

Del mito universal al personal: la búsqueda del equilibrio psíquico

From universal myth to personal myth: the search for psychic equilibrium

Alfonso Alarcón Zamorano 

Universidad Anáhuac Querétaro, México

alfonso.alarcon@anahuac.mx

Silvia del Rosario Zamorano Ortega 

Universidad Anáhuac Querétaro, México

silvia.zamorano29@anahuac.mx

Recepción: 18 de agosto de 2025

Aceptación: 23 de octubre de 2025

Resumen

En este artículo se busca rastrear cómo los mitos están presentes desde los orígenes del ser humano estructurando no solo la identidad del individuo sino sus aspiraciones, la organización y el comportamiento social y religioso. Para este fin se realizó una investigación documental que muestra cómo los marcos simbólicos estructuran de forma inconsciente el aparato psíquico de la persona supeditando los valores y dilemas existenciales, evidenciando que la conjunción de ambos dan equilibrio y significado a la vida del hombre en sociedad.

Palabras clave: antropología, mito, significado, símbolo, psicología

Abstract

This article seeks to trace how myths have been present since the origins of humankind, structuring not only individual identity but also aspirations, social organization, and religious behavior. To this end, documentary research was conducted to demonstrate how symbolic frameworks unconsciously structure the individual's psyche, subordinating values and existential dilemmas, and concluding that the conjunction of both provides balance and meaning to human life in society.

Keywords: anthropology, meaning, myth, psychology, symbol

*Los sistemas envejecen, a veces con extraordinaria rapidez,
y solo los datos de los textos son inmutables.*

PIERRE GRIMAL

Introducción

A lo largo de la evolución humana, el concepto de mito ha ido experimentando cambios en su significado, importancia y representación en la vida de la persona. Sin embargo, es importante resaltar que siempre se ha encontrado en el centro de la vida cotidiana, de la religiosa y de la cósmica para explicar aquello que escapa a lo estrictamente racional, científico y material al hundir sus raíces en la naturaleza inmaterial y espiritual del ser humano.

Así, el estudio e interpretación del mito se vuelven importantes para comprender la vida en toda su expresión y dimensión. Primeramente, la filosófica, que ha sido de interés para numerosos autores desde los presocráticos hasta Ernst Cassirer (1874-1945) y Claude Lévi-Strauss (1908-2009), quien considera que el mito se modifica en el devenir de la historia, lo que da como resultado numerosas variantes que pueden, incluso, derivar en otros mitos (Ferrater, 1994). Por otra parte, en su dimensión teológica, Ratzinger (2016) se refiere al mito como una ilusión piadosa.

Como ejemplo de lo anterior, se puede mencionar el mito de Eos que, en su origen, es la personificación de la aurora, representada con dedos color de rosa. Esta diosa se ocupaba de abrir las puertas del cielo al carro del Sol con sus manos, por lo que su función, anunciando a Helios, era esencialmente cronológica y cósmica. Con el paso de tiempo, se involucró afectivamente con Ares, por lo que Afrodita la condenó a buscar constantemente nuevos amantes, hasta que se enamoró de Titono de Troya. Eos pidió a Zeus ser inmortal para estar juntos, pero como Titono no lo era, no le quedó más que transformarse en un grillo para estar cerca de ella al llegar la aurora (Diel, 1999; Grimal, 1997).

En el barroco temprano y tras una reinterpretación y recreación del mito, el pintor italiano Giovan Francesco Barbieri, mejor conocido como El Guercino (1591-1666), pintó "La Aurora" (1621) en la que Eos aparece volando en un carro tirado por caballos rompiendo la noche y dando paso al día, pero es acompañada con ángeles infantiles que, esparciendo flores, resaltan la frescura de la mañana. Totono aparece como la noche que se pierde en las sombras. Este fresco fue un encargo del Cardenal Ludovico Ludovisi y el amanecer representa no solo el inicio del nuevo día, sino la esperanza y la búsqueda de nuevas formas en el Renacimiento, dejando atrás épocas más oscuras (Rolf, 1995; Symonds, 1995).

El ejemplo anterior permite observar cómo el mito tiene un valor universal, presente desde el inicio de la vida del ser humano pero con significados distintos

según el contexto y la época. Se pueden encontrar en la antigüedad, en culturas del Mar Mediterráneo, en el mundo bíblico, en las culturas árabes, en las culturas de Oriente y en las culturas precolombinas del continente americano.

Del mismo modo en que el mito configura a las distintas culturas y sociedades, análogamente, en la escuela psicoanalítica, se ha acuñado el concepto de *mito personal*, como una construcción intrapsíquica fundamental para la conformación de la identidad y la definición del comportamiento humano (Advani, 2024; Alcina, 1984). Así como el mito está presente en todas las culturas para explicar los cambios que testifican las nuevas tradiciones, costumbres y religiones, el mito personal define a la persona y determina el modo en que el individuo se relaciona con el medio (Bettelheim, 2013; Bleger, 2022).

Por lo anterior, este artículo pretende, primeramente, profundizar en el concepto de mito y en la importancia que tiene a nivel social y cultural para, en un segundo momento, encontrar similitudes con el personal. Para ello, se realizó una investigación documental en la que se retomaron las principales aportaciones teóricas que coadyuvaron a establecer la relación entre los dos mitos, con el propósito de abrirle la puerta a la reinterpretación del mito personal dentro del tratamiento psicológico.

La reflexión acerca de la evolución y transformación del mito en sus diferentes dimensiones es fundamental ante la realidad en este siglo XXI, en el que la introducción de las nuevas tecnologías, y, sobre todo, de la inteligencia artificial, proponen nuevas metas, se replantean necesidades y se cuestionan estructuras, teniendo como resultado distintas formas de pensar, ser y comportarse (Jianwei, 2025; May, 1992).

El mito en su dimensión antropológica

Durante muchas décadas se pensó que el Homo Neanderthalensis había reflejado su vida cotidiana solo en esas pinturas rupestres de hace más de 60 mil años, al creerse que carecía de la capacidad de simbolizar (Cruz, 1971), pero hoy en día se sabe que contaban ya con la capacidad cognitiva y cultural para crear un mundo simbólico y mitológico que los llevaron a tener no solo rituales funerarios, sino incluso realizar ofrendas a los muertos (Rosas, 2012). Sin embargo, no será hasta el siglo X, en los tiempos de Homero, cuando la mitología adquiere una nueva dimensión que perdura hasta nuestros días (Diel, 1999).

En sus inicios, el *mythos* buscaba explicar el origen del cosmos, de los dioses, del hombre y de las relaciones entre ellos con narraciones hechas por una persona que sabía lo que había sucedido en el pasado (Cruz, 1971). Pero para la Edad Media y con la influencia del cristianismo, los diversos sistemas mitológicos comenzaron

a vivirse como historias o tradiciones folclóricas que se fueron fusionando entre sí, dando origen a una nueva comprensión de ellos. En consecuencia, la Iglesia Católica va a rechazar y a demonizar aquellos relatos que no logran armonizar con una visión cristiana (Losada, 2010).

En el siglo xx, el mito es definido por Eliade (1967, 1968) como la narración de los acontecimientos que sucedieron en un tiempo primigenio donde los dioses o los héroes se convierten en ejemplo para el hombre, mientras que Lévi-Strauss sostiene que se refieren a acontecimientos que sucedieron antes de la aparición del hombre, por lo que se centran en aventuras de dioses. Asimismo, sostiene que, para tener una mejor perspectiva de ellos, se deben de interpretar en conjunto (1968 y 1972):

La matriz de toda mitología está en el “pensamiento popular”, que, en todas partes, se las ha ingeniado desde siempre para descubrir analogías y trazar correspondencias. En esto radica la “actividad mental donde se reconocerá uno de los primeros motores de la creación mítica”. (1972, p. 15)

Un ejemplo de lo anterior es el mito de Heracles, hijo del dios Zeus y de la humana Alcmena. Su embarazo despertó la cólera de Hera, quien pidió a la diosa de los alumbramientos, Ilicitía, que retrasara su nacimiento para que no fuera coronado como su primogénito. Es decir, el mito griego se enfocaba en el sufrimiento que padeció el héroe a manos de Hera y la expiación del mal por medio de los 12 trabajos que se le encargaron. En la mitología romana, se le cambió el nombre de Heracles por Hércules, hijo de Júpiter, en lugar de Zeus, y luchó en el monte Palatino, donde, por medio de su fuerza bruta, fue protector y benefactor de la humanidad (Grimal, 1997). Pero en la Edad Media dejó de ser un héroe para convertirse en un modelo de virtud y fortaleza espiritual, que se atrevió a entrar al infierno de sus deseos y pecados para salir victorioso de su lucha moral (Llavata, 2021; Reyes, 2018).

La interpretación del mito

Los mitos surgen enmarcados en una visión del origen de la vida, una tradición histórica, una memoria colectiva de hazañas y tragedias que le dan identidad y que definen la moralidad y la ética aceptadas. Es decir, ellos encuentran su sentido original en el contexto que los ve nacer pero que, al trascender a su espacio y al tiempo, se enriquecen de nuevas culturas. Por lo mismo, necesitan ser reinterpretados constantemente. Es así como se identifican cinco visiones o perspectiva multidisciplinarias:

- Visión exegética: se apega a los filósofos antiguos y círculos bíblicos, por lo que busca comprender lo que el mito transmite en su contexto original. De ahí que analicen los símbolos y el ambiente que los vieron nacer.
- Visión antropológica y etnológica: profundiza en la importancia del mito dentro de la sociedad y sus implicaciones. Rechaza que puedan ser considerados como algo falso o muerto; por el contrario, son textos vivos y activos que se alimentan de su transmisión. Entre sus exponentes se encuentran Bronisław Malinowski, James George Frazer y Lévi-Strauss.
- Visión desde la historia de las religiones y la filosofía: enfatiza la relación entre el mito y lo sagrado, y por lo tanto, profundizan en el sentido de la vida, la moral y la visión de la trascendencia. Entre sus principales exponentes destacan Karl Kerényi y Eliade.
- Visión psicoanalítica: ocupando el método de interpretación freudiana y de sus seguidores, busca encontrar el significado del mito. Sus principales exponentes son Sigmund Freud, Carl Gustav Jung y Jean Shinoda Bolean.
- Visión literaria y filológica: se enfoca en el análisis de la estructura del relato, su estilo, sus variaciones a lo largo del tiempo y su influencia artística. Encuentra en Max Müller y Joseph Campbell a sus mayores exponentes (Bettelheim, 2013; Beuchot, 1999 y Ferrater, 1994).

Vale la pena considerar que, sin importar qué visión se emplee, en ellos se percibe la importancia del simbolismo y de la imaginación. El ser humano se mantiene inalterable, lo que obliga a utilizar diversas miradas para una mayor comprensión y resignificación (Chevalier, 1986; Ferrater, 1994).

El mito y las distintas dimensiones de la vida del hombre

En una perspectiva psicológica integral, se distinguen seis grandes dimensiones en la vida del hombre; a saber: física, emocional, espiritual, social, familiar y ocupacional (escolar o laboral), a sabiendas de que cada una de ellas se puede subdividir en los aspectos que cada disciplina requiera según el cometido que se tenga (Casares y Siliceo, 2011). Cada mito influye en varias de estas dimensiones, lo que le da una gran riqueza y alcance (Bettelheim, 2013):

- Dimensión física: se refiere al cuidado del cuerpo y su salud, la alimentación, el ejercicio y la genitalidad. En los mitos del castigo de Prometeo y las pruebas de Heracles son ensalzadas la fuerza, la agilidad, la velocidad y la resistencia del prototipo del héroe (Miralles y Gómez, 2016).

- Dimensión emocional (también llamada personal o privada): se relaciona con la expresión, gestión y validez de emociones y sentimientos, así como la definición de metas y proyectos personales. En los mitos griegos de la caja de Pandora y de Narciso y Eco, así como en el de la Llorona en México, se aborda el dolor, el sufrimiento, la importancia de la medida y la obediencia y el amor propio, pero, sobre todo, el castigo por los propios actos (Diel, 1999).
- Dimensión espiritual: se ha comprendido de distintas maneras en las diferentes disciplinas. Por un lado, Eliade la comprende como la búsqueda de la trascendencia desde la naturaleza contingente del hombre, cuando lo sagrado irrumpen en su persona y lo orienta (Eliade, 1967; Gómez, 1987). Por su parte, Jung sostiene que la espiritualidad es una dimensión inherente a la vida psíquica del hombre que se liga al inconsciente y que le permite trascender al integrar el pasado individual y colectivo (arquetipos) con la conciencia y que lleva al individuo a su plena realización (Jung, 2016). San Juan Pablo II (1993) sostiene que es el proceso hacia la trascendencia la que da la luz del Evangelio, ya que permite descubrirse como hijos de Dios, lo que le permitirá vivir la vocación en el amor y en la contemplación. Sin duda el diluvio universal se da como fruto de la desobediencia del hombre a Dios, resaltando la importancia del actuar en la obediencia.
- Dimensión familiar: se enfoca en la estructura, roles, relaciones internas y su capacidad para satisfacer las necesidades y para proyectar el desarrollo de sus miembros, entre otros. Los mitos que pueden ser enmarcados en este rubro son la tragedia de Edipo Rey y el matrimonio entre Hera y Zeus, que marcan las normas, la importancia de la ética y los principios y valores que deben regirlos.
- Dimensión social: se relaciona con la interacción de las personas con el entorno inmediato, la comunidad y la cultura. Los mitos de la caída del titán Cronos, el de la fundación de Roma y el de la lucha entre Quetzalcóatl y Huitzilopochtli muestran cómo desde antiguo el hombre se ha preocupado por esta dimensión y por el orden social.
- Dimensión ocupacional: contempla el estudio, trabajo, profesión, rol laboral y la productividad de las personas. Es importante mencionar que no se relaciona forzosamente con una actividad económica, sino con todo aquello en lo que el hombre aplica la creatividad para su desarrollo. Por ejemplo, en la expulsión de Eva y Adán de paraíso se establece la necesidad de trabajar con el fin de obtener los bienes necesarios para la subsistencia de la persona (Bleger, 2022; Gómez, 1987).

El mito en la época comercial

A partir de 1920 aparecieron las primeras estaciones comerciales y películas animadas en diversas partes del mundo, por lo que los mitos, cuentos e histo-

rias encontraron nuevos medios para transmitirse. Por cuestiones económicas, comenzaron a adaptarse para llegar a mayor audiencia. Sin embargo, con la llegada de las nuevas tecnologías y de la inteligencia artificial, la comprensión y la función del mito migra hacia el consumismo y lo viral de la sociedad contemporánea. Esto ha llevado al mito a convertirse en un mecanismo de estimulación y de control económico y social, alejándose del campo de la existencia humana, lo que ha favorecido la creación de nuevos "mitos", como las narrativas de marcas (Barthes, 2023).

Con la llegada de la inteligencia artificial se terminó de alterar la estructura del mito, al modificarlo, fragmentarlo y modificar sus contenidos en función de los intereses económicos y no de enriquecimiento cultural. Esto hizo que perdieran su estabilidad tradicional y la capacidad de dar respuestas. Esta nueva realidad lo reduce a algo utilitario y desecharable en función de las tendencias del mercado (Jianwei, 2025).

Esta nueva dinámica tecnológica y social obliga al hombre a interactuar con una nueva realidad, que lo llevan a desarrollar y mantener una actitud crítica, analítica y reflexiva. No se deben demonizarse como distopía totalitaria, ni tampoco celebrarla como utopía tecnológica, solo entenderla para comprender su evolución (Jianwei, 2025).

Es así como los mitos dejaron de asumirse como una explicación del origen y destino del cosmos para verse reducidos a un sistema de comunicación que ya no orienta a la persona para la trascendencia, sino que se enfocan en darle a estas diversas perspectivas para responder a los constructos sociales (Barthes, 2023; Eliade, 1967).

Pese a estos cambios y sus consecuencias, que pueden ser analizadas desde diversas perspectivas filosóficas, antropológicas, económicas y sociales, el mito y los cuentos de hadas siempre han tenido una función intrapsíquica que, no obstante las nuevas realidades, se sigue presentando de manera constante, al ser estructurante de la identidad psicológica (Bettelheim, 2013; Guerrero y Barroso, 2019; Recalcati, 2014).

Importancia del mito en la dimensión psicológica

Cuando el niño nace, lo hace en una completa indefensión por la inmadurez de sus capacidades y habilidades para sobrevivir. Es gracias a la intervención de otras personas que se encargan de alimentarlo, cuidarlo y darle el soporte emocional que logra salir adelante e integrarse satisfactoriamente al mundo que le rodea (Guerrero y Barroso, 2019).

Es así como estos primeros cuidadores y las personas que le van auxiliando satisfacen sus necesidades fisiológicas, como alimentación, descanso, control de temperatura, etc., y de seguridad, como cuidado de salud, seguridad física, entre otras (Maslow, 2008). Estas personas no solo atienden necesidades, sino que favorecen la creación del apego con el niño y el tránsito de la inmadurez física y psíquica del infante hacia su desarrollo (Guerrero y Barroso, 2019; Mahler, 2013).

De esta manera, las narraciones se vuelven muy importantes durante los primeros años de vida del niño porque desarrollan el uso del lenguaje y le brindan una explicación de las relaciones, de lo que está bien y mal, de los valores humanos y sociales, de la definición de metas, pero sobre todo, le dan los elementos necesarios para que vaya delimitando y definiendo su estructura psíquica (Bettelheim, 2013).

Esto se debe a que, de manera natural, el ser humano siempre ha utilizado historias para expresar lo que siente, lo que vive y para describir cómo socializar y cuidar de los demás. A la vez, le sirven para transmitir ideas y procurar los cambios sociales y ambientales necesarios para vivir (Mendoza et al., 2022). Hoy en día las historias están no solo en la educación, sino también en las actividades recreativas: mueven al hombre a la acción al provocar tensión y toda clase de deseos (Escobar y Vargas, 2020). Antiguamente, las historias se transmitían de forma oral. Posteriormente, con el desarrollo de la escritura, comenzaron a registrarse y hoy circulan en formatos digitales (televisión, cine y redes sociales), en los que las personas reciben fragmentos públicos que reinterpretan y resignifican de manera personal.

Esta necesidad de contar o de representar vivencias y pensamientos se observa desde las cuevas de Altamira y Parpallo. En estas se advierten cazadores, lanzas y presas pero, al observarse en conjunto, es posible identificar elementos, manejos simbólicos y representaciones de género. Es decir, del dibujo concreto se abstrae a lo simbólico y se abordan temas como lo masculino, lo femenino, los tipos de agrupaciones sociales y la belleza (Llobregat, 1979). Así como el hombre prehistórico evoluciona y se adentra en el lenguaje y en lo simbólico, el niño madura y conoce el mundo que lo rodea (Bettelheim, 2013).

Esto se consigue gracias a los mecanismos de defensa. Primeramente, la identificación permite al niño encontrar semejanzas con el medio circundante; posteriormente, por medio de la introyección, el niño se apropiá de la realidad, al incorporarla y hacerla suya; y, finalmente, por medio de la idealización, la persona le da un valor afectivo, cognitivo o simbólico a alguna realidad que le permite vivirlo con mayor valor o importancia (Freud, 2024a).

Es así como en el mito, la persona realiza una autointerpretación de sí misma y de la realidad que la circunda, ya que ellos "son esenciales para el proceso de man-

tener y vivir nuestras almas con el fin de que nos aporten nuevos significados en el mundo difícil y a veces sin sentido" (May, 1992, p. 22). Esta realidad psíquica se da gracias a la escisión de la mente, ya que esta puede vivir psicológicamente en dos realidades distintas: una circundante, en la que interactúa de una manera concreta, y otra emocional, en la que se definen significados, ideas y razonamientos que no siempre se podrían considerar ontológicamente verdaderos, pero ciertos para la conciencia (Mirotti, 2019; Rank, 1993).

Este mecanismo, que a primera vista podría parecer enfermizo o desadaptativo, realmente favorece la adaptación de la persona. Cuando el niño sale de casa en búsqueda de nuevas realidades es inevitable que haga una comparación de las características de sus padres y de cómo es tratado por ellos, con lo que inconscientemente establecerá por medio de la imaginación nuevos límites. En el plano de la fantasía, puede incluso soñar que los intercambia:

el esfuerzo por sustituir al padre real por otro más distinguido, no es sino la expresión de la nostalgia de un niño por aquella época feliz desaparecida, en que el padre parecía todavía el más fuerte y más grande de los hombres, y a la madre la más buena y hermosa de todas las mujeres. (Rank, 1993, p. 86)

Gracias a la escisión se da el entrejuego de imágenes, figuras y fantasías que se ve nutrido por todo cuento, historia, mito, narración o incluso experiencia que sea narrada por los padres, el medio circundante, y la tradición histórica y social, agentes que van educando y formando la capacidad para establecer vínculos por parte del niño.

Posteriormente, gracias a la introyección, se va adueñando tanto de lo manifiesto como de lo latente o simbólico de cada uno de ellos. Sin embargo, tanto la mitología como el cuento de hadas y otras historias van transformando su pensamiento que, según autores como Bettelheim (2013) y Rojas y Arroyo (2020), lo llevarán a: (a) organizar las experiencias humanas; (b) identificar la secuencia lógica de los actos y las consecuencias de estos; (c) compartir las experiencias tanto del autor como de los narradores de la historia; (d) expresar pensamientos y sentimientos que favorecen la proyección, introyección e identificación proyectiva, tanto con el protagonista como con otras que figuran en la historia; (e) centrarse en la vivencia individual y social; y (f) tener la capacidad para manejar la ansiedad (Rank, 1993) y la regresión al llegar a la edad adulta y al desarrollo de una estructura psíquica más madura (Bergeret, 2001).

Es importante no dejar a un lado que, en el mito, al hombre se le permiten cosas y se le prohíben otras reservadas para los dioses. Lo anterior se replica en el

comportamiento social desde la horda primitiva hasta nuestros días por medio de estructuras sociales, económicas y políticas. De ahí dirá Freud (2024d) que, tanto en el mito como en los sueños, se manifiestan los deseos más profundos e intrínsecos del hombre, por lo que, al interiorizarlos, según May (1992):

- El hombre puede dar sentido a la falta y a su vida.
- Se identifica con otros que a su vez tienen carencias.
- Afinca su sentido de comunidad.
- Encuentra un porqué de los valores morales.
- Se cuestiona y resuelve el misterio de su creación.

Si el aparato psíquico es algo dinámico, todo aquello que ayude a darle sentido a la vida de la persona será experimentado de igual manera. Con el paso del tiempo y a través de las distintas generaciones, al mundo de lo simbólico se le atribuyen nuevos aspectos y se le piden nuevas respuestas, distintas a las originales (Freud, 2024b). Este proceso no se da exclusivamente en el mito, sino en cualquier creación como la poesía, los cuentos y todo tipo de manifestaciones artísticas (Freud, 2024a).

El mito personal

Dentro de la escuela psicoanalítica será Ernst Kris (1900-1957) quien, un año antes de su muerte, define al mito personal como el proceso emocional por el que el paciente defiende una explicación lógica e incuestionable sobre la que fundamenta su autobiografía (Kris, 1956; Santamaría, 2001). Este proceso se vuelve fundamental para definir la identidad, los gustos y las metas de la persona, y solo cuando en el espacio terapéutico se le “permite al paciente tomarse en serio sus mitos, y aparezcan éstos en forma de sueños, asociaciones libres o fantasías”, es posible llegar a los núcleos fundamentales de su persona y a sus áreas más sensibles (May, 1992, p. 22).

Santamaría (2001), al hacer esta distinción entre la realidad externa y la interna o psíquica, sostiene que no se puede definir una con mayor veracidad que la otra, ya que mientras la ontología verifica la circundante, será la comprensión del mito personal la que valide la segunda, misma que puede ser desmenuzada en el análisis psicoanalítico.

Si bien es cierto que Freud (2024c, 2024d y 2024e) nunca habló del mito personal, sí desarrolló el tema de las fantasías originarias, las cuales son de origen inconsciente pero que estructuran la vida psíquica. Entre ellas se encuentra la de la escena primaria, las fantasías de seducción y de castración. Sostiene que no es forzosamente una experiencia traumática la que las genera, sino que son el-

boraciones que se van estructurando a lo largo de la infancia para darle sentido al comportamiento y adaptación del sujeto a la vida social y que, una vez instauradas, estarán presentes toda la vida.

Por su parte, al hablar de la necesidad de la persona de estructurar lo real, Lacan (2025) sostiene que, construyendo el mito personal, el individuo le da sentido a su origen, a su identidad y a su deseo. Obviamente al elaborarlo con ayuda de trabajo terapéutico, mejoran sus relaciones familiares porque su comprensión y visión del otro se clarifica. El comprenderlo hace que la persona se vea diferente ante la mirada del otro.

Así como el mito se va transformando desde una perspectiva antropológica, el mito personal no es estático en la construcción psíquica. Conforme la persona madura, se va reconstruyendo y adquiere nuevas dimensiones, convirtiéndose en un recurso para el desarrollo y el crecimiento, o bien en una fuente de sufrimiento neurótico (Lacan, 2007; Bigras, 1990).

Es así como el mito personal es una construcción intrapsíquica que direcciona el impulso, organiza la estructura psíquica, fundamenta la identidad y regula el conflicto. Se convierte, entonces, en un tema central que es necesario abordar en los espacios terapéuticos, no como historias falsas, sino como realidades internas. De ahí que, al enfocar su trabajo en dicho aspecto, el psicoterapeuta favorece a que el paciente (May, 1992):

- Alcance una mayor capacidad para simbolizar.
- Disminuya la angustia al racionalizar por medio de la simbolización.
- Disminuya sus síntomas neuróticos al tener un mejor manejo de la ansiedad.
- Canalice sus frustraciones y ansiedad hacia actividades creativas como el arte, el deporte y el desarrollo de diversas áreas de la vida humana.
- Tenga recursos para no caer con facilidad en el abuso de substancias.

Conclusiones

El mito se va transformando con cada generación. Su comprensión y vivencia no pueden reducirse a algo estático: se trata de un proceso dinámico que expresa el sentido de la vida, las necesidades individuales y sociales de un pueblo y, sobre todo, el sentido de pertenencia y de identidad propios del momento histórico en el que es reinterpretado.

Cada generación tiene la posibilidad de alcanzar un mayor desarrollo que la previa, ya que parte de los conocimientos y de la experiencia que sus padres le están dejando. Aunado a esto, hay que considerar que el desarrollo poblacional y las nue-

vas necesidades movilizan la creatividad, la exploración y los nuevos descubrimientos. Aunque es cierto que en esa búsqueda se ha llegado a guerras, destrucción y retroceso, es inevitable que el hombre se reencauce hacia un mejor desarrollo de sí mismo y del entorno.

Esta tendencia del ser humano lo lleva a la reinterpretación del mito, no porque se vuelva obsoleto o anacrónico, sino porque es necesario que sea releído desde un nuevo contexto histórico. Es importante mencionar que esta relectura muchas veces se hace de manera inconsciente y como parte de tendencias sociales que no siempre siguen a la academia.

Es cuando se da un proceso circular en el que el mito sienta las bases de la identidad social, que define los roles y papeles dentro de los sistemas familiares, que a la vez fincan la personalidad del individuo. Cuando crezca, reinterpretará los mitos y los transmitirá, con el cúmulo de sus experiencias, a la nueva generación.

Esta visión permite retomar las aportaciones de autores como Assagioli (2012), May (1992) y Engel (1975), entre otros, que enfatizan la importancia de contemplar en el desarrollo del hombre todas sus dimensiones, desde la física, psicológica y espiritual hasta la familiar y la social.

El mito es fundamental para configurar la identidad individual y social; al mismo tiempo, constituye un medio para obtener recursos emocionales que permitan enfrentar limitaciones, catástrofes y adversidades, aunque también ha sido origen de conflictos, guerras, discriminación y destrucción. Tampoco se puede cerrar los ojos a que muchas veces se inventaron mitos para sostener imperios, invadir pueblos y justificar regímenes políticos.

Es decir, el mito regula deseos y sueños, pero a la vez define lo que es correcto de lo que no lo es. Por otro lado, promueve la cultura y brinda o limita recursos para relacionarse con el medio ambiente, con las personas y los demás seres vivos. Cuando por alguna circunstancia una persona o un grupo de individuos se han opuesto a ella, son expulsados o incluso sacrificados por el bien común.

A lo largo de la formación del niño, los cuidadores y educadores son los encargados de brindarle las experiencias necesarias para que identifique sus sentimientos, regule sus emociones, emplee adecuadamente sus recursos intelectivos y establezca los vínculos y las relaciones sociales necesarias para su desarrollo como persona. Pero cuando, por circunstancias diversas, estas experiencias terminan menoscabando la maduración, el mito personal deja de ser un medio de crecimiento y se convierte en una limitación psíquica.

Estas limitaciones surgen cuando la persona comienza a explicar su existencia a partir de un mito personal, mediante el cual justifica sus carencias, sufrimientos

o incapacidades, llegando incluso a sostener que su desarrollo ha quedado truncado por determinadas experiencias y que, por más intervenciones terapéuticas que reciba, no logrará resolverlas.

Esto inevitablemente muestra cómo el mito vive esta doble realidad y que, como toda construcción humana, no está libre de sus riquezas y miserias. Hoy en día, cuando el desarrollo tecnológico abre la puerta de la inteligencia artificial a todo el mundo, el papel del mito comienza a modificarse, dando paso a una interpretación cada día más individual. En este sentido, el Papa León XIV afirmó:

La inteligencia artificial con su potencial inmenso requiere, sin embargo, responsabilidad y discernimiento para orientar los instrumentos al bien de todos, de modo que puedan producir beneficios para la humanidad. Y esta responsabilidad nos concierne a todos, de acuerdo a la edad y a los roles sociales. (León XIV, como se citó en Ruiz, 2025)

Aunque la tecnología nos ofrece nuevos retos, el mito siempre estará presente como un configurador de la vida individual y social, y es en la reflexión humanista donde se podrá clarificar su importancia, sus alcances y limitaciones para las nuevas generaciones.

Referencias

- Alcina, F. J. (1984). *El mito ante la antropología y la historia*. Centro de Investigaciones Sociológicas.
- Advani, S. (2024). *Ratzinger on Religius Pluralism*. Emmaus Academi.
- Assagioli, R. (2012). *Psychosynthesis: A Collection of Basic Writings*. Synthesis Center Inc.
- Barthes, R. (2023). *Mitologías*. Siglo XXI.
- Bettelheim, B. (2013). *Psicoanálisis de los cuentos de hadas*. Booket.
- Bergeret, J. (2001). *Personalidad normal y patológica*. Gedisa.
- Beuchot, M. (1999). *Las caras del símbolo: el ícono y el ídolo*. Caparrós Editores.
- Bigras, J. (1990). Le mythe personnel. *Revue française de psychanalyse*, 54(5), 1215-1224.
- Bleger, J. (2022). *Psicología de la conducta*. Paidós.
- Casares, D. y Siliceo, A. (2011). *Planeación de vida y carrera*. Limusa.
- Chevalier, J. (1986). *Diccionario de los símbolos*. Herder.
- Cruz, J. (1971). Sentido antropológico del mito. *Anuario Filosófico*, 4(1), 31-84.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2783326E>

- Diel, P. (1999). *El simbolismo en la mitología griega*. Idea Books.
- Engel, G. L. (1975). The Death of a Twin: Mourning and Anniversary Reactions—Fragments of 10 Years of Self-Analysis. *International Journal of Psycho-Analysis*, 56(1), 23-40.
- Escobar, G. y Vargas, J. V. (2020). La narración de historias y el desarrollo de contenidos publicitarios en redes sociales: El caso de Bimbo (México). *RECAI Revista de Estudios en Contaduría, Administración e Informática*, 9(26), 46-56. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=637969125003>
- Eliade, M. (1967). *Lo sagrado y lo profano*. Planeta.
- Eliade, M. (1968). *Mito y realidad*. Guadarrama.
- Ferrater, J. (1994). *Diccionario de filosofía*. Ariel.
- Freud, S. (2024a). El motivo de la elección del cofre. En J. Strachey (Ed. y Trad.), *Sigmund Freud, obras completas* (vol. 12). Amorrortu.
- Freud, S. (2024b). Sobre la conquista del fuego. En J. Strachey (Ed. y Trad.), *Sigmund Freud, obras completas* (vol. 22). Amorrortu.
- Freud, S. (2024c). Las fantasías histéricas y su relación con la bisexualidad. En J. Strachey (Ed. y Trad.), *Sigmund Freud, obras completas* (vol. 9). Amorrortu.
- Freud, S. (2024d). Complemento metapsicológico a la doctrina de los sueños. En J. Strachey (Ed. y Trad.), *Sigmund Freud, obras completas* (vol. 15). Amorrortu.
- Freud, S. (2024e). Conferencias de introducción al psicoanálisis (Parte III). En J. Strachey (Ed. y Trad.), *Sigmund Freud, obras completas* (vol. 16). Amorrortu.
- Freud, S. (2024f). El yo y el ello. En J. Strachey (Ed. y Trad.), *Sigmund Freud, obras completas* (vol. 19). Amorrortu.
- Gómez, P. (1987). Religión popular y mesianismo. *Misión Abierta*, 4, 93-102.
- Grimal, P. (1997). *Diccionario de mitología griega y romana*. Paidós.
- Guerrero, R. y Barroso, O. (2019). *Cuentos para el desarrollo emocional desde la teoría del apego*. Marcombo. <https://elibro.net/es/lc/anahuac/titulos/281198>
- Jianwei, X. (2025). *Hypnocracy*. Edizioni Tlon.
- Juan Pablo II, Sn. (1993). *Carta Encíclica Veritatis Splendor*. La Santa Sede. http://www.vatican.va/content/john-paul-ii/es/encyclicals/documents/hf_jp-ii_enc_06081993_veritatis-splendor.html
- Jung, C. (2016). Tipos psicológicos, Carl Gustav Jung, *obras completas* (vol. 6). Trotta.
- Kris, E. (1956). The personal myth. *Journal of the American Psychoanalysis*, 4(4), 653-681.
- Lacan, J. (2007). *Le Mythe individuel du névrosé: structure et genèse des névroses*. Seuil.
- Lacan, J. (2025). *Escritos 1*. Siglo XXI.

- Lévi-Strauss, C. (1968). *Mitológicas, I: Lo rudo y lo cocido*. Fondo de Cultura Económica.
- Lévi-Strauss, C. (1972). *Mitológicas, II: De la miel a las cenizas*. Fondo de Cultura Económica.
- Llavata, S. A. (2021). Los doce trabajos de Hércules (1417) de Enrique de Villena: continuidades estilísticas y codificación fraseológica. *Anuario Galego de Filología*, 48, 1-40. <https://doi.org/10.15304/verba.48.6758>
- Llobregat, E. A. (1979). La pintura en Altamira y Parpalló: un centenario y un cincuentenario. *Archivo de arte valenciano*, (50), 97-104. <https://roderic.uv.es/items/02050d26-5624-463d-aac8-854824778053>
- Losada, J. M. (2010). *Mito y mundo contemporáneo. La recepción de los mitos antiguos, medievales y modernos en la literatura contemporánea*. Levante Editori
- Mahler, M. (2013). *El nacimiento psicológico del infante humano: simbiosis e individuación*. Enlace.
- Maslow, A. (2008). *Motivación y Personalidad*. Ediciones Díaz de Santos.
- May, R. (1992). *La necesidad del mito, la influencia de los modelos culturales en el mundo contemporáneo*. Paidós.
- Mendoza, R. G., Sandoval, J. C. y Martínez, P. (2022). Aprendizaje situado a través de historias locales: posicionando preocupaciones, conocimientos y prácticas socioecológicas en la escuela. *Nóesis: Revista de Ciencias Sociales*, 31(61), 89-108. <https://doi.org/10.20983/noesis.2022.1.5>
- Miralles, C. y Gómez, P. (2016). *La mitología griega*. Editorial UOC. <https://elibro.net/es/ereader/anahuac/58483?page=12>
- Mirotti, M. Á. (Coord.) (2019). *Recursos defensivos del yo: mecanismos de defensa. Brujas*. <https://elibro.net/es/lc/anahuac/titulos/117787>
- Rank, O. (1993). *El mito y el nacimiento del héroe*. Paidos.
- Ratzinger, J. (2016). *Introducción al cristianismo*. Sígueme.
- Recalcati, M. (2014). *El complejo de Telémaco*. Anagrama.
- Reyes, A. (2018). *Mitología griega*. Fondo de Cultura Económica. <https://elibro.net/es/ereader/anahuac/110804?page=40>
- Rojas, B. P. y Arroyo, A. (2020). Perspectiva hermenéutica y vigencia de los modelos narrativos para la investigación en ciencias sociales, en *Universitas Humanística*, (89), 1-10. <https://www.redalyc.org/journal/791/79174780009/79174780009.pdf>
- Rosas, A. (16 de noviembre de 2012). Entrevista al paleobiólogo Antonio Rosas: Los neandertales no eran ni mejores ni peores que los homo sapiens, solo diferentes. *Tribuna Complutense*. <https://www.ucm.es/tribunacomplutense/80/art1267.pdf>

- Ruiz, L. A. (2025). León XIV: la Inteligencia Artificial grabada en su nombre. *L'Osservatore Romano*. <https://www.osservatoreromano.va/es/news/2025-05-spa-006/leon-xiv-la-inteligencia-artificial-grabada-en-su-nombre.html>
- Santamaría, A. (2001). El mito personal en la contratransferencia. *Cuadernos de Psicoanálisis*, 34(1-2), 39-48.
- Symonds, J. A. (1995). *El Renacimiento en Italia*. Fondo de Cultura Económica.
- Toman, R. (1995). *El Arte en la Italia del Renacimiento*. Mateu Cromo Artes Gráficas, S.A.