



Image: http://blogs.discovermagazine.com/outthere/files/2014/03/standingUpInTheMilkyWay_008_Cosmos.jpg

Bitácora

La psicología transpersonal y las aventuras del ser

EDUARDO ESTRADA LOYO

El mundo en el que vivimos requiere de ciertos parámetros para comprobar la existencia de las cosas que nos rodean y nos contienen. Para demostrar que un fenómeno existe, éste tiene que ser medido, evaluado, verificado y validado con criterios determinados por la corriente principal del conocimiento. Para que una persona sea relevante, las medidas para valorar su influencia deben estar de acuerdo con cuantificaciones económicas, financieras, fiduciarias, etc. Dime cuánto posees y te diré quién eres.

El psicólogo alemán Erich Fromm (1900-1980), en *Tener y ser*, menciona que nuestra sociedad ha perdido el rumbo en cuanto a la importancia del ser humano y los valores que nos rigen, donde la diferencia estriba

entre una sociedad interesada en las personas y otra interesada en las cosas.

Nuestra cultura reconoce sus verdaderos orígenes en las sociedades griega y romana, culturas madres de Occidente, las cuales, a su vez, adquirieron su estructura social y económica de los antiguos pueblos mesopotámicos (caldeos, sumerios, babilonios, etc.). Sin embargo, el mundo occidental ha tenido verdaderos momentos de exaltación espiritual, como lo atestiguan los viejos imperios medievales, los cuales se consideraban herederos del Sacro Imperio Romano, y se adjudicaban, entre otros títulos, el ser católicos, apostólicos y romanos. Sin embargo, debemos reconocer a ciertos personajes públicos que practicaron un verdadero misticismo a ultranza como el

emperador Carlomagno. En cuanto al resto de los individuos que conforman la sociedad, éstos siempre han sido cooptados por el capital, la obtención de recursos y el disfrute de los bienes materiales, cuando no se dedican a hacer la guerra. Eso sí, con el símbolo de la cruz cristiana por delante. Incluso la iglesia católica, desde la época de Constantino, El Grande (272dC.-337dC.), fue perdiendo sus verdaderos fundamentos místico-espirituales para convertirse en una institución dogmática, autoritaria, sustentadora del poder terrenal y de los bienes materiales. Sin embargo, personajes como san Francisco de Asís, Juan de la Cruz (1542-1591) y Teresita de Jesús (1515-1582) sufrieron en carne propia y en espíritu los rigores de la Iglesia católica como consecuencia de vivir y predicar los valores cristianos revelados por Jesús de Nazaret, los cuales la Iglesia católica hacía mucho tiempo había dejado de practicar.

¿Cómo reaccionaría nuestra sociedad contemporánea ante los arrebatos de exaltación mística que los caracterizaron? Por ejemplo, *Cánticos espirituales*, de Juan de la Cruz, con el tiempo, ha ido siendo ajustada a la ortodoxia y los cánones exigidos por la institución católica, por lo que han perdido el mensaje y la intensidad espiritual imbuidos por su autor. En cuanto a Teresita de Jesús, por sus arrebatos místicos, en nuestra época seguramente la hubieran encerrado en un sanatorio para enfermos mentales, y a Jesús de Nazaret ya todos sabemos cómo le fue. Motivo por el cual dilucidamos que, en nuestra cultura occidental, la espiritualidad no “comulga” con la concepción fiscalista de lo real y con los valores materialistas que nos rigen, por lo que las experiencias y las prácticas relacionadas con el espiritualismo se descartan como elementos acreditados en el desarrollo del potencial humano, siendo discriminadas y reprimidas socialmente todas sus expresiones por parte del individuo fuera de un contexto relacionado con los rituales religiosos, dentro del marco prestablecido por las iglesias que gobiernan las distintas religiones.

Sin embargo, la psicología ha entrado al quite para llenar este vacío existencial. Porque tiene las herramientas y las técnicas necesarias para que las personas superen el conflicto subsistente entre el individuo y la sociedad sin sacrificar por ello su salud psíquica y emocional.

Williams James, psicólogo estadounidense (1842-1910), en la titulada *The Varieties of Religious Experiences* (*Las variedades de la experiencia religiosa*), menciona que a las experiencias espirituales, materialmente trascenden-

tes, debe dárseles un enfoque psicológico. Es precisamente James el antecedente, contemporáneo, más lejano en utilizar el término *transpersonal*. Posteriormente, Roberto Assagioli (1888-1974), a través de sus teorías y diversos estilos terapéuticos enfocados en aspectos relacionados con la espiritualidad desarrolló lo que, a *posteriori*, conocemos como *psicología transpersonal*.

Pero, ¿qué es la psicología transpersonal? Antes que nada cabe aclarar que la psicología transpersonal no es privativa de ninguna corriente psicológica. No obstante, desde la perspectiva transpersonal, el psicoanálisis freudiano ha sido fundamental al incluir la idea del *inconsciente*. Sin embargo, los orígenes formales de este enfoque datan de la década de los sesenta del siglo pasado con las aportaciones de Carl G. Jung, Abraham Maslow, Ken Wilber y Stanislav Groff.

Abraham Maslow (EE.UU., 1908-1970), uno de los fundadores de la escuela de la *psicología humanista*, enuncia como uno de sus fundamentos el relieve de la experiencia no verbal y los estados alterados de conciencia detallados como estados de unificación e interconexión espiritual que, según él, no deberían abordarse a través de un encuadre psiquiátrico, como usualmente se hace, sino a través de un proceso psicoterapéutico que ayude a la persona a encontrarse a sí misma, con el fin de realizar su potencial. El proceso de encontrarse a sí mismo ya lo había definido anteriormente Carl. G. Jung, creador de la Escuela de Psicología Analítica, como un “proceso en que el individuo encuentra su peculiaridad más interna, última e incomparable, llegar a ser uno mismo”, según palabras del propio Jung, a todo lo cual denominó *proceso de individuación*.

Para la psicología transpersonal, salud no es lo mismo que normalidad. *Normalidad* es el estado de conciencia en el que se encuentra la mayoría de los individuos, derivado de los requerimientos del entorno social, la cual en gran medida sacrifica su desarrollo y su realización plena para satisfacer los requerimientos de control del orden social. Tiene, como consecuencia, una pérdida del equilibrio emocional y mental; fenómeno que Sigmund Freud definió como neurosis. Las neurosis son una serie de mecanismos de defensa y adaptación con los que el individuo trata de enfrentar la ansiedad y la angustia (estrés), productos de la decepción y la frustración de no poder consumir sus deseos de autorrealización, principalmente en los aspectos sexual y espiritual entre otros. La autorrealización se refleja, por consiguiente, en un

desarrollo *saludable* del ser humano; por lo que la psicología transpersonal promueve (entre otros aspectos del potencial humano) el desenvolvimiento de la dimensión espiritual a través de las experiencias místicas, tranes sistémicos y vivencias metafísicas o parafísicas.

Otra aportación de Carl Jung, desde la cual se nutrió la psicología transpersonal, es la idea del *inconsciente colectivo*, concepto que Jung tomó a partir del inconsciente freudiano. Si para Freud el inconsciente es el conjunto de los contenidos reprimidos mantenidos al margen de la conciencia, el inconsciente colectivo jungiano trasciende al inconsciente personal al postular la existencia de un sustrato común a los seres humanos de todos los tiempos y de todos los lugares del mundo y, siempre según Jung, constituido por símbolos que expresan el contenido de la psique. Dichos símbolos ancestrales conforman lo que Jung ha dado en llamar “imágenes arquetípicas”, siendo éstas las que aparecen en los sueños, fantasías, mitos y leyendas relacionados con motivos religiosos, sexuales y espirituales de todas las culturas. Con esta idea, Jung emprende una aventura más allá de los límites de la conciencia personal, a través de lo que los psicólogos han dado en llamar *conciencia oceánica*, lo cual coincide con las prácticas religiosas orientales en las que, a través de ejercicios de relajación y respiración, el individuo logra una conexión con el *todo*, diluyendo su ego en el *nirvana*. Así la psicología transpersonal busca ubicar la conciencia individual en un nivel supraconciente, conciencia acrecentada transpersonal. Dicha posición existencial se relaciona con la muerte o trascendencia del *ego*, o del *yo*, del cual su desarrollo fue imprescindible al infante en la construcción de una personalidad adulta para enfrentar a través de un proceso de adaptación al entorno social y sus demandas. Dicho *ego (yo)* con el tiempo se convierte en un serio obstáculo para lograr la expresión del *sí mismo* o autorrealización, para lo cual hay que dejar atrás apegos, prejuicios, inhibiciones, temores, etc., los cuales obstaculizan el acceso a la experiencia supraconciente y al pleno desarrollo de sus posibilidades individuales. La psicología transpersonal aspira al ejemplo de aquellos seres humanos que habiendo expandido su conciencia a través de una experiencia transpersonal actúan y nos hablan desde allí, como Buda, Cristo, Ghandi, etc., quienes representan el potencial espiritual que todos tenemos y que suele derivar en expresiones incidentales, a menudo con gran sufrimiento por parte del individuo que las experimenta, al generar

síntomas que son, como ya se mencionó, considerados como patológicos, y por lo que dichos síntomas se suprimen por vía química (psicofármacos), y perpetúan de esta forma los viejos bloqueos generados por el ego.

“Todo evoluciona o tiende a evolucionar en un proceso de trascender y convertirse en entidades mayores y complejas”, así define el psicólogo Ken Wilber (1949, EE.UU.) las aventuras del ser en un contexto evolucionista, en el cual el mundo se rige por un movimiento continuo hacia el perfeccionamiento; evoluciona el universo desde la explosión cósmica de un átomo infinitesimal para que la energía brotada del “huevo cósmico” se transforme en materia y dé pie al nacimiento de los astros y las estrellas, las cuales, a su vez, generan los elementos precisos para que se produzca la vida, y ésta evoluciona para transformarse en seres conscientes de sí mismos, los a que a su vez se sujetan al proceso evolutivo del perfeccionamiento, *ad infinitum*.

Para Wilber, la conciencia es multidimensional y está compuesta por muchos niveles. Para él cada escuela psicológica y cada religión se centran en un nivel distinto, por lo que en lugar de contradecirse se complementan, siempre y cuando cada enfoque se aplique correctamente al nivel que le corresponde. Wilber propone la idea de la *educación integral*; en ella primero se tiene que reconocer en el ser humano más de una dimensión: corporal, intelectual, emocional y espiritual, que necesitamos integrar desde los puntos de referencia ético, moral científico y religioso. Wilber considera que “la vida es una ilusión, un juego luminoso en que el espíritu se ejercita en la materia, éste es el significado de la palabra sanscrito *maya*; ver las cosas como separadas del espíritu, entonces aparecen como reales, pero si podemos verlas sólo como manifestaciones del espíritu, entonces son acciones creativas”. Sin embargo, aunque Wilber actualmente reniega de sus aportaciones a la psicología transpersonal, sus conceptos integristas en lo que considera los aspectos religiosos y espiritualistas del ser humano lo ubican en el plano de lo transpersonal.

“Nuestra percepción del mundo está limitada por el radio de alcance de los sentidos y por la configuración de nuestro entorno. En los estados transpersonales estas limitaciones parecen trascenderse. El tiempo y el espacio dejan de tener límites. Un estudio detallado de esas experiencias muestra fenómenos que desafían seriamente la cosmovisión de la ciencia”, menciona Stanislav Groff.

Cuando la farmacéutica suiza Sandoz sintetizó en

1954 la dietilamida de ácido lisérgico (LSD por sus siglas en inglés) y le envió unas muestras al Instituto de Investigaciones Psiquiátricas de Praga, Stanislav Groff, quien en ese entonces laboraba en dicho centro, comenzó a trabajar sobre su probable uso clínico, como ya lo había experimentado previamente su descubridor, el científico suizo Albert Hofmann. Groff se percató que aquella sustancia podía cambiar profundamente la conciencia de los sujetos, durante un periodo de seis a diez horas. Como Groff, la comunidad psiquiátrica de la época también pensó que si el LSD era capaz de alterar la psique de tal forma, lo podrían usar para ayudar a los pacientes esquizofrénicos, por lo que decidieron comenzar a experimentar personalmente para comprobar su hipótesis de si alterando su conciencia mejorarían sus pacientes.

Formado en un ambiente político-económico donde prevalecían las ideas del materialismo dialéctico de la antigua Unión Soviética (URSS), Groff, como científico, consideraba que todo lo espiritual era pensamiento mágico primitivo y pensaba que las personas con experiencias místicas eran unos psicóticos. Para ellos las visiones de Mahoma y otros místicos eran consideradas como un trastorno de la personalidad. Sin embargo, sus experiencias con el LSD lo llevaron a la espiritualidad. “Cuando experimentas con esa droga pasas por distintos estados: uno muy visual, colores y formas geométricas y otro en el que puedes revivir cosas de tu pasado personal, incluso tu nacimiento. Y, finalmente, puedes llegar a la experiencia transpersonal en la que se rompen los límites del cuerpo; es una experiencia de absoluto, unidad con la gente, con la naturaleza, con el universo, teniendo mucho que ver con lo que narran los místicos cristianos o los textos clásicos del budismo. Mi experiencia con el LSD me llevó a la espiritualidad”, señala Groff. Algunas de las experiencias narradas por Groff se relacionan con secuencias de muerte y renacimiento. Otras implicaban sensaciones de unidad con el cosmos y en algunos casos recuerdos de vidas pasadas. Sin embargo, hay que señalar que el LSD no tiene un poder intrínseco positivo o negativo, depende del uso, la preparación, la calidad, la dosis, la metodología y el entorno, “nuestros experimentos nada tenían que ver con las fiestas psicodélicas”, afirma, y propone que el modelo actual de la psique humana es muy limitado, ya que el encuadre

freudiano, de que todo viene de la infancia y de la conciencia individual, es un modelo caduco, dado que sus experimentos le permitieron entender que la psique y la conciencia son algo mucho más amplio. Groff afirma haber encontrado, en sus investigaciones y experiencias clínicas como psicoterapeuta, que las causas de algunos trastornos psicósomáticos pueden estar más allá de su biografía, dado que muchas de las personas, con las que ha trabajado por medio de la técnica respiratoria ideada por él para suplir el uso de psicodélicos, que llamó respiración holotrópica (un método de respiración acelerada que lleva a los estados alterados de conciencia), le han proporcionado información precisa de vidas pasadas, las cuales han sido cotejadas por él mismo.

Para concluir, dejo la definición de la Wikipedia del término *transpersonal* que significa “más allá” o “a través” de lo personal, refiriéndose a las experiencias, procesos y eventos que trascienden a lo que se considera una limitada sensación de identidad y que permite experimentar una realidad mayor y más significativa.

Fuentes:

- <http://www.enxarxa.com/biblioteca/FROMM%20Tener%20y%20Ser.pdf>
- https://es.wikipedia.org/wiki/Psicolog%C3%A9Da_transpersonal
- https://es.wikipedia.org/wiki/Psicolog%C3%A9Da_humanista
- <http://psicopag.galeon.com/transpersonal.htm>
- http://www.biografiasyvidas.com/biografia/c/constantino_i.htm
- <http://psicologosenmadrid.eu/neurosis/>
- http://psicologiatranspersonal.org/que_es_la_psicologia_transpersonal.html
- <http://www.freelibros.org/psicologia/el-espectro-de-la-conciencia-ken-wilber.html>
- http://www.concienciasinfronteras.com/PAGINAS/CONCIENCIA/Wilber_Torrent.pdf
- <http://www.onirogenia.com/entrevistas/stanislav-grof-fundador-de-la-psicologia-transpersonal/>