en la locura” ...”Cuando una situación o un acontecimiento estimulan un complejo, este provoca un estallido de energía que irrumpe en la conciencia. Su energía penetra la barrera de la conciencia del ego y lo inunda,...descargando así parte de la energía emocional que ha sido liberada en esa colisión. Al ocurrir esto, el ego ya deja de estar en pleno control de la conciencia e inclusive de su cuerpo” (Stein, 2004, p. 67-68).

En el texto, Ulises representaría al Ego conciente, traumatizado por experiencias que han superado sus defensas normales, un ego que -empujado a la fragmentación post-traumática- recurre a defensas primarias, como la disociación, en sus avatares por enfrentar, manejar y dirigir las fuerzas emocionales que estallan en él y en sus hombres (representantes, en tanto colectivo de sus aspectos inconscientes) cada vez que se constelan los complejos productos del trauma original.

Trataremos de ir extrayendo del texto, ejemplos que ilustren ambas líneas de efectos.

Análisis del texto: Intentos de lectura simbólica.

En el relato de la Odisea, podríamos ver reflejado el desequilibrio de los dinamismos patriarcal y matriarcal, en la figura de Poseidón, quien muy tempranamente en los acontecimientos se propone impedir el regreso de Ulises y sus hombres a Itaca.

Poseidón es una figura patriarcal poderosa; siendo hermano de Zeus y Hades se quedó con el dominio de los mares y océanos luego de la muerte de Cronos y la victoria sobre los Titanes. Se presenta como una figura muy cambiante, marcada por un temperamento violento. Cuando estaba de un buen humor el mar estaba tranquilo; en contraste, cuando estaba de mal humor, hacía temblar la tierra golpeando con su tridente, con lo que ocasionaba terremotos y tempestades que causaban la ruina de las naves, hundiéndolas en lo profundo de los mares. Sin embargo, si así lo deseaba, con el mismo tridente podía hacer brotar manantiales de agua pura.

De este modo, Poseidón se presenta como una figura bipolar con un gran potencial, tanto destructivo como creativo. En tanto varón, la figura de Poseidón nos refiere a lo masculino patriarcal. En tanto soberano del océano, nos refiere a la imagen de las aguas primordiales, y con ello al caos inicial y la vida uterina, a lo matriarcal, a la vitalidad y a la fuerza casi ilimitada del inconsciente. Al ser uno de los primeros dioses, podríamos ver en él una menor diferenciación entre esos polos. En su furia vengativa, ejemplifica lo patriarcal y lo matriarcal desbordado: en términos de TSPT nos permitiría ejemplificar lo cognitivo fuera de control y lo afectivo desbordado.

Ahora bien, es necesario considerar que la furia de Poseidón es gatillada por el ataque a su hijo Polifemo, suceso que nos da nuevas luces para la comprensión del TSPT.

Habiendo Ulises y sus compañeros comenzado el viaje de regreso tras la guerra, se detienen en una tierra habitada por los cíclopes, gigantes de un sólo ojo, uno de los cuales – Polifemo- atrapa a Ulises y algunos de sus compañeros con el fin de comérselos. Los prisioneros son encerrados en la cueva del cíclope junto a su rebaño de carneros y sólo logran escapar una vez que, luego de cegar a Polifemo mientras dormía, se ocultan bajo los animales y salen de la cueva cuando éstos van a pastar.

Polifemo es un cíclope, y respecto ellos Chevalier (1986, p. 279) comenta: “Si dos ojos para la humanidad constituyen su estado normal, y tres revela una clarividencia sobrehumana,

uno solo revela un estado bastante primitivo y sumario de las posibilidades de comprender... muestra la pérdida del sentido de ciertas dimensiones y de ciertas relaciones”.

Siendo entonces, Polifemo de esta naturaleza, puede ser comprendido como un símbolo de la visión y funcionamiento unilateral en el que Ulises y sus compañeros se encontraban. Habiendo sobrevivido a la guerra y desconectados el ámbito afectivo y el racional, se encuentran atrapados por un funcionamiento desmedrado y unipolar, funcionando concientemente en un polo meramente cognitivo de orden patriarcal.

El funcionamiento mantenido unilateralmente en este polo sólo puede traer destrucción, la que es simbolizada en la voracidad y agresividad de Polifemo *“el cíclope, con ánimo cruel, no me dio respuesta. Pero levantóse de súbito, echó mano a los compañeros, agarró a dos y, cual si fuesen cachorrillos, arrojólos a tierra con tamaña violencia, que el encéfalo fluyó del suelo y mojó el piso. De contado despedazó los miembros, se aparejó una cena y se puso a comer como un montaraz león”* (Homero, 1982, p.120).

Curiosamente, la única vía de escape consiste en cegar el único ojo del cíclope y abandonar la cueva disfrazados de carneros. Esto podría implicar que Ulises y sus hombres deben abandonar esta “visión unilateral” y apelar a su aspecto instintivo para escapar del peligro. Sin esta unilateralidad y con la vuelta a lo instintivo podrán librarse de la destrucción y emprender un nuevo intento de regreso, es decir, un nuevo intento de elaboración del trauma.

Desde la perspectiva analítica, en este estado de desconexión y ceguera, la única vía de solución posible es facilitar el contacto con lo inconsciente, buscando restablecer el flujo del eje ego-Self.

Desde esta teoría, se plantea que la figura que guía al ego en este proceso es el ánima. Sin embargo, su aparición en el relato de Ulises, no es fácil, ni facilitadora.

Después del encuentro con los cíclopes, Ulises y sus hombres tienen un breve, aunque reponedor descanso en casa de Eolo Hipótada, en la isla de Eolia, la isla de los vientos. Allí son acogidos, recuperan fuerzas, y se ponen nuevamente en camino, esta vez con la ayuda de *“un odre de buey en el que Eolo ató las sendas de mugidores vientos”*, para que impulsaran su viaje, ya que Zeus había hecho a Eolo “dispensador de vientos”. Es decir, podemos pensar que reciben vicariamente de Zeus², el impulso, la fuerza, el empuje del

² Zeus “Simboliza el reinado del espíritu. El es el organizador del mundo, exterior e interior; de él depende la regularidad de las leyes físicas, sociales y morales. Dios de la luz, arquetipo del jefe de

espíritu: el principio patriarcal cambia, y se torna generoso hacia ellos, para intentar nuevamente el retorno a casa, es decir, intentar la reconexión de lo racional y lo afectivo, del ego y el self.

Sin embargo, la disociación ideo-afectiva cobró nuevamente su precio:

“prevaleció la decisión funesta de mis compañeros: desataron el odre y todos los vientos se precipitaron fuera, mientras que a mis compañeros los arrebatava un huracán y los llevó llorando de nuevo al ponto, lejos de la patria” (Homero, 1982, p. 128).

Ulises y sus compañeros no actuaban de común acuerdo. Ulises tomó el rol del que dirige (la conciencia), sin informarle a sus compañeros (representantes de los afectos e impulsos desbordados por el TSPT) de lo que llevaba en el odre. Así, los compañeros de Ulises no pudieron relacionarse con este rostro del principio patriarcal. El sentimiento de haber sido engañados, o robados, la impaciencia y la irritabilidad disociada y vertida (representada) en ellos, los hace actuar por impulso, casi instintivamente, sin la mediación tranquilizadora y reguladora de la conciencia. Se constela y gatillan los complejos, los que estallan con toda su fuerza y energía emocional.

En el paciente de TSPT, su razón y sus sentimientos se hallan descoordinados. Particularmente los afectos se encuentran desbordados, con una elevada activación fisiológica (criterio D; recordemos que un modo de reconocer un complejo activo es precisamente dicha activación). Ello puede causar interferencias cognitivas (tanto pasivas como dificultad para concentrarse –Criterio D4-, para recordar eventos –criterio C3-, como activas: esfuerzo por evitar pensamientos recuerdos o conversaciones sobre el suceso –criterio C1-).

Por la vía de activación de los complejos, al no lograrse la coordinación de ambos polos, nuevamente la cura, la llegada a la patria, es abortada.

.. “Y llegamos a la isla de Eea, donde habita Circe, la de lindas trenzas, la terrible diosa dotada de voz, hermana carnal del sagaz Eetes: ambos habían nacido de Helios, el que lleva la luz a los mortales, y de Perses, la hija de Océano” (Homero, 1982, p. 131).

familia patriarcal, según Eliade. Lanza el relámpago para castigar o para esclarecer la inteligencia humana, es el pensamiento que ilumina y la intuición enviada por la divinidad” (Chevalier, 1986, p. 1086).

De este modo el relato de la Odisea cuenta que, una vez liberados de la amenaza del cíclope y con varios compañeros menos (podríamos decir: mermadas sus fuerzas físicas, desgastado y empobrecido el ego por la vivencia del trastorno), Ulises (el ego) llega a la isla en la que habita Circe (figura del ánimo).

La genealogía de Circe da algunas luces en torno a su rol en el relato: por parte de su madre es nieta de Océano, divinidad que personificaba el mar y a la vez era tío de Poseidón, justamente quien iracundo perseguía a Ulises. Por padre, es hija de Helios, el pre-olímpico dios del sol "*el que lleva la luz a los mortales*". En Circe podemos pensar que se comienza a proponer la unión de dos polos: la luz de la conciencia y el fondo del mar inconsciente.

Circe en esta parte del relato es una hechicera de grandes poderes, pero cruel, hipócrita y celosa. Todas las mañanas iba a la montaña en busca de plantas venenosas y por la noche se ocupaba, en medio del mayor misterio, de destilar sus maléficos jugos. Tenía su residencia sobre un promontorio del mar de Etruria, desde el cual atraía a los imprudentes marineros que anclaban su buque en la costa y los cautivaba con sus encantos con el fin de robarles su energía y sus pertenencias para, finalmente, transformarlos en animales ("cada cual según su naturaleza más profunda", según Chevalier, 1986, Pág. 275).

Llamativamente, esta transformación ocurría sin que los hombres perdieran conciencia de lo que les estaba pasando: así, la pérdida de su energía o de sus posesiones y la devaluación de su forma física, quizás pudieran, prospectivamente, aportar una oportunidad de hacer conciencia (al vivir como animales) de su naturaleza instintiva.

Circe se presenta entonces hasta aquí como una figura del ánimo negativa, que teniendo el potencial de restablecer el contacto con lo inconsciente, inicialmente perpetúa el estado de inconsciencia, embotamiento y disociación.

Los hombres de Ulises, desesperanzados después de haber nuevamente zozobrado en el mar, entran en los terrenos de Circe, dudosos, atemorizados de volver a vivir una desgracia (DSM IV criterio B, especialmente B4 y B5).

Allí son embrujados, seducidos por la invitación de la hechicera, de modo que olvidan o se embotan de los horrores de la guerra y de los deseos de volver a casa "*Y echó en esta pócima brebajes maléficos para que se olvidaran por completo de su tierra patria*" (Homero, 1982, p.134).

La invitación de Circe a entrar en sus dominios y recibir allí alimento y descanso, trabaja exitosamente: los hombres de Ulises (que como dijimos representarían no la conciencia, sino sus aspectos más instintivos, sus deseos y necesidades más básicas) necesitan descansar, embotar sus dolores y desesperanzas (DSM IV criterio C: evitación del recuerdo y embotamiento de la reactividad general). El ánima negativa, representada por Circe, les da aquello que creen necesitar.

Pero lo que reciben no es lo que les hace falta, es unilateral, solo calma a un polo de la totalidad, el físico-emocional. Como señalamos, en primera instancia el encuentro con Circe embotar los sentidos y aprisiona, reduciendo a los hombres de Ulises a una piara de cerdos. “El cerdo simboliza, casi universalmente, la glotonería, la voracidad, la lujuria, la gula y el egoísmo. Evoca la ignorancia, y la carencia de dignidad para aprehender verdades espirituales. Polarmente, para los vietnamitas y los egipcios, es también símbolo de abundancia y prosperidad” (Chevalier, 1986, p. 275)

Con ello, el mito puede graficar el castigo de Zeus: habiendo malogrado su intervención, al soltar los vientos del odre, los hombres son castigados de modo que justamente resalte cómo su ignorancia, sus impulsos y complejos desbocados conducen a un alejamiento del principio espiritual e iluminador que Zeus representa.

Por otra parte, el mito grafica claramente la disminución del nivel de conciencia que se experimenta como resultado del TSPT (y que se describe como consecuencia de la activación de complejos). Embotados, quedaron como “*figura de cerdos, pero su mente permaneció invariable, la misma de antes. Así quedaron encerrados mientras lloraban*” (Homero, 1982, p.134).

El descenso del nivel de conciencia no les da paz, solo los hace menos humanos, resaltando el polo instintivo.

En tanto Ulises, el ego conciente, permanece alerta, despierto, hipervigilante y sobresaltado (DSM IV criterio D: persistente aumento de la activación). En ese estado, se encuentra con Hermes, el mensajero de los dioses (el Self no cesa de enviar sus ayudas), el psicopompo de pies alados, guía de los viajeros y de las almas, protector de los caminos, quien “*lo pone al tanto de los malvados propósitos de Circe*” y le brinda una poción protectora, hecha de una planta de raíz negra y de fruto como leche, que vuelve a recordarnos la unión de los opuestos, el paso de la noche a lo claro.

Esa poción desbarata el poder oscuro de la hechicera, *“tú tienes en el pecho un corazón imposible de hechizar. Así que seguro que eres el asendereado Odiseo, de quien me dijo el de la varita de oro, el Argifonte que vendría al volver de Troya en su rápida, negra nave. Con que, vamos, vuelve tu espada a la vaina y subamos los dos a mi cama, para que nos entreguemos mutuamente unidos en amor y lecho”* (Homero, 1982,p.136) y Ulises se une a ella, (como anima que se muestra ya positiva), tras lo cual es convidado a permanecer en el palacio *“Y me invitaba a que comiera, pero esto no placía a mi ánimo y estaba sentado con el pensamiento en otra parte, pues mi ánimo presentía la desgracia”* (DSM IV, criterio D).

A pesar de iniciar el contacto con el ánimo, el proceso de cura del TSPT no ha ocurrido aún: la conciencia permanece alerta a ello, aún en medio de un semi-reposo embotado, un período de cierta calma dentro de los avatares angustiosos del trastorno, las reactivaciones del complejo.

Ulises logra que sus compañeros sean liberados, después de lo cual reciben una nueva invitación al descanso: *“no excitéis más el abundante llanto, pues también ego conozco los trabajos que habéis sufrido en el ponto lleno de peces y los daños que os han causado en tierra firme hombres enemigos. Con que, vamos, comed vuestra comida y bebed vuestro vino hasta que recobréis las fuerzas que teníais el día que abandonasteis la tierra patria de la escarpada Itaca; que ahora estáis agotados y sin fuerzas; con el duro vagar siempre en vuestras mientes. Y vuestro ánimo no se llena de pensamientos alegres, pues ya habéis sufrido mucho”* (Homero, 1982,p.137). (Este texto resume sucintamente los criterios DSM IV para el TSPT, a la vez que resalta el enorme desgaste físico, emocional y cognitivo que resulta del mismo)

Se quedan pues allí un año (DSM IV, criterio E y F: alteraciones que se prolongan por más de un mes, con deterioro significativo social, laboral o en otras áreas importantes de actividad del individuo), antes de recuperar las fuerzas y el coraje para reiniciar la tarea de volver al hogar.

Al cumplir un año allí, (‘efecto aniversario’ de la tormenta en que perdieron el rumbo a su hogar), las vivencias del horror de la muerte son re-experimentadas (“el acontecimiento traumático puede ser reexperimentado de muchas maneras: recuerdos recurrentes e intrusos, pesadillas o estados disociativos” DSM IV, p. 435) y rompen el estado de inactividad, semi-embotamiento y adormecimiento. Ulises y sus hombres vuelven a desear volver a su patria; sin embargo no saben cómo, ya que hasta ahora han fracasado en sus esfuerzos.

El encuentro con Circe, que precede al descenso a los infiernos, representan el núcleo, el clímax, en que comienza a producirse la transformación, la transición, la reconexión ego-Self. Sin embargo esto requiere aún otro paso, el que será simbolizado con el descenso a los infiernos. El contacto con las fuerzas inconscientes ha de preceder a la cura, porque hay algo que rescatar desde allí.

Circe, se muestra ahora en el aspecto positivo del ánima: será la guía que señale y conduzca por el camino de la reconexión, previa a la integración. Así, después de liberarlos de sus hechizos, Circe les indicará que primero viajen a la casa de Hades y Perséfone, para allí consultar el alma de Tiresias, el adivino ciego³ quien, aunque muerto para el mundo, conserva su inteligencia y su saber. El les indicará el camino a seguir para volver a su patria, cómo hacerlo y cuanto tiempo durará la travesía.

Ulises y sus hombres están aterrados ante la sola idea de descender a los infiernos *“Así dije, y el corazón se les quebró; sentáronse de nuevo a llorar y se mesaban los cabellos. Pero nada consiguieron con lamentarse”* (Homero, 1982,p. 142). Ulises, la conciencia, tira hacia adelante. Circe les ayuda, indicándoles el ritual por el cual convocarán a Tiresias en el reino de Hades y podrán escucharlo. Hombres y reses para el sacrificio⁴, embarcan, mientras Circe les regala un viento propicio para la navegación.

Desde un pensamiento analítico, hemos dicho que podríamos ver cómo una vez experimentado el trauma, Ulises y sus hombres quedan tan profundamente afectados, que no logran volver a su hogar, a sí mismos. En cada intento previo han sido tomados por tormentas (constelaciones de complejos y convulsiones en lo inconsciente) o aventuras que los desvían de su objetivo: el ego no logra centrarse y reconectarse, sino que se halla perdido y es remecido constantemente por las tormentas y las sombras internas. El eje ego-Self sigue debilitado e intermitente en su conexión.

El encuentro con Circe señala inicialmente el encuentro con un ánima negativa. Sin embargo, la caída en lo inconsciente tiene también su función compensatoria: los hombres

³ “El ciego simboliza la sabiduría del viejo. Los adivinos son generalmente ciegos, como si conviniese tener los ojos cerrados a la luz física, para poder recibir la luz divina. ...Los dioses ciegan o enloquecen a los que desean perder, o a veces salvar”. (Chevalier, 1986, Pág. 280)

⁴ “El sacrificio es un símbolo de renuncia a los lazos terrenales por amor al espíritu o a la divinidad....el sacrificio está ligado a la idea de un intercambio, al nivel de la energía creadora o al de la energía espiritual....porque un bien material simboliza un bien espiritual, la ofrenda del primero trae el don del segundo como recompensa. Para los griegos es símbolo de expiación, de purificación, de apaciguamiento y de imploración propiciatoria”. (Chevalier, 1986, Pág.904)

recuperan fuerzas, y Circe puede presentarse después de ello como el ánima en su función de guía y reactivadora de la conciencia.

Ahora bien, no basta haber entrado al inconsciente de ese modo (descanso indolente y desconectado); para sanar (encontrar el camino a casa) es preciso descender a los infiernos (inconsciente) con la suficiente conciencia como para obtener su sabiduría (la guía de Tiresias sobre el camino y la actitud con que este debe ser seguido), sabiduría viva y latente a pesar de la muerte (la función intuitiva -inferior en este caso- no ha sido privada de su clarividencia, pero debe ser activada).

El descender tiene un carácter infernal, por cuanto implica un re-encuentro y una reedición de la experiencia traumática: *“con vivo dolor, inundóseme el pecho, con llanto abundante, presos de lívido miedo, me quedé conteniendo a los muertos”*... (p., 135) y una recapitulación con todas las otras experiencias vividas (directa o vicariamente) en torno a la muerte: Ulises habrá de ver y escuchar el dolor de muchos muertos. Volverá con aprendizajes nuevos, con tareas reparadoras (enterrar a algunos) para elaborar sus duelos.

Cuando ha escuchado y visto lo que debía, debe reconocer el peligro de quedarse por más tiempo en ese lugar, *“no fuese Perséfone a mandar desde el Hades la cabeza del monstruo que infunde pavor, la Gorgona”*⁵ (Homero, 1982,p .158). Debe alejarse: la inmersión en el inconsciente para contactar su sabiduría, ha de tener sus límites, no sea que se quede atrapado para siempre en él.

Ulises, por ejemplo, podría quedar atrapado para siempre en la culpa de los que murieron a su mando, o envuelto permanentemente en las imágenes traumáticas, de modo tal que *“la exageración de la culpa inhiba el esfuerzo reparador”* (Chevalier, 1986 p. 536). Ello significaría el fracaso final en el esfuerzo por recuperarse del trastorno: hay un punto en el proceso de recuperación en que se necesita ejercer la voluntad de cortar y dejar atrás. El ego consciente, representado en Ulises, ha de embarcar y soltar amarras, dejándose conducir por nuevos vientos, no debe permitirse la oportunidad de quedar nuevamente petrificado, paralizado, ente los horrores y/o las perversiones que ha visto, oído y sentido.

⁵ “Tres monstruos de cabeza aureolada de serpientes encolerizadas, colmillos de jabalí asomando de los labios, manos de bronce y alas de oro. Simbolizan el enemigo a combatir...las fuerzas pervertidas de las tres pulsiones psíquicas: sociabilidad, sexualidad y espiritualidad. Quien ve su cabeza queda petrificado. Ella refleja en efecto la imagen de una culpabilidad personal...cuando se ha pervertido y transformado en una exasperación enfermiza...la exageración de la culpa inhibe el esfuerzo reparador. Medusa simboliza la imagen deformada de sí...que petrifica de horro, en lugar de iluminar justamente” (Chevalier, 1986, Pág.535)

Pese a que Ulises, el ego consciente, ha logrado contactarse con la experiencia traumática al descender al Hades, aún tiene por delante el camino de la elaboración de ésta; tarea que se ve ejemplificada en los peligros que él y sus compañeros deben enfrentar.

El primero de ellos está encarnado en las sirenas, de quienes Circe previene a Ulises de la siguiente manera:

“Primero llegarás a las Sirenas, las que hechizan a todos los hombres que se acercan a ellas. Quien acerca su nave sin saberlo y escucha la voz de las Sirenas ya nunca se verá rodeado de su esposa y tiernos hijos, llenos de alegría porque ha vuelto a casa; antes bien, lo hechizan éstas con su sonoro canto sentadas en un prado donde las rodea un gran montón de huesos humanos putrefactos, cubiertos de piel seca. Haz pasar de largo a la nave y, derritiendo cera agradable como la miel, unta los oídos de tus compañeros para que ninguno de ellos las escuche. En cambio, tú, si quieres oírlas, haz que te amarren de pies y manos, firme junto al mástil, que sujeten a éste las amarras, para que escuches complacido, la voz de las Sirenas; y si suplicas a tus compañeros o los ordenas que te desaten, que ellos te sujeten todavía con más cuerdas” (Homero, 1982, p.160).

Cooper (2000) señala que las sirenas son símbolo de tentación, seducción femenina y engaño; representan la distracción del hombre de su meta verdadera, pues lo atrae a lo temporal y lo aleja de lo espiritual. En esta línea, podríamos pensar que el hecho de que Ulises tenga que enfrentarlas implicaría que debe superar la tentación de desistir del proceso que ha comenzado, para caer en un estado que traería nuevamente la muerte y la destrucción.

“¡Ea, célebre Odiseo, gloria insigne de los aqueos! Acércate y detén la nave para que oigas nuestra voz” (Homero, 1982, p.163).

Por otra parte, si pensamos que las sirenas son seres mitad animales (ya sea mitad peces o mitad pájaros) y mitad humanas, podrían simbolizar aquello que está a medio camino entre el inconsciente y la conciencia, entre lo instintivo y lo espiritual. De este modo, podríamos pensar que Ulises se vería obligado a controlar una posible reacción instintiva, que lo haría evitar el camino de la elaboración. Así, pide ser atado al mástil de su nave y cubre con cera los oídos de sus compañeros, apelando de esta manera a la capacidad para dominar una posible respuesta de evitación, lo que – en términos del TSPT - podría demostrar un mayor control cognitivo sobre de los sentimientos de angustia y temor descontrolados.

A partir de estos planteamientos podemos pensar que una vez superado el encuentro con las sirenas, el ego consciente ha confirmado su intención de perseverar en el camino de la elaboración. El paso siguiente sería entonces enfrentar de un modo más directo los sentimientos de temor y angustia que se han configurado como parte esencial de la vivencia traumática. En el relato de la Odisea, podríamos ver simbolizado este aspecto en el encuentro de Ulises y sus hombres con Escila y Caribdis, que en palabras de Circe, son descritos de la siguiente manera:

“En medio del escollo hay una oscura gruta vuelta hacia Poniente, que llega hasta el Erebo, por donde vosotros podéis hacer pasar la cóncava nave, ilustre Odiseo. Ni un hombre vigoroso, disparando su flecha desde la cóncava nave, podría alcanzar la hueca gruta. Allí habita Escila, que aúlla que da miedo: su voz es en verdad tan aguda como la de un cachorro recién nacido, y es un monstruo maligno. Nadie se alegraría de verla, ni un dios que le diera cara. Doce son sus pies, todos deformes, y seis sus largos cuellos; en cada uno hay una espantosa cabeza y en ella tres filas de dientes apiñados y espesos, llenos de negra muerte. De la mitad para abajo está escondida en la hueca gruta, pero tiene sus cabezas sobresaliendo fuera del terrible abismo, y allí pesca, explorándolo todo alrededor del escollo, por si consigue apresar delfines o perros marinos, o incluso algún monstruo mayor de los que cría a miles la gemidora Anfitrite. Nunca se precian los marineros de haberlo pasado de largo incólumes con la nave, pues arrebatada con cada cabeza a un hombre de la nave de oscura proa y se lo lleva.

También verás, Odiseo, otro escollo más llano, cerca uno de otro. Harías bien en pasar por él como una flecha. En éste hay un gran cabrahigo cubierto de follaje y debajo de él la divina Caribdis sorbe ruidosamente la negra agua. Tres veces durante el día la suelta y otras tres vuelve a sorberla que da miedo. ¡Ojalá no te encuentres allí cuando la está sorbiendo, pues no te libraría de la muerte ni el que sacude la tierra! Conque acércate, más bien, con rapidez al escollo de Escila y haz pasar de largo la nave, porque mejor es echar en falta a seis compañeros que no a todos juntos” (Homero, 1982, p. 160).

Escila y Caribdis son dos monstruos que encarnan el peligro de destrucción y muerte que juega un rol central en la vivencia traumática que da origen al TSPT (criterio A). De esta manera, podría plantearse que Ulises, ahora en el camino de la elaboración, debe enfrentar estos temores y la angustia que generan, con la fortaleza que ha ganado luego del encuentro con las sirenas. El camino alternativo al habitado por estos monstruos, es un tramo lleno de rocas a las que ninguna embarcación puede sobrevivir. En términos del TSPT, podríamos suponer que esto nos indica que el único camino de resolución es enfrentar y elaborar los

sentimientos de terror y angustia. El camino alternativo –si pudiera llamarse así- solo conduce a la muerte.

En el relato de la Odisea, la prueba es finalmente superada -no sin haber perdido antes algunos compañeros en manos de Escila - y Ulises, habiendo mirado de frente estos monstruos, los deja atrás para seguir rumbo hacia la isla de Helios, donde descansa junto a sus hombres; esto ocurre, no obstante, pese a las advertencias de Circe, quien le había dicho que en aquel lugar les aguardaría la desgracia si llegaban a tocar alguna de las vacas del sol.

Una vez en la isla, Ulises advierte a sus hombres de que se abstengan de tocar a los animales, sin embargo, tal como ocurrió con los odres de viento, sus compañeros nuevamente desobedecen sus órdenes y al abandonar la isla son castigados con una tempestad en la que el barco naufraga, resultando todos muertos a excepción de Ulises. Este, para su desesperación, se ve arrastrado por la tormenta al lugar donde habitan Escila y Caribdis y se ve obligado a enfrentarlos nuevamente, esta vez solo y sin embarcación.

El hecho de que Ulises se vea nuevamente expuesto a estos dos monstruos, podría comprenderse como la necesidad de culminar el proceso de elaboración de los sentimientos de temor y angustia encarnados por Escila y Caribdis. En esta oportunidad – y en el resto del viaje hasta llegar a Itaca- Ulises se encuentra solo. Todos sus compañeros han muerto: en el proceso de elaboración, el ego se ha desprendido de diversos elementos y aspectos obsoletos o que no le son adaptativos, surgiendo de la prueba fortalecido.

Luego de este último enfrentamiento con los monstruos, Ulises llega a la isla Ogigia, habitada por la ninfa Calipso, quien lo retiene hasta que – por intercesión de Atenea- Hermes transmite a la ninfa la orden de Zeus –el principio patriarcal superior- de enseñar a Ulises el modo de continuar el viaje de regreso. Es así como Calipso indica a Ulises que ha de emprender nuevamente el viaje por el mar, esta vez embarcado en una balsa construida por él mismo. Sin embargo, Poseidón, enfurecido, envía una tempestad para hacer naufragar a Ulises, quien, pese a esto, llega luego de veinte días al país de los feacios; donde es encontrado y ayudado por Nausícaa, la hija del rey.

Podría pensarse que Calipso, en una primera instancia, presentaría leves rasgos del ánimo negativa, ya que intenta retener a Ulises – el ego- pese al gran trabajo de elaboración que éste ha llevado a cabo. Sin embargo, Hermes – como el dios mensajero capaz de conectar los mundos consciente e inconsciente – permite que cambie su carácter y se transforme plenamente en una representación del ánimo positiva, que indica al ego el camino

de reconexión con el Self (la vuelta al hogar). En esta misma línea, podría plantearse que la última tempestad enviada por Poseidón podría ser comprendida como el triunfo sobre un nuevo, pero tardío peligro de retroceder en el proceso que se ha llevado a cabo y, por otra parte, como el último peligro a enfrentar antes de la definitiva resolución del conflicto (en el relato, el regreso a Itaca).

Por su parte, sería posible suponer que Nausícaa es una representación del ánima netamente positiva, sin trazas negativas como Calipso y Circe, lo que permite comprender que sea ella quien aconseja a Ulises sobre el mejor modo de conseguir el favor y ayuda del rey y la reina:

“Después que entres en el palacio y en el patio del mismo, atravesarás la sala hasta que llegues a donde mi madre...ahí también, cerca del hogar, se levanta el trono en que mi padre se sienta y bebe vino como un inmortal. Pasa por delante de él y tiende los brazos a las rodillas de mi madre...pues si mi madre te fuere benévola, puedes concebir la esperanza de ver a tus amigos y de llegar a tu patria tierra” (Homero, 1982, p.87)

La representación del ánima en Nausicaa, conduce al ego representado en Ulises a la presencia de los reyes, representación arquetípica de los grandes padres. Revela esto, un proceso de elaboración en otro nivel de conciencia, al hallarse frente a figuras parentales en una representación simbólica más evolucionada, lo que permite conciliar los dinamismos matriarcal y patriarcal, anteriormente desequilibrados y fuera de control en el relato.

Es importante señalar cómo el paso primero es el ponerse de rodillas, suplicante frente a la figura del eros, tratando de suscitar el amor materno, y que tal convocatoria es requerida antes de poder acceder al logos. El dinamismo matriarcal, precede al dinamismo patriarcal. En términos del TSPT, podríamos pensar que el reestablecimiento del equilibrio en el plano de los afectos, antecede y permite el adecuado funcionamiento del logos— habiendo estado antes alterados los dos-

El rey y la reina permiten finalmente el regreso de Ulises, al poner a su disposición la embarcación que lo lleva a Itaca. De esta manera se cumple la petición de Polifemo a su padre Poseidón,

“¡Óyeme, Poseidón, que ciñes la tierra! Si en verdad soy tuyo y tú te glorías de ser mi padre, concédeme que Odisea, el asolador de ciudades, hijo de Laertes, que tiene su casa en Itaca, no vuelva nunca a su palacio. Mas si le está destinado que ha de volver a los suyos y

volver a su bien construida casa y a su patria, sea tarde y mal, en nave ajena, después de perder todos los compañeros y se encuentre con nuevas cuitas en su morada.” (p. 126)

En términos del TSPT, esta petición podría comprenderse como una verdadera indicación mítica de que la resolución del conflicto asociado a este trastorno implicará necesariamente realizar un largo y costoso proceso de elaboración que implica enfrentar temores y ansiedades, que conducen a que finalmente el ego se vea transformado (vuelve “en nave ajena”).

Cabe mencionar también que la maldición del cíclope incluye que Ulises, si ha de volver, “se encuentre con nuevas cuitas en su morada” (p.126). Podríamos comprender esta frase como la advertencia de que, pese a haber superado el horror de la vivencia traumática, ha de tener lugar un necesario proceso de adaptación a la vida cotidiana. En el relato de la Odisea, podríamos encontrar esta situación en el hecho de que Ulises debe enfrentar a los pretendientes de Penélope que invaden su casa y luchar por recuperar su antigua posición como rey.

Conclusiones.

A través del relato de la Odisea, la sabiduría colectiva vertida en mitos y leyendas, nos ha ido iluminando respecto a la ocurrencia y al devenir del trastorno por stress postraumático.

Las distintas imágenes, eventos, sucesos e intervenciones de dioses y hombres, nos ilustran las distintas características del trastorno, y señalan el camino de elaboración a seguir, para una resolución positiva del mismo. Señalan también los peligros y desafíos que han de enfrentarse y superarse en este proceso, a la par que nos recuerdan que se requiere de tiempo para esa superación: en el relato, los 10 años que demora el héroe en volver a su patria, señalan el largo período de tiempo durante el cual el ego del paciente experimenta las vicisitudes del trastorno y de su cura.

Dijimos que el TSPT representaría una situación no solo de traumatización del ego conciente y del mundo interno, sino de interrupción del flujo ego-Self. Esta condición solo puede ser revertida a través de un proceso de elaboración guiado por la figura del ánima, por el cual el ego puede enfrentar nuevamente la vivencia traumática y los temores asociados a esta, lo que le da la posibilidad de elaborar y re-significar la vivencia, emergiendo luego de ella, como un ego transformado y más fortalecido

El regreso de Ulises y su reivindicación como esposo de Penélope y rey de Itaca podría ser comprendido como la resolución positiva del trastorno. El ego ha llevado a cabo el proceso de elaboración, superando la tentación de interrumpir el costoso trabajo que implica y enfrentándose a las vivencias traumáticas. Luego de este largo proceso, el flujo del eje ego Self es restablecido a través del contacto con la figura del ánima, que permite la conexión con aquellos aspectos disociados. Finalmente, el ego transformado y fortalecido, es capaz de retomar su posición en la vida del individuo, quien puede de esta forma adaptarse nuevamente a las exigencias y desafíos de la vida cotidiana.

No podemos dejar de mencionar al finalizar este trabajo, la riqueza y potencia que encierran las imágenes e historias míticas, y su capacidad para ilustrar e iluminar la comprensión de la vida humana, tanto en sus aspectos cotidianos y sanos, como en sus aspectos patológicos y sus necesidades de elaboración.

Nos hace constatar la acción – a través de los siglos- del SELF.

Referencias Bibliográficas

Cooper, J.C. (2000). "Diccionario de símbolos". Barcelona: Ed. Gustavo Gili.

Cotterel, A. (1996). "The encyclopedia of mythology". New York: Smithmark Publishers.

Chevalier, J. Gheerbrant A. (1986).. "Diccionario de Símbolos". Barcelona: Ed Herder

Homero. (1982) "Odisea". Barcelona: Ed. Origen.

Jung, OC vol 9/II, Ed Trotta

Stein, M. (2004) "EL mapa del alma", Luciérnaga, Barcelona,

Sharp, D. (1994), "Lexicon Junguiano" Cuatro vientos, Santiago de Chile

Anexo

Criterios para el diagnóstico de F43.1 Trastorno por estrés postraumático (309.81)

A. La persona ha estado expuesta a un acontecimiento traumático en el que:

1. La persona ha experimentado, presenciado o le han explicado uno (o más) acontecimientos caracterizados por muertes o amenazas para su integridad física o la de los demás
2. La persona ha respondido con un temor, una desesperanza o un horror intensos. Nota: En los niños estas respuestas pueden expresarse en comportamientos desestructurados o agitados

B. El acontecimiento traumático es reexperimentado persistentemente a través de una (o más) de las siguientes formas:

1. Recuerdos del acontecimiento recurrentes e intrusos que provocan malestar y en los que se incluyen imágenes, pensamientos o percepciones. Nota: En los niños pequeños esto puede expresarse en juegos repetitivos donde aparecen temas o aspectos característicos del trauma
2. Sueños de carácter recurrente sobre el acontecimiento, que producen malestar. Nota: En los niños puede haber sueños terroríficos de contenido irreconocible
3. El individuo actúa o tiene la sensación de que el acontecimiento traumático está ocurriendo (se incluye la sensación de estar reviviendo la experiencia, ilusiones, alucinaciones y episodios disociativos de flashback, incluso los que aparecen al despertarse o al intoxicarse). Nota: Los niños pequeños pueden reescenificar el acontecimiento traumático específico
4. Malestar psicológico intenso al exponerse a estímulos internos o externos que simbolizan o recuerdan un aspecto del acontecimiento traumático
5. Respuestas fisiológicas al exponerse a estímulos internos o externos que simbolizan o recuerdan un aspecto del acontecimiento traumático

C. Evitación persistente de estímulos asociados al trauma y embotamiento de la reactividad general del individuo (ausente antes del trauma), tal y como indican tres (o más) de los siguientes síntomas:

1. Esfuerzos para evitar pensamientos, sentimientos o conversaciones sobre el suceso traumático
2. Esfuerzos para evitar actividades, lugares o personas que motivan recuerdos del trauma

3. Incapacidad para recordar un aspecto importante del trauma
4. Reducción acusada del interés o la participación en actividades significativas
5. Sensación de desapego o enajenación frente a los demás
6. Restricción de la vida afectiva (p. ej., incapacidad para tener sentimientos de amor)
7. Sensación de un futuro desolador (p. ej., no espera obtener un empleo, casarse, formar una familia o, en definitiva, llevar una vida normal)

D. Síntomas persistentes de aumento de la activación (arousal) (ausente antes del trauma), tal y como indican dos (o más) de los siguientes síntomas:

1. Dificultades para conciliar o mantener el sueño
2. Irritabilidad o ataques de ira
3. Dificultades para concentrarse
4. Hipervigilancia
5. Respuestas exageradas de sobresalto

E. Estas alteraciones (síntomas de los Criterios B, C y D) se prolongan más de 1 mes.

F. Estas alteraciones provocan malestar clínico significativo o deterioro social, laboral o de otras áreas importantes de la actividad del individuo.

Especificar si:

Agudo: si los síntomas duran menos de 3 meses **Crónico:** si los síntomas duran 3 meses o más.

Especificar si:

De inicio demorado: entre el acontecimiento traumático y el inicio de los síntomas han pasado como mínimo 6 meses.