

# **Tecana American University**

**Bachelor of Arts in Transpersonal Counseling**



## **Informe N° III**

**Fundamentos de la Psicología Transpersonal. Teorías y Habilidades de asesoramiento**

**( Foundations of Transpersonal Psychology (TC405)**

**Counselling Skills and Theories (TC427) ).**

**“Por la presente juro y doy fe que soy el único autor del presente informe y que su contenido es fruto de mi trabajo, experiencia e investigación académica”**

**Student: Pablo J. Cabrera**

**Buenos Aires, abril 2018**

## Índice

### Psicología Transpersonal y Counseling

Capítulo 1. Psicología Transpersonal.....	Pág.4.
1.1 Introducción.....	Pág. 4.
1.2 Principales autores, nociones y conceptos.....	Pág. 6.
▪ William James. Pragmatismo y psicología de la religión.....	Pág. 6.
▪ Richard Maurice Bucke y la conciencia cósmica.....	Pág. 8.
▪ Roberto Assagioli y la Psicósíntesis. ....	Pág.10.
▪ Abraham Maslow y la psicología humanista .....	Pág.15.
▪ Carl Gustav Jung y la psicología analítica.....	Pág.22.
▪ Ken Wilber y la psicología integral.....	Pág.35.
▪ Stanislav Grof y la psicología transpersonal.....	Pág.37.
Capítulo 2. Counseling.....	Pág.43.
2.1 Introducción.....	Pág.43.
2.2 Principales nociones y referentes del counseling.....	Pág.44.
▪ Carl Rogers y la psicoterapia centrada en el cliente.....	Pág.44.
▪ Fritz Perls y la terapia Gestáltica.....	Pág.47.
Conclusión.....	Pág.50.
Fuentes y bibliografía.....	Pág.51.

El propósito de este trabajo se encausa dentro de los siguientes objetivos:

Objetivo General:

Introducir al lector en la temática del counseling y de la psicología transpersonal, brindando la información necesaria acerca de sus fundamentos, marco teórico, su historia, sus principales nociones, campo de acción, diferencias y similitudes entre las distintas prácticas psicoterapéuticas, según los autores más renombrados de cada área.

Objetivos específicos

- 1- Brindar herramientas teóricas que sirvan como base competente capaz de aplicarse en el autoanálisis y en consultas terapéuticas.
- 2- Ampliar el entendimiento acerca de la psicología general tomando estas nuevas tendencias como una profundización que ahonde más allá de las nociones básicas de esta disciplina, brindando la posibilidad de integrar otros conocimientos provenientes de la filosofía, la antropología, las religiones, etc. y así enriquecer el panorama general sobre los límites de la mente humana.

Para ello se trabajará con material sobre los autores más renombrados de la materia, sus biografías que hacen al contexto de descubrimiento de sus teorías, y los conceptos más generales de cada uno. Como texto central se usará el libro canon de la psicología transpersonal llamado Psicología Transpersonal. Nacimiento, muerte y trascendencia en psicoterapia del Dr. S. Grof quien es uno de los fundadores de la Psicología Transpersonal. Ésta obra condensa lo central para el entendimiento de esta área, al tiempo que da información sobre cómo se entiende la psicología desde una nueva perspectiva que desafía al paradigma vigente de la psicología, del siglo pasado, el psicoanálisis.

De este modo tendremos las bases teóricas necesarias para una nueva práctica terapéutica basada en la Psicología transpersonal.

Como aplicación terapéutica de esta corriente estudiaremos también acerca de la corriente llamada Counseling, una terapia basada en la persona, creada por Carl Rogers. Esta disciplina se irá describiendo y explicando su contenido de acuerdo con las fuentes que están marcando la tendencia en este momento.

Con la combinación de estas dos disciplinas, Psicología Transpersonal como base teórica y Counseling, como aplicación en la práctica terapéutica, es que logramos exponer los pilares centrales de la carrera de Counseling Transpersonal, siendo el Counseling la práctica profesional y la Psicología transpersonal la orientación y perspectiva teórica.

## Capítulo 1. Psicología Transpersonal

### 1.1. Introducción

La psicología transpersonal es aquella rama de la psicología que abarca todos los aspectos trascendentes, espirituales, del inconsciente colectivo (transpersonal), las prácticas religiosas de los pueblos de todos los tiempos, las experiencias perinatales recreadas por individuos adultos, los trances místicos, experiencias visionarias y los estados no ordinarios de conciencia, dentro del marco de la psicología como disciplina académica autónoma. Por transpersonal se entiende “más allá” de lo personal.

Es un desprendimiento de la psicología humanista y encuentra sus bases en la Psicología Analítica fundada por C. G. Jung, quien, según palabras de S. Grof, es el fundador original de la psicología transpersonal, aunque él no haya descrito su teoría en esos términos.

Stanislav Grof, Psiquiatra y psicólogo nacido en Praga en 1931, menciona como fundadores de la Psicología Transpersonal también a Ken Wilber, quien distingue tres niveles dentro de los que se rige la *psyché* (pre- personal, personal y transpersonal), y Abraham Maslow, quien trabaja el concepto de *experiencias cumbre*, estados de interconexión espiritual cercanas a un trance místico o experiencia metafísica.

La psicología transpersonal es la única escuela de psicología que estudia en profundidad las dimensiones del *ego*, y la dimensión espiritual del hombre. Entre los temas que abarca se encuentran la expansión de la conciencia individual, el conocimiento interior profundo, los estados amplificadas de amor, compasión y fraternidad universal y demás temas afines.

Suele ser una formación de especialización o de post grado en varios países de América Latina y por lo general se imparten clases y cursos en ámbitos extraacadémicos, lo que muchas veces ha abierto críticas a sus bases epistemológicas. Por sus características también suele dar el sustento teórico a la hora de buscar una psicología alternativa a la visión clínica dominante, que tenga cierto basamento científico. Sin embargo, cada vez más está ganando aceptación en el ámbito universitario ante la insuficiencia de la psicología y la psiquiatría tradicional para responder y dar ayuda efectiva a ciertas dudas existenciales e interrogantes del ser humano.

En Santiago de Chile se puede cursar la primera carrera de Pregrado en Psicología con visión humanista transpersonal brindada por la Universidad del Pacífico. En el mundo anglosajón existen numerosas asociaciones y universidades en las que estudiar esta disciplina como ser el California Institute of Integral Studies, o el Institute of Transpersonal Psychology de la Universidad John Moore de Liverpool. En Argentina está disponible el Centro Transpersonal o la Escuela de Psicología y Filosofía Atzlan, donde se imparten cursos de formación. Por otro lado, con la ayuda de las nuevas tecnologías, los nuevos medios audiovisuales y plataformas educativas, se cuenta con numerosas Universidades e Institutos que ofrecen la carrera de grado en

Counseling Transpersonal totalmente a distancia. Algunas de ella son Tecana American University, la Universidad Americana, o la plataforma educativa Generación Empática en Argentina que ofrece a distancia formación de postgrado como el Master en Counseling Transpersonal Zen. La Escuela de Psicología Transpersonal- Integral, organismo miembro de la Association for Transpersonal Psychology (U.S.A) y de la Asociación Transpersonal Iberoamericana, brinda la carrera de formación profesional de Coach Transpersonal-Integral, una nueva modalidad que rodea a la psicoterapia y está marcando tendencia en lo que es mejora de calidad de vida, motivación, desarrollo personal, etc.

## 1.2 Principales autores, nociones y conceptos.

A continuación, se muestra resumidamente a los principales autores referidos al tema, en conjunto con los conceptos claves que hacen a la Psicología Transpersonal. Se muestra en orden progresivo los diferentes pensadores que primero sentaron las bases de esta disciplina, culminando con los aparecen de la etapa cúspide de su desarrollo a quienes se considera los fundadores.

- Williams James. Pragmatismo y psicología de la religión:

Fue un filósofo estadounidense nacido en Nueva York un 11 de enero de 1842. Su alma máter fue la Escuela Médica de la Universidad de Harvard, donde se formó y también fue profesor de Psicología. Su hermano menor Henry James fue también un reconocido escritor.

Fue un importante difusor del *pragmatismo*, doctrina que postula que solo es verdad aquello que funciona, por lo que la realidad objetiva es lo único verdadero, oponiéndose a aquellas corrientes que postulan que la verdad está en el intelecto y en los conceptos. Lo que es útil y práctico es cierto dentro de esta corriente.

En 1902 expone su obra “Las variedades de la experiencia religiosa”, por este hecho es considerado el padre de la *Psicología de la religión*. Durante ese año y el anterior impartió en las cátedras de Psicología las “Gifford Lectures”, donde se enfocó a estudiar las experiencias religiosas directas de personas individuales, desde la perspectiva de la Psicología. Fue en estas cátedras donde acuñó el término *transpersonal* por lo que se lo considera como uno de los psicólogos que asentaron las bases para lo que luego fue la fundación de la psicología transpersonal.

Fue investigador de los *procesos subliminales de conciencia* y de los *fenómenos paranormales*, por lo que provocó controversia en la comunidad científica.

Llegó a defender el libre ejercicio de los denominados *healers*, curanderos o sanadores mentales, y de terapias como la *mind-cure*, cuyas bases están en la corriente

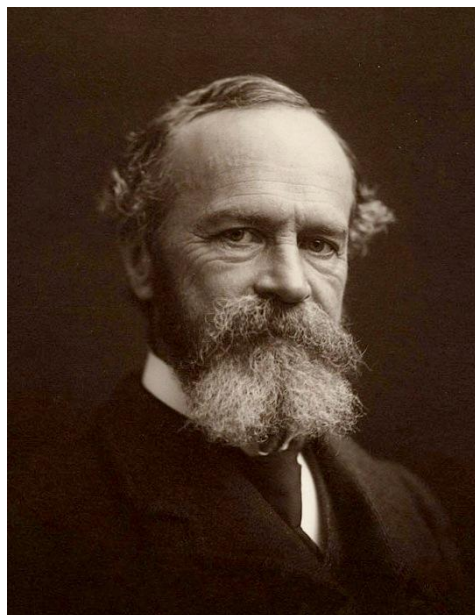
denominada Nuevo Pensamiento, un movimiento filosófico basado en creencias esotéricas o de mentalismo en las que intervenía la meditación, las afirmaciones positivas y el pensamiento ocultista y místico oriental.

El sustento teórico de sus teorías y obras es el pragmatismo filosófico. Su concepción de verdad se basa en la *verificabilidad*. La verdad no es una propiedad intrínseca a la cosa, sino que los sentimientos agradables, de progreso o de armonía en la sucesión de ideas, es decir como cada una se acomoda a determinados sucesos de la realidad, son los que moldean finalmente la visión del mundo y de la realidad y guían sus acciones, es decir son medios para la satisfacción de necesidades vitales, por lo que tiene un fin práctico, útil. Puede así pensarse en el valor espiritual y terapéutico de las ideas.

En 1907 publica su libro “*Pragmatismo. Un nuevo nombre para los antiguos modos de pensar*”. Allí propone ponerles fin a encrucijadas metafísicas tales como ¿El mundo es uno o múltiple? ¿Material o espiritual? ¿Libre o determinado? El pragmatismo propone que si no pueden trazarse diferencias prácticas, este tipo de disputas son completamente vanas y carentes de sentido.

William James fue Miembro de la Academia de Artes y Letras de EE.UU. De la Academia Prusiana de Ciencias, la Asociación Estadounidense de Psicología y otras reconocidas instituciones culturales y científicas.

Fallece en Tamworth, Nueva Hampshire un 26 de agosto de 1910 tras una intoxicación con hongos psilocibios (Jay Courtney Fikes, Oportunismo académico y los psicodélicos años sesenta, Mayo 1993).



(Fotografía de William James)

- Richard Maurice Bucke y la conciencia cósmica:

Nació un 18 de marzo de 1837 en Inglaterra, Reino Unido. También llamado simplemente Maurice Bucke o R. M. Bucke. Durante su juventud fue un aventurero, luego estudió medicina y más tarde Psiquiatría.

Su obra más importante traducida como “Consciencia cósmica: Un estudio sobre la evolución de la mente humana”, es considerada parte de las bases de la psicología transpersonal.

Cuando él era niño, junto con sus padres se trasladaron a Ontario, Londres, Canadá. Su padre Horatio Walpole Bucke era ministro religioso (cura) en una parroquia, pero cuando se mudaron a Canadá cambió su profesión para hacerse granjero junto con su esposa Clarissa Andrews, madre de R. M. Bucke.

De adolescente viajó a Columbus, Ohio y California. Tuvo algunos trabajos temporarios. En uno de sus viajes tuvo que defenderse de un ataque de los Indios Shoshones junto con un grupo de personas.

En 1857 casi muere congelado en las montañas de California. Fue el único sobreviviente del grupo de mineros de plata, pero debido a su congelamiento extremo le tuvieron que amputar un pie y varios dedos.

En 1858 regresa a Canadá y comienza a estudiar Medicina en la Universidad McGill de Montreal. Durante algún tiempo fue cirujano naval, de esa manera pudo costear su viaje a Europa. En Londres estudió Psiquiatría en el University College Hospital. Durante ese tiempo visitó Francia, importante centro cultural y científico.

Durante un tiempo fue entusiasta de la filosofía positivista de A. Comte (considerado creador también de la sociología), quien consideraba a la religión como algo primitivo, perteneciente al período de “niñez” de la humanidad, algo pasado de moda y que había sido desplazada por la ciencia, que se consideraba dentro de una etapa de madurez para la humanidad.

Al regresar a Canadá en 1864 se casa con Jessie Gurd y tiene ocho hijos. En 1876 se convierte en superintendente del asilo de enfermos mentales de Hamilton, Ontario y en 1877 fue nombrado jefe provincial del asilo de enfermos de Londres (Ontario), cargo que ocupó por casi el resto de su vida.

Durante su trabajo como jefe del asilo y como psiquiatra hizo algunas reformas que incluían deportes y lo que hoy se llama *terapia ocupacional*, siendo considerado un pionero en ese campo.

Fue elegido en 1882 como miembro de la sección de Literatura Inglesa de la Royal Society de Canadá.

Fallece en febrero de 1902 frente a su casa de London (Canadá) horas más tarde de que se golpeará la cabeza tras resbalarse con un pedazo de hielo.

Según sus propias palabras en 1872 en Londres tuvo una experiencia mística fugaz que consistió en unos instantes de *conciencia cósmica*. Luego describió una serie de características de esta facultad. Estas son:

1. Aparición repentina
2. Experiencia subjetiva de *luz interior*.
3. Elevación moral.
4. Iluminación intelectual.
5. Sensación de inmortalidad.
6. Pérdida del miedo a la muerte.
7. Pérdida del sentido de pecado.

Lo más importante de este suceso, mencionado a parte por el autor es que tuvo la visión de que el universo constaba de una presencia viva, no de una materia inerte y sin vida.

Estos sucesos no fueron publicados de inmediato tras su experiencia, sino tras largos años de investigación sobre el misticismo universal, e iluminación espiritual, habiendo entablado conversaciones y correspondencia con varias personas dedicadas a estos temas.

Fue años más tarde cuando publicó su libro “Conciencia cósmica”, que expuso esta serie de atributos en base a su experiencia. El término había sido acuñado antes por Edward Carpenter, escritor, poeta, activista y filósofo socialista británico, quien había estudiado religiones en oriente. De hecho el término *Conciencia Cósmica* proviene del término oriental *Conciencia Universal*.

En este libro él describe su experiencia junto con la de otros de sus amigos, entre ellos el novelista, ensayista, poeta y periodista humanista estadounidense Walt Whitman (1819-1892), padre del verso libre, adscrito a la corriente del *deísmo*, la cual postula básicamente que todas las religiones tienen cierta razón y ninguna tiene fe más fuerte que otra. W. Whitman estuvo también involucrado como escritor en el Movimiento Espiritualista (Corriente estérica rusa de fines del siglo XIX).

En su libro Maurice Bucke también describe las experiencias místicas de personajes históricos como Jesús, San Pablo, Mahoma, Plotino, Dante Alighieri, Buda, William Blake, Francis Bacon, y Ramakrishna entre otros.

En su teoría Bucke distinguía tres etapas del desarrollo de la conciencia: La conciencia simple (presente en los animales), la autoconciencia de la masa de la



humanidad (que abarca razón, previsión e imaginación) y por último la conciencia cósmica, una facultad emergente que es la próxima etapa del desarrollo humano.



(Fotografía de R. M Bucke)

- Roberto Assagioli y la Psicósíntesis:

Nacido en Venezia un 27 de febrero de 1888, fallecido en Capolona d'Arezzo un 23 de agosto de 1974.

Hijo de Leone Greco y Elena Kaula, su nombre de nacimiento Roberto Marco Grego. Su padre falleció cuando él era niño y él mismo casi muere durante este período. Fue salvado por el Dr. Emanuele Assagioli, con el que su madre se casó un tiempo luego, heredando su apellido, motivo por el cual pasó a llamarse Roberto Assagioli. De su padrastro adquiere el gusto por el mundo de la medicina y de su madre todo lo relacionado con la Teosofía y las corrientes culturales del momento.

Desde temprana edad fue un chico superdotado. En su adolescencia ya había escrito varios cuentos y poemas. A los dieciocho años hablaba ocho idiomas, algunos aprendidos de manera autodidacta.

En 1910 se recibe de psiquiatra en la Universidad de Florencia, con una tesis sobre psicoanálisis.

En 1911 disertó en el Congreso Internacional de Filosofía de Bolonia, sobre un artículo suyo sobre el inconsciente. En él destaca diferentes niveles dentro del inconsciente, y diferentes niveles de actividad mental.

Para él se distinguen los fenómenos trascendentes, que son parte de lo que él va a llamar *super-consciente*, y los fenómenos de naturaleza inferior que pertenecen a lo que luego llamará *Inconsciente inferior*.

Fue, además de psiquiatra, un pensador italiano. Se lo considera pionero en Psicología humanista, Transpersonal y también en Psicología Holística por sus aportes a la psicología dándole un enfoque integral con su método de terapia y escuela de psicología llamada psicosisíntesis.

El objetivo de esta escuela y psicoterapia es el desarrollo dinámico de la persona y el progresivo establecimiento de la armonía, por lo que se lo considera un método de autoafirmación.

Un concepto fundamental de la psicosisíntesis es la idea de un centro unificador, alrededor del cual se organizan los demás componentes de la personalidad que Roberto Assagioli llama *Sub-personalidades*. Para ello un factor fundamental es la voluntad que la persona pone.

La psicosisíntesis propone la Unión del Ser Transpersonal con el Yo Interior a través de la voluntad..

Reconocimiento de personalidades complejas, sin luchar sino contemplando los modelos de funcionamiento. Para reconocer traumas enfermedades, adicciones. Lo que importa es qué es lo que lo motiva a eso. Qué aprendió desde su infancia que lo hace habituarse a eso, son aprendizajes negativos pertenecientes al yo inferior.

La psicosisíntesis es el reconocimiento de los propios programas mentales negativos, entendiéndolos no como una patología o un problema sino reconociendo la importancia que tiene en la definición de la personalidad.

Es un proceso de transformación de la visión negativa sobre estas programaciones, en la de una visión positiva, permitiéndose ver como un aspecto propio de la personalidad al cual hay que aceptarlo y no intentar cambiarlo ni anularlo, sino darle el lugar que ocupa como factor importante para nuestro propio reconocimiento.

Para superar este conflicto que trae la consideración negativa de estos aspectos, se propone un camino a la sanación llamado integración holística y consta de 5 pasos.

1. Reconocer ese problema, trauma adicción o programación negativa.
2. Aceptar. Que beneficios nos ha dado en el pasado esa subpersonalidad.
3. Coordinar, emplear (qué nueva actitud nos dará beneficios que en el pasado nos dio la subpersonalidad que hoy nos causa problemas)
4. Integrar. Fusionar mentalmente nuestro cuerpo físico con la subpersonalidad negativa.
5. Transformar. Comenzar con una nueva actitud que nos brinde una mejor vida.

Las subpersonalidades son productos de nuestras programaciones mentales adquiridas desde la niñez. Para poder transformarla es necesario primero reconocerla. Para ello se propone un camino de sanación llamado psicósíntesis, como se ha dicho en el párrafo anterior.

Este proceso de reconocimiento tiene establecidas una serie de técnicas de visualización y reconocimiento de los programas mentales negativos, similares a las sesiones que hace la PNL, con la diferencia de que en la psicósíntesis no se busca cambiar esos programas mentales, desplazándolos con otros, sino cambiar simplemente la visión que se tiene sobre ellos.

R. Assagioli manejaba a la perfección el alemán, por lo que pudo mantener correspondencias con diferentes psicólogos y psiquiatras del mundo germanoparlante, entre ellos C. G. Jung, quién lo elogió y llegó a presentárselo a S. Freud, de quien tradujo en 1912 algunos artículos para la revista *Psiche*, fundada por él mismo. Perteneció algún tiempo a la Sociedad Psicoanalítica Internacional.

Al tiempo se distanció de la corriente psicoanalítica, considerándola como una etapa necesaria pero no final del proceso de integración y armonización psicológica.

En lugar de concentrarse en los aspectos patológicos, se interesó más por los saludables, por lo que es considerado pionero en psicología humanista.

De estos aspectos saludables, rescata su potencial intrínseco para el desarrollo de cualidades latentes.

En sus propias palabras, con respecto al psicoanálisis nos sugiere:

“Este aspecto no es el único presente en nuestra psique. El edificio de nuestro psiquismo no está compuesto sólo de un subsuelo en mal estado que necesita ser restaurado, sino que también hay diversos niveles más altos y, sobre todo, hay un ático luminoso y amplio en el que se reciben los rayos vivificantes del Sol y en el cual, a la noche, se pueden contemplar las estrellas...” ([www.psicosisintesiscounseling.com](http://www.psicosisintesiscounseling.com))

Es en 1926 que utiliza por primera vez el término psicósíntesis desde un ámbito científico, definiéndola como "método integrador basado en el principio de la organización de la personalidad en torno a un centro unificador". Ese mismo año funda en Roma el Instituto de Cultura y terapia Psíquica, cerrado en 1938 por presiones del gobierno fascista, y reabierto en 1948 en Florencia con el nombre de Instituto de Psicósíntesis. Dicho instituto continúa en la actualidad funcionando en Italia y varios países del mundo.

Además de la psicoterapia, Roberto Assagioli estuvo interesado por la espiritualidad. Se convirtió en un estudioso e investigador del tema. Estudió las principales corrientes filosóficas clásicas y modernas, meditación, espiritualidad oriental y diferentes corrientes religiosas occidentales. Todos estos puntos los integró dentro de su teoría. El punto central de ésta es que vivimos sin ser conscientes de las

subpersonalidades que están en conflicto dentro de nuestra psique, y la psicosis propone un camino para conocerlas, aceptándolas y transformando la visión que tenemos sobre ellas, haciendo una síntesis, es decir un proceso de superación y de integración de los diferentes aspectos, estableciendo entonces una armonía entre estas diferentes visiones.

Escribe al respecto: “La psicosis se define como ‘una concepción dinámica, se podría decir dramática, de la vida psíquica, como lucha entre una multiplicidad de fuerzas rebeldes y en conflicto entre sí, y un centro unificador que tiende a dominarlas, a armonizarlas, para emplearlas en modo útil y creativo’(...) ‘Un conjunto de métodos de acción psicológica orientados a fomentar y promover la integración y la armonía de la personalidad humana’(...) ‘Expresión individual de un principio más amplio, de una ley general de síntesis inter-individual y cósmica’(...)”. (<http://www.psicoterapeutica.it/psicosintesi.htm>)

En 1940, durante el régimen fascista cae en prisión acusado de internacionalista, además por su origen hebreo y por su actividad pacifista. A los 45 días es liberado. Luego de ese tiempo es que escribe sus poemas en manuscrito “Libertad en la Cárcel”, un canto a la libertad como facultad creadora de la humanidad.

A continuación, se ofrecen algunos de sus pasajes más importantes en los que puede comprenderse su sentido de voluntad y de libertad. Un claro ejemplo de la puesta en práctica de su pensamiento, su capacidad de superación y su propia doctrina, siendo capaz de revertir un hecho trágico en algo positivo y lleno de sentido.

“Me di cuenta del hecho que era libre de tomar una actitud u otra ante esta situación, de darle un valor y sentido u otro. Podía rebelarme, o someterme pasivamente, vegetar; o podía abandonarme al ‘placer’ de la auto-conmiseración asumiendo el papel del mártir, o podía tomar la situación con un espíritu deportivo y con sentido del humor, considerándola como una experiencia nueva e interesante. Podía tomar este periodo como un tiempo para cuidarme y regalarme un reposo o convertirlo en un período de intensa reflexión sobre mis asuntos personales, reflexionando sobre mi vida pasada o sobre problemas científicos y filosóficos, o podría aprovechar la situación para someterme a un entrenamiento psicológico de las facultades psicológicas y hacer experimentos sobre mí mismo o, por último, me lo podía tomar como un retiro espiritual. Me di cuenta de que dependía solo de mí comprender que era en realidad libre de elegir una o más de estas actividades o actitudes; que esta elección tendría inevitables efectos precisos que podía anticipar y de los cuales sólo yo mismo era plenamente responsable. En mi mente no había ninguna duda acerca de esta libertad y poder esencial, así como del privilegio que representaba y de mi responsabilidad para mí mismo, mi familia y la vida”. (Guggisberg Nocelli Petra. La via della psicosis. Una guida completa con una biografia di Roberto Assagioli. Roma, L'Uomo, 2011, Web)

Luego de este período se refugió en su casa de campaña hasta que finalizó el conflicto bélico y pudo luego así regresar a Florencia. Durante ese período su hijo enferma y muere. Le siguen años difíciles y de recuperación emocional, a los que lleva

bastante bien debido a su optimismo y poder de superación, reforzando su convicción de siempre fomentar una autoformación que se ocupase del cultivo de su interior y permitiera desarrollar una actitud constructiva, siempre con el ánimo sereno que lo caracterizaba.

Tras finalizar la guerra es que reabre su Instituto de Psicossíntesis y se dedica a culminar su pensamiento, participando en actividades de difusión visitando varios países durante el resto de su vida. Fallece en su casa de Capolona d'Arezzo en 1974.

Uno de los aportes que hace al mundo de lo espiritual, más allá de integrarlos en su actividad terapéutica, es escribir un prefacio de los Yoga Sutas de Patanjali, libro canon del misticismo oriental. Durante la década del 60 perteneció a la Sociedad Teosófica y a otros grupos espirituales. Impulso la Escuela de Estudios Esotéricos. También durante esa época escribe varios cuadernos de meditación para el Meditation Mount de Ojai, junto a otros colegas.

En la actualidad continúan activos sus institutos de investigación y se ofrece internacionalmente formación en Psicossíntesis en varias modalidades como seminarios, cursos, formación de postgrado y programas a distancia, que ofrecen certificados de importante reconocimiento académico. Su casa se transformó en un archivo histórico para conservar su obra, allí donde se coordina el instituto de Psicossíntesis y se ofrecen actividades, proyectos, cura de la biblioteca, etc.



(Fotografía de Roberto Assagioli)

- Abraham Maslow y la psicología humanista:

Nació el 1 de abril de 1908 en Brooklin, Nueva York. Fue el mayor de siete hermanos, de padres de origen judío con ascendencia Rusa.

Se dice que era lento y ordenado, recuerda su infancia como “solitaria y bastante feliz”. En sus propias palabras dice: “Yo era un niño pequeño judío en un barrio no judío. Era un poco como ser el primer negro en una escuela de blancos. Estaba solo e infeliz. Crecí en las bibliotecas y entre libros.”

No muy convencido comenzó a estudiar Psicología en la Escuela de Postgrado de la Universidad de Wisconsin, antes había tenido intenciones de estudiar Derecho.

En 1928 se casa con su prima Bertha Goodman. Durante esa época conoce a su mentor Harry Harlow.

En ese período comienza una línea de investigación sobre el comportamiento sexual de los primates.

En 1930 consigue su BA (Bachelor of Arts), en 1931 su maestría y en 1934 su Doctorado, todos en psicología y en la Universidad de Wisconsin. Es durante ese último año que expone su *jerarquía de necesidades*, más conocida como la *Pirámide de Maslow*, descrita en su obra *Una teoría sobre la motivación humana*.

En esta teoría, considerada la más importante y por la que es más conocido como pensador, expone una serie de jerarquías de necesidades subordinadas a partir de las necesidades básicas como las fisiológicas, las que son propias a la mayoría de seres bioanimados, hasta las complejas como las necesidades de reconocimiento social, y en la cúspide las necesidades de autorrealización, como las necesidades de comprender el bien y el mal (necesidades morales), la creatividad y otras funciones que el hombre necesita realizar para sentirse en un estado de plenitud.

Para Abraham Maslow el incumplimiento de estas necesidades son las que generan en el hombre las alteraciones mentales y de conducta. Por lo tanto centrarse en prácticas que estimulen este tipo de funciones serán consideradas vías terapéuticas para aliviar los sufrimientos del hombre y las posibles patologías que se puedan desarrollar por conductas desadaptadas, o en términos más propios de la psicología humanística, desprogramada.

Su acercamiento a la psicología de Freud, fue inculcada por otro de sus mentores Adolf Adler, a quien conoció en 1935. Durante ese año trabajó con Edward Thorndike en la Universidad de Columbia en Nueva York en investigaciones sobre la sexualidad humana.

Entre 1937 y 1951 fue profesor de Psicología del College of Brooklyn de la Universidad Estatal de la Ciudad de Nueva York. Durante ese período entró en contacto

con renombrados psicólogos e intelectuales de diversas corrientes como ser Erich Fromm, Karen Horney, la antropóloga Ruth Benedict, Max Wertheimer a quienes admiraba y luego analizó sus comportamientos en investigaciones sobre potencial humano.

En 1951 se mudó a Boston y en la Universidad de Brandeis donde trabajó diez años llegando a jefe del departamento de psicología, conoce a Kurt Golstein quién lo introduce en el concepto de autorrealización. Allí comienza desarrollar su propia psicología, la psicología humanista que durante los años cincuenta y los años sesenta se la conoció como una tercera fuerza.

La psicología humanista surge como ruptura con el conductismo y el psicoanálisis ortodoxo, que si bien sirvió de muchos aportes a para la fundación de esta tercera fuerza, la visión de la psicología del momento, como ciencia natural capaz de medir y cuantificar la conducta humana, llegándolo a considerar un ser instintivo, estudiado con el mismo método que a los animales, desanimaba las aspiraciones de su fundador, que pretendía integrar los aspectos que desde esta óptica mecanicista no tenía lugar.

Si bien las críticas a la ciencia mecanicista ya se podían encontrar en autores como F. Brentano o William James, la psicología no había consolidado un estudio sólido sobre el tema.

Antes que esta corriente ya otros autores se habían distanciado del conductismo y del psicoanálisis ortodoxo. Entre ellos pueden citarse a Erich Fromm, Adolf Adler, Fritz Perls creador de la terapia Gestáltica, Wilhem Reich que trataba de reubicar el papel que ocupa el cuerpo dentro de la psicoterapia, o Viktor Frankl, creador de la Logoterapia.

Abraham muere el 8 de Junio de 1970 en California a causa de un infarto agudo de miocardio, dejando sin acabar su último trabajo, un proyecto de desarrollar una filosofía y ética que se correspondiera con los postulados de la psicología humanista.

Antes, en 1967 fue nombrado Humanista del año por la American Humanist Association.

La psicología humanista incorpora el método fenomenológico que plateaba el filósofo E. Husserl, que a su vez es maestro de uno de los fundadores del existencialismo, teoría que influencia a la psicología humanista. A continuación, un breve repaso del pensamiento existencialista y humanista.

El existencialismo es una corriente filosófica no muy delimitada que comienza en el siglo XIX y se extiende hasta pasada la mitad del siglo XX, no hay un consenso bien marcado de cuando se origina, pero se atribuye al pensador Sören Kierkegaard (filósofo y teólogo danés del siglo XIX) la fundación de esta corriente, sentando las bases para que luego se desarrollara el pensamiento existencialista y humanista en pensadores como J. P. Sartre o Merlau Ponty.

Jean Paul Sartre uno de los precursores del humanismo, en sus conferencias “El existencialismo es un humanismo”, postula que la existencia precede a la esencia, es decir no hay una esencia previa que determina al ser, sino que la existencia es previa, es lo que se necesita antes que nada, un sujeto que perciba la realidad.

Distinto a como se había pensado al hombre las teorías esencialistas, que fueron preponderantes en el medio evo y durante la ilustración con René Descartes, o los pensadores de la patrística, en donde, hay en el hombre ideas previas como la de bien, determinadas por dios.

Para el existencialismo el hombre no tiene una esencia que lo determine, sino que el hombre se determina a sí mismo, es libre y por lo tanto responsable de su destino y sus elecciones, lo que hace que el hombre viva en un estado de angustia por el sinsentido de la vida, dependiendo de él cada acto de su vida y no de un dios o un destino que lo determine. En palabras de J. Paul Sartre cada uno “es lo que hace con lo que hicieron de él”.

La psicología humanista rescata de esta filosofía el hecho de que el hombre debe inventarse a sí mismo, por lo que el sentido de la responsabilidad es central para esta escuela.

Sartre coloca a M. Heidegger como el fundador del humanismo y retoma sus *Cartas sobre humanismo* para elaborar sus conferencias.

La filosofía de Heidegger se centra en la cuestión del ser. Se pregunta por un tema olvidado en la filosofía, dado por sentado desde la antigüedad griega, con el poema de Parménides, como “lo que es”. El hombre según este filósofo, no le ha dado demasiada importancia a este asunto y entonces no está en condiciones de contestar por su esencia.

Para Martin Heidegger la esencia del hombre consiste en el da-sein, que se traduce como “ser ahí”.

Este término ya era utilizado por el idealismo absoluto de Hegel, en donde se elabora un modelo para los distintos movimientos del espíritu (geist), culminando con el espíritu absoluto. El espíritu en el pensamiento de Hegel va pasando por disantos grados desde las cosas sensibles hasta la autoconciencia.

En este grado la conciencia se vuelca sobre sí misma y deviene en autoconciencia. Este vuelco sobre sí de la conciencia puede entenderse como un extrañamiento de sí misma que da como síntesis la autoconciencia. Es un éxtasis sobre sí misma, un momento en el que se colma la conciencia sobre sí misma (esto siempre se da en el hombre, en la pregunta sobre él mismo, es él quién puede pensarse a sí mismo, a diferencia de otro ente, que le basta su existencia para ser, el hombre no se basta con esto, sino que crea una especie de realidad sobre la realidad, una entidad con sentido propio que deviene de él mismo, para pensar el resto de los entes)



Entonces el hombre no es un ser igual que lo es cualquier otro, sino que es el ser que se pregunta por los demás seres y esto es lo que retoma el filósofo Marín Heidegger. Él va a decir que el ser es el *dasein* (ser allí), se diferencia del resto de los entes por tener conciencia sobre sí, por la pregunta sobre el ser.

Heidegger va a decir que la existencia es algo propio del hombre, ya que, la palabra existir proviene de ex- stasis, en latín “ser allí”.

No habla en términos de conciencia, pero postula que el hombre no es en sí, ni para sí, sino fuera de sí (conciencia extrañada de sí, conciencia que deviene en autoconciencia), hablando en términos hegelianos.

Él hombre nace arrojado al mundo, eyecto. De esta manera vive obligado a elegir. Esta es la idea que retoma Sartre, el hombre está condenado a ser libre, su esencia es la libertad, no hay algo que lo determine, sino que el hombre es, en término Heideggerianos, proyecto, debe todo el tiempo crearse a sí mismo, tomar decisiones y hacerse, con lo que los demás hacen de él.

En palabras de J. P. Sartre “El hombre es el único que no solo es tal como él se concibe, sino tal como él se quiere, y como se concibe después de la existencia, como se quiere después de este impulso hacia la existencia; el hombre no es otra cosa que lo que él se hace. Éste es el primer principio del existencialismo.” (El existencialismo es un humanismo).

El hombre está arrojado al mundo, debiendo decidir a cada momento, con la angustia que implica el dejar de lado una opción, en este sentido el hombre es libre de elegir lo que hacer con su vida. El tema de la libertad es central en el pensamiento existencialista, así como la angustia y la responsabilidad que provoca vivir en un mundo sin sentido al que hay que inventarle uno a cada momento.

La psicología humanista recoge dentro de su marco de estudio todos estos aspectos, el sinsentido de la vida, la libertad, la responsabilidad, la experiencia inmediata, la visión fenomenológica, que considera reales a las proyecciones que da la mente a cada percepción, negando la intuición de ideas puras como la de lo *nóumeno* que el filósofo Immanuel Kant contraponía al fenómeno.

Como escuela dentro de la psicología orientada a la parte terapéutica, un postulado básico es que las personas tienden naturalmente hacia la salud mental, lo que disminuye la visión patologizante y determinante de los sufrimientos humanos. Esta es una distinción básica de las escuelas humanistas frente al psicoanálisis más ortodoxo donde la parte clínica es preponderante.

El marco teórico de referencia de la psicología humanista es más el de las ciencias sociales que el de la medicina y las ciencias biofísicas. Si bien se postula que hay aspectos que son naturales y comunes a los humanos, es desde esta óptica que se afronta el tema de la psique humana y no desde el paradigma de las ciencias naturales en donde la pretendida objetividad hace del hombre un ser autómatas y determinado a mecanismos

considerados naturales. La psicología humanista parte de la *subjetividad* de las personas y pone énfasis en el potencial de autorrealización que lleva intrínseco. No se preocupa por analizar el origen de una patología, ni por cambiarla sino por afrontar el arrojo ante un mundo que no un sentido determinado y se centrará en cómo fortalecer la realización de las aspiraciones y significaciones personales.

Esta tercera fuerza resume una serie de planteamientos que se hacen necesarios para coincidir con esta escuela. Kalawsky y Bagladi citan la siguiente numeración de pasos:

1. Énfasis en lo único y personal de la naturaleza humana. Cada ser humano es único e irrepetible, por ello cada uno tiene una especialidad que desarrollar, por lo que todo aquello que suscite la creatividad es indispensable. Es una necesidad y un deber desarrollar esa individualidad.
2. Confianza en la naturaleza y búsqueda de lo natural. El ser humano tiene una naturaleza intrínseca buena y tiende a desarrollar su *autorrealización* de manera innata. Debe confiar en la naturaleza que posee mayor sabiduría, sin intentar cambiar los sucesos de ésta ni del entorno.
3. Concepto de conciencia ampliado. La identificación con el *yo* o el *ego* es solo un estado o nivel de la conciencia, pero no el único. La conciencia se amplía hacia otras áreas que superan esta faceta.
4. Trascendencia del ego y redireccionamiento hacia la totalidad. En el curso de nuestra autorrealización se tiende a alcanzar niveles de conciencia más evolucionados y a su vez estos se van integrando en nosotros y van integrando partes de la totalidad.
5. Superación de la separación cuerpo y mente. Se reconoce la integridad cuerpo mente como partes interdependientes y co-relacionadas siendo imposible separar una de otra. La distinción es solo para facilitar su comprensión teórica, no es una división de hecho.
6. Reequilibrio de las polaridades y revalorización de lo emocional. La cultura occidental ha tendido a sobrevalorar lo racional frente a lo emotivo, la acción frente a la contemplación, esto produce un desequilibrio. Para reequilibrar estas polaridades se propone el cultivo de lo emocional, lo intuitivo, y lo contemplativo, revalorizando todos estos aspectos que antes se subestimaban.
7. Reconocimiento del otro en cuanto tal en la comunicación. Se propone una revalorización de los demás, tratándolos de sacar de la óptica de “objetos” a nuestro alcance, seres que deben estar a nuestro servicio. Por el contrario, se

intenta incluir la visión del otro como un ser “total”, no como alguien que nos debe ser útil o ayudar a cumplir con nuestras metas. Esto ayuda a quebrar la barrera comunicacional tan extendida en las sociedades actuales.

- Carl Rogers, creador de una terapia no directiva centrada en la persona, quien hizo de la psicología humanista un nuevo ejercicio profesional, postula que hay dos conceptos fundamentales dentro de esta corriente. Estos son:

1. Confianza total en el paciente como persona. Se trata de sentir empatía, entender a la persona, sus experiencias y sentimientos, para poder comprenderlo.
2. Rechazo total al papel directivo del terapeuta.

Aquí hay otra diferencia con la psicología clínica. Se trata con personas, no con enfermos, de esta manera se achica un poco la diferencia entre otro diferente visto como un enfermo, a un terapeuta que se encuentra sano, es el modelo a seguir y tiene la palabra.

Este tipo de psicología busca quitar la barrera de la discriminación y la estigmatización que produce la visión patológica del otro, del insano, del diferente. Hace por otro lado hincapié en la igualdad humana, uno de los pilares fundamentales de humanismo. Se reconoce al otro como un igual, con derechos y dignidad, por lo que el tema de libertad es una distinción de esta escuela. No promueve el encierro, la manicomización de las personas, ni la estigmatización, ni el aislamiento, ni la medicación (en el sentido de tratar los dolores humanos desde una visión médica). Promueve por el contrario que el paciente se autoexplora a sí mismo con y el terapeuta lo ayudará, a encontrar una voz y un sentido, y como lograr una estabilidad en su vida personal y social.

- Viktor Frankl creador de la Logoterapia, consideraba que la neurosis y la psicosis no es más que la pérdida del sentido de la vida y que el terapeuta debe promover que el paciente logre recobrar el sentido a las cosas y de a poco se desprenda de la *neurosis noógena*, la pérdida del sentido a la vida. El eje con el que trabaja la Logoterapia es el *vacío existencial*.
- Eric Berne creador con su *Análisis Transaccional*, de origen psicoanalítico, centra la ayuda terapéutica en restaurar el potencial existencial original en el ser humano, la confianza en la persona. El núcleo de la psicología transaccional es trabajar con los estados que se producen en las relaciones sociales, en los que se experimenta malestar o patologías. Estos estados son los que crean el *guion* de la vida, y el terapeuta trabajará con el paciente en descubrir estos guiones y reconocerlos como positivos o negativos, y poderlos entonces modificar.

En este proceso se establecerá una suerte de contrato entre ambos que deberán cumplir para lograr una mejora en lo psíquico.

- Alexander Lowen, en su enfoque bioenergético, que a su vez está basado en los postulados de Wilhem Reich dentro de la corriente psicoanalítica, pone su atención en el análisis del *carácter* de la persona. El carácter se entiende aquí como una máscara que cubre a la persona para poder convivir con sus impulsos derivados de instintos, y evitar así la neurosis, los sentimientos negativos y angustias producto de la tensión que se crea por la dificultad de dejar expresar los instintos naturales. Los conflictos y tensiones se manifiestan en el cuerpo y hay que trabajar con diferentes ejercicios para liberar estas tensiones.

Los psicodramas son utilizados dentro de las terapias basadas en teorías humanistas para tratar las patologías que, según se consideran desde esta óptica, se producen por roles inadecuados que admiten las personas. El propósito del psicodrama es que la persona asuma otros roles que sean adecuados y se deshaga de los que le impiden desarrollarse desde sus máximas potencialidades, todos esos aspectos rígidos que lo dañan y obstruyen su crecimiento y realización.

Otras vertientes en las que se ha aplicado la psicología humanista son la Terapia Gestáltica de Fritz Perls o las Terapias sistémicas.

Se retomará esta corriente en el capítulo siguiente sobre Counseling, el pasaje por la psicología humanista es dejar sentadas las bases teóricas que sirvieron al desarrollo de la psicología transpersonal, tema central del capítulo. Para ello se procede a los autores siguientes pertenecientes ya al proceso de culminación de esta rama de la psicología considerada una *cuarta fuerza*, que viene a integrar aspectos que hacen a la psique humana, que antes habían sido considerados débilmente.



(Fotografía de A. Maslow)

- Carl Gustav Jung y la psicología analítica:

Jung nació en Kesswil, cantón de Turgovia, Suiza un 26 de julio de 1875 y falleció en Küsnach, cantón de Zúrich el 6 de junio de 1961. Fue médico psiquiatra, psicólogo, y ensayista. Fue figura central en la fundación del psicoanálisis, aunque luego se distanció para fundar su propia escuela de psicología llamada psicología analítica o de los complejos. También se lo considera pionero en la psicología profunda y un antecedente de la psicología transpersonal.

La psicología profunda es aquella parte de la psicología que estudia todo lo relacionado al inconsciente y en esto Jung es bien conocido por su teoría sobre el *inconsciente colectivo*. El término psicología profunda (en alemán Tiefenpsychologie) fue acuñado por Paul Eugen Bleuler y fue aceptado el año de su proposición, 1914, por Sigmund Freud.

Al parecer Jung no se conformaba con la comprensión de la escuela psicoanalítica sobre el inconsciente. Esta abordaba el tema desde las teorías de la libido y la energía psíquica, desestimando todo resto arcaico o arquetípico común a todos los hombres y se centraba en los procesos psíquicos individuales en los que se manifestaba el inconsciente.

Jung enfatizó las relaciones entre la estructura psíquica y sus manifestaciones culturales, los productos de esta psique, lo que lo llevó a investigar en la mitología, la adivinación, el arte, la mística, la alquimia, la filosofía oriental, las religiones y demás áreas. Por esto también se lo considera pionero en algunas áreas como las *religiones comparadas* y es estudiado incluso en otras áreas como la crítica del arte o la estética.

Si bien nació en Kesswil, durante su infancia vivió en Basilea. Sus padres eran descendientes de dos familias importantes de este lugar. Su abuelo paterno Karl Gustav Jung, un médico exiliado en Heidelberg del que se decía era hijo ilegítimo del escritor Goethe, fue el creador de la Universidad de Basilea, era Gran Mestre de los Francmasones suizos y también coordinó una institución para pacientes con discapacidades mentales, en ese momento englobadas dentro del término “debilidad mental. Jung que Por parte de su madre tuvo como abuelo a Samuel Preiswerk, arcipreste de la iglesia de Basilea, filólogo, precursor del sionismo, autor de una gramática hebrea.

Su padre, Paul Achilles Jung, estaba adentrado en la carrera de filología cuando abandonó para ejercer como clérigo de en una Iglesia protestante (luterana), más precisamente de la iglesia reformada suiza (la reforma alude a la rama secular que sigue la doctrina de Juan Calvino, Siglo XV). También amplió sus labores en el Hospital de salud mental Friedmatt en Basilea, desde 1888. Falleció al poco tiempo que su hijo, C. Gustav, comenzara a estudiar medicina en la Universidad de Basilea.

Basilea, que hoy es una de las ciudades con mayor población de Suiza, es una ciudad de gran importancia para la historia del protestantismo. Allí se dirigieron Farel y J. Calvino, luego de su estancia en Ginebra, para exiliarse luego en Estrasburgo y retornar nuevamente a Ginebra.

Su madre Emillie Preiswerk (1848,1923) tuvo una distinguida personalidad disociativa, es decir frecuentemente alejada de la realidad empírica. Se piensa que esto marcó profundamente el rasgo intuitivo de Carl G. Jung.

C. G. Jung tuvo un hermano mayor nacido en 1873, Paul Jung, falleció al poco tiempo de nacer. Su única hermana Johanna Gertud Jung, nació en 1884 y murió en 1935.

Se dice que de chico era tímido y solitario, aunque recibió buena atención, afecto y cuidado por parte de sus padres. Tuvo ciertas decepciones con respecto a la religión sobre todo por el modo que su padre trataba el tema de la fe , pero no por eso dejó de interesarse por el tema. Al respecto escribe:

“La ‘religión teológica’ no podía servirme para nada, pues no correspondía a mi experiencia de Dios. Sin esperanza de saber, exigía creer. Esto lo había intentado mi padre con grandes dificultades y había fracasado en ello. Mal podía mi padre defenderse contra el ridículo materialismo del psiquiatra. ¡Esto era también algo que debía creerse exactamente como la teología! Yo estaba más seguro que nunca que a ambas les faltaba tanto la crítica del conocimiento como la experiencia”. (Carl Gustav Jung. Recuerdos, sueños y pensamientos)

Lejos de oponerse a la religión, Jung se interesó fuertemente por el *misticismo* (del griego *Mystikós*, arcano, cerrado), entendiéndose por místico a aquel conocimiento de difícil acceso en el que se tiene la experiencia de estar el alma en comunión con el

universo. Para él, el ser humano es religioso por naturaleza y su trayecto es vital para entender la mente humana, rescatando el valor que tienen los símbolos para el desarrollo de su psicología.

Fue un lector entusiasta durante su juventud. Estaba fascinado con la obra de *Goethe*, sobretodo con el famoso Fausto, una obra trágica del año 1808, dividida en dos partes, cuya temática envuelve desde la magia y las artes ocultas hasta la psicología y la moral.

Se interesó por los pensadores y filósofos de su tiempo Von Hartmann y Friedrich Nietzsche. De éste último escribe en su autobiografía que el acercamiento a la obra *Así habló Zaratustra* (Also Sprach Zarathustra), fue “una experiencia conmoviente, solo comparable a la inspirada por el Fausto de Goethe”.

La hermana de Nietzsche, Elisabeth Alexandra Förster-Nietzsche llegó a conocerlo y tratar con él, mostrándole también el famoso Archivo Nietzsche. De 1934 a 1939 Jung dio varios seminarios llamados Seminarios sobre el *Zaratustra* de Nietzsche, en Zurich. Allí Jung declara la influencia que tuvo este pensador sobre sus ideas. En ellos describe las ideas filosóficas del pensador, lo abrumador que le resultaba la profundidad de su comprensión de la naturaleza humana, así como también hablaba de sus tendencias neuróticas y prepsicóticas.

Primeramente, quiso estudiar arqueología, pero su familia no podía costar económicamente esa carrera, además no se dictaba en su ciudad de residencia. Pese a esto, con cierta disconformidad ingresa a la Universidad de Basilea y comienza su carrera de Medicina de 1884 a 1900. Durante ese período consiguió entrar en Zofingia, una destacada asociación de estudiantes de suiza, de corte federalista, a la que pertenecían artistas, filósofos, escritores, médicos, científicos y demás personas de renombre de la Suiza de 1800.

En 1898 decidió reconciliarse con su carrera como médico y especializarse. Tenía dos opciones cirugía, o anatomía interna, decidió anatomía nuevamente por motivos económicos. Al respecto escribe:

“Me inclinaba por lo primero a causa de mi especial formación en anatomía y por mi predilección en anatomía patológica, y lo más probable era que hubiese optado por ella si hubiera dispuesto de los necesarios medios económicos” (Carl Gustav Jung, Recuerdos, sueños y pensamientos)

Trabajó como asistente en un hospital local y se especializó en anatomía y de esta manera evito endeudarse para poder estudiar.

Durante unas vacaciones de aquel período experimentó dos hechos que influenciaron en su interés por los fenómenos ocultos. Una mesa de nogal de setenta años de antigüedad se parte sola al medio. Este hecho fue presenciado por su madre, hermana y hasta una sirvienta. Dos semanas después se rompe un aparador originario del siglo XIX, en su interior quedaron divididas porciones de pan en tres trozos y un

cuchillo al otro extremo de la panera, descartaron su uso y poco tiempo después supieron de familiares que practicaban espiritismo y hasta de una médium de quince años de edad que, según afirmaron querían ponerse en contacto con ellos.

Jung mientras continuaba trabajando en Múnich como ayudante en medicina interna, aquella rama de la medicina que se ocupa por darle cuidados integrales a los pacientes que ingresan a un hospital, pero por obra del destino fue a dar con el Manual de psiquiatría de Richard von Krafft – Ebing, psiquiatra alemán quien en 1886 escribió el primer libro dedicado enteramente a las perversiones sexuales titulado *Psychopathia Sexualis*. En este libro, escrito con la intención de ser referencia para psiquiatras y jueces, se describen las principales perversiones:

1. Paradoxia: deseo sexual en una etapa de la vida equivocada, por ejemplo, la vejez o la infancia.
2. Anesthesia: Poco deseo sexual.
3. Hypersthesia: Deseo sexual en exceso.
4. Paraesthesia: Un término anterior a lo que, en términos psicoanalíticos es la parafilia. Deseo sexual hacia objetos equivocados como ser fetichismo, sadomasoquismo, pederastia, etc.

Para Richard von Krafft Ebing cualquier uso de la sexualidad con un fin no reproductivo es considerado patológico. Esta teoría fue muy controvertida ya que por ejemplo una violación que desencadena en un nacimiento no es considerado como patológica ya que estaría teniendo como fin la reproducción, por más que sea un hecho aberrante por cuestiones morales, pasa a ser de resolución jurídica.

Siendo estas las primeras referencias que despertaron los interrogantes por el joven Jung, es que comienza su carrera como psiquiatra. Al respecto escribe:

“Me hallaba en la más viva excitación, pues fue para mí como una fulminante revelación de que no había para mí otra meta más que la psiquiatría. Sólo aquí las dos corrientes de mi interés podían confluír y encontrar su cauce por medio de un declive común. Aquí se hallaba el campo común de las experiencias de los hechos biológicos y espirituales, que por todas partes yo había buscado sin encontrarlo. He aquí, por fin, el lugar en que el cruce entre mi naturaleza y espíritu era ya un hecho.” (Carl G. Jung. Recuerdos, sueños, pensamientos.)

Eugen Bleuer era el director de la Clínica Psiquiátrica de Burghölzli, nombre dado al hospital psiquiátrico de la Universidad de Zurich, cuando C. Gustav Jung deja Basilea y se traslada a Zúrich para ocupar con gran entusiasmo el puesto de ayudante el 10 de diciembre de 1900. Allí comienza su carrera como profesional dentro de la psiquiatría, al respecto comenta:

“Durante medio año me encerré para habituarme a la vida y al espíritu de un manicomio y me leí los cincuenta volúmenes de la *Revista general de Psiquiatría* desde sus orígenes, para conocer la mentalidad psiquiátrica” (...) “En tales condiciones comenzó mi carrera de psiquiatra, mi experimento subjetivo del cual nació mi vida objetiva” (Carl G. Jung. Recuerdos, Sueños y pensamientos, pág. 141,142)



Comienza a preguntarse por las enfermedades mentales y se da cuenta que el modelo al que se recurría a la hora de responder estos interrogantes se limitaba a dar diagnósticos, estadísticas y descripción de los síntomas. El estudio de la personalidad enferma era además tratado de manera muy abstracta e “individualizante”.

En esto Freud lo ayuda a tener otra visión, introduciendo conceptos de la psicología en la psiquiatría, pese a que era al mismo tiempo médico neurólogo con su marcada formación tradicionalista.

Durante esta época Jung comienza a aplicar su Método de Asociación de Palabras, experimentando sobre una infanticida melancólica que había sido diagnosticada como esquizofrénica. Pocos días después de aplicarse el método la paciente recibe el alta y nunca más necesitó ser internada.

Al respecto el joven Jung comienza a darse cuenta de la importancia que tiene además del tratamiento abstracto sobre los diagnósticos, conocer la personalidad del paciente. Para él la historia personal secreta es de vital importancia para su recuperación. El terapeuta debe primero que nada conocer cuestiones íntimas tanto conscientes como inconscientes sobre las personas. El contacto humano, la interpretación de los sueños y cosas de este tipo son indispensables.

Se doctoró en 1905 y pasa a ser médico jefe del Hospital Psiquiátrico de Zurich, pero renuncia en 1909 debido al exceso de trabajo. Se ocupó durante ese período por la psicología de los pueblos llamados “primitivos” y por el psicoanálisis, conservando el puesto de profesor auxiliar hasta 1913.

Se interesó por la hipnosis y por el pensamiento de psicólogos y filósofos como Pierre Janet o Théodore Flournoyr. Según se cuenta una mujer de cincuenta y ocho años que tenía medio cuerpo paralizado se curó con sesiones de hipnosis y decía que en realidad se explicaba por la teoría de la *transferecia*. Al parecer se estaban reviviendo vínculos y esta parálisis se debía a una *proyección* que tenía la madre de la paciente, que era la de un hijo enfermo. Poco a poco Jung y Freud también fueron dejando la hipnosis, al parecer no resultaba cómodo trabajar a ciegas y desde un método “directivo”.

En 1904 y 1905 funda un laboratorio de psicopatología experimental, allí se hicieron los famosos experimentos con el *galvanómetro*, en el que median la frecuencia psíquica, es decir la corriente eléctrica que generaban los diferentes estados de la psiquis. También se realizaron los famosos experimentos de *asociación de palabras*. En 1909 es invitado junto con Sigmund Freud a exponer estos experimentos en la Universidad de Clark, ambos reciben el título de Doctor honoris causa.

Durante ese entonces es que comienzan a desafiar al modelo vigente de la psiquiatría cuando comienzan a probar que la esquizofrenia o *Dementia Praecox* se debía a una causa física. Un caso clave para este descubrimiento es el de Babbet S.,

comprenden la importancia de entender el lenguaje de los enfermos mentales. Al respecto escribe Jung:

“Me di cuenta más de una vez que en tales pacientes se oculta en el trasfondo una ‘persona’ que debe definirse como normal y que en cierta medida es testigo. (...) En los enfermos mentales sólo es visible exteriormente la trágica destrucción y sólo excepcionalmente la vida de aquel aspecto del alma que se nos oculta”. (C. G. Jung Recuerdos, sueños y pensamientos)

Es de esta manera que comienza a exponer las bases de su método, el *método analítico* o *psicoterapéutico ideal*. Si bien afirma que es imposible dar un término acabado para su teoría, ya que la terapéutica es distinta para cada caso, esta diferencia con la psiquiatría tradicional marca la fundación de su propia escuela, la *psicología analítica*. Escribe al respecto:

“La psicoterapia y los análisis son tan distintos como los mismos individuos. Yo trato a cada paciente lo más individualmente posible, pues la solución del problema es siempre personal. Las reglas válidas en general sólo se pueden formular *cum grano salis*. Una verdad psicológica es solamente válida cuando se puede cambiar. Una solución que a mí no se me ocurra puede ser para otro precisamente la correcta. Naturalmente un médico debe conocer los denominados «métodos». Pero debe evitar el anquilosarse en lo rutinario. Las premisas teóricas sólo deben aplicarse con mucho cuidado. Hoy quizás son válidas, mañana pueden serlo otras. En mis análisis no juegan ningún papel. Intencionadamente no soy sistemático. Frente al individuo no hay para mí más que la comprensión individual. Para cada paciente se requiere un lenguaje distinto.” (C. Gustav Jung. Recuerdos, sueños y pensamientos)

Se trata de una interrelación mutua entre dos personas que busca eliminar la visión de un médico sano tratando a un paciente enfermo al que se le debe aplicar un método determinado. Es un proceso de transferencia y contratransferencia en el que el analista también debe participar y analizar cómo influyen en él lo que se va analizando. Ello requiere que el analista expanda también su visión sobre los fenómenos culturales que incluyen la diversidad del humano, los mitos y el simbolismo de cada cultura.

El análisis deja de ser teórico. El psicoanalista debe abrir su intuición, no buscar una reconfirmación teórica. Puede haber incluso en la relación paciente y analista una transferencia parapsicológica en la que puede haber una identificación con el inconsciente. De cualquier manera, el analista debe mantener la distancia necesaria para que no le afecte.

Para Jung los mitos juegan un papel fundamental en la comprensión de la psique. El hombre ha rehusado a los mitos tras los velos de la razón. Esta pérdida del mito hace que se considere patológica una conducta o manera de pensar que en la cosmovisión de un pueblo que se rige por mitos sería totalmente normal. Por eso esta psicología busca salir del exceso de academicismo, la predilección por las ciencias y la razón frente al inconsciente, ya que según esta teoría es la que causa tener una visión patológica. Confundiendo sabiduría con discurso intelectual. La cura es, desde esta perspectiva, el “cerrar el abismo entre consciente e inconsciente”. Al respecto escribe:

“Quien ha experimentado profundamente en sí mismo este desdoblamiento es más capaz de lograr una mejor comprensión para estos procesos anímicos inconscientes e impedir aquel típico peligro de desorbitación que amenaza al psicólogo. Al que no conoce por propia experiencia la influencia nefasta de los arquetipos le será difícil sustraerse de tal influencia negativa cuando la confronte en la práctica con su

experiencia. Sobrevalorará o subestimaré todo esto, porque posee sólo una noción intelectual, pero no una norma empírica. Aquí comienzan los peligrosos extravíos, el primero de los cuales es el intento de usurpación intelectual. Tiene por objetivo secreto sustraerse a la influencia arquetípica y en beneficio de la auténtica experiencia de un mundo conceptual aparentemente asegurado de modo artificial, pero meramente bidimensional, que aspira a ocultar la realidad de la vida con las llamadas ideas claras. La desviación hacia lo abstracto despoja a la experiencia de su sustancia y le presta el mero nombre, que a partir de entonces suplanta a la realidad. Nadie está obligado a un concepto y tal es precisamente la conveniencia buscada que promete protección frente a la experiencia. Pero el espíritu no vive de los conceptos, sino de los hechos. Las meras palabras no sirven para nada, lo único que se logra es repetir este proceso hasta el infinito. (Carl Gustav Jung. Recuerdos, sueños, pensamientos.)

En 1900 había comenzado su lectura sobre la interpretación de los sueños, pero fue años más tarde que tuvo algo más de experiencia como para comprender mejor su teoría y sacar sus propias conclusiones teniendo algunas discrepancias con S. Freud. Si bien el método de interpretación de los sueños le hizo tener una mejor comprensión sobre la psicosis, desde sus comienzos estaba insatisfecho con la creencia de que la *represión* (mecanismo por el cual se rechaza determinada idea o representación pero que pasa al inconsciente, sin ser destruida) fuera solo de índole sexual. Durante sus aplicaciones del método de asociación de palabras Jung estudió la represión en pacientes que mostraban dificultad para hablar de ciertos temas o tenía determinadas respuestas ante diferentes estímulos, por los que muchas veces lo que hacía el método era mostrar un *complejo*, aquellos aspectos que la persona se negaba a ver o a aceptar y que le ocasionaban sufrimiento.

Sobre Freud a pesar de ser considerado persona no grata Jung declaró ante un congreso en Múnich ser defensor su teoría con quien coincidía en más puntos que en los que discrepaba. Mantenía con él correspondencia fluida hasta su ruptura definitiva en 1913.

En 1910 Freud escribió: “Mi querido Jung, prométame que nunca desecharé la teoría sexual. Es lo más importante de todo. Vea usted, debemos hacer de ello un dogma, un bastión inexpugnable contra la negra avalancha del ocultismo.”

A Jung le resultaba impresionante que a Freud le parezca que todo el deseo y la voluntad humana quede solo reducida al tema de la pulsión. Para él había algo más que una cuestión intrínseca a la psique. Escribe:

“Un rasgo de su carácter me preocupaba en especial: la amargura de Freud. Ya me llamó la atención en nuestro primer encuentro. Durante mucho tiempo no logré comprenderlo hasta que pude relacionarlo con su actitud respecto a la sexualidad. Para Freud la sexualidad significaba ciertamente un numinoso, pero en su teoría se expresa exclusivamente como función biológica. Sólo la inquietud con que hablaba de ello permitía deducir que en él resonaba más profundamente. En última instancia quería enseñar —así por lo menos me lo pareció a mí— que, vista desde dentro, la sexualidad implicaba también espiritualidad o tenía sentido. Su terminología concreta era, sin embargo, demasiado limitada para poder expresar esta idea. Así pues, me daba la impresión de que trabajaba contra su propio objetivo y contra sí mismo; y no existe

amargura peor que la de un hombre convertido en el más encarnizado enemigo de sí mismo. Según su propia expresión, se sentía amenazado por la «negra avalancha», él, que había propuesto principalmente vaciar las oscuras profundidades”. (C. G. Jung Recuerdos, sueños, pensamientos)

Continúa:

“Freud no se preguntó nunca por qué debía hablar constantemente sobre el sexo, porque este pensamiento le poseía. Nunca tendría consciencia de que en la «monotonía del significado» se expresaba la huida de sí mismo, o de aquella otra parte suya que quizás pudiera definirse como «mística». Sin reconocer esta parte no podía sentirse acorde consigo mismo. Era ciego frente a la paradoja y la ambigüedad de los significados del inconsciente, y no sabía que todo cuanto emerge del inconsciente posee algo superior e inferior, algo interno y externo. Cuando se habla de lo externo, y esto hizo Freud, se considera sólo la mitad de ello y, consiguientemente, surge en el inconsciente una fuerza antagónica.”

Llegó a comparar la numinosidad en la teoría de Freud con la “voluntad de poder”, teoría expuesta en las obras de Friedrich Nietzsche, aunque Eros y Poder son en principio antagónicos.

Lo que lo alejó de Freud fue la adherencia al positivismo de la Viena de ese momento y el rechazo a los fenómenos ocultos. Escribe Jung:

“Mientras Freud exponía sus argumentos, yo sentí una extraordinaria sensación. Me pareció como si mi diafragma fuera de hierro y se pusiera incandescente, una cavidad diafragmática incandescente. Y en este instante sonó un crujido tal en la biblioteca, que se hallaba inmediatamente junto a nosotros, que los dos nos asustamos. Creímos que el armario caía sobre nosotros. Tan fuerte fue el crujido. Le dije a Freud: ‘Esto ha sido un fenómeno de exteriorización de los denominados catalíticos’.

‘¡Bah, dijo él, esto sí que es un absurdo!’ ‘Pues no’, le respondí, ‘se equivoca usted, señor profesor. Y para probar que llevo razón le predigo ahora que volverá inmediatamente a oírse otro crujido’. Y, efectivamente: ¡apenas había pronunciado estas palabras se oyó el mismo crujido en la biblioteca!

Freud me miró horrorizado.” (Carl Gustav Jung. Recuerdos, sueños, pensamientos.)

Pese a estas discrepancias en 1908 participan ambos en el Primer Congreso de Psicoanálisis, por lo que Jung es considerado parte de la fundación de esta escuela.

El 28 de noviembre de ese año nace su primer y único hijo varón Franz. Comienza durante ese período a construir su casa de tres plantas frente al lago Zúrich.

En 1909 deja su trabajo de Zúrich y se muda a su nueva casa de Küsnacht donde vivió hasta el final de sus vidas.

Durante ese año revive su pasión por la arqueología. escribe en una carta a Freud “La arqueología, o mejor dicho, la mitología, me ha atrapado”. Este interés fue palpable hasta el final de la Primera Guerra Mundial.

En 1913 la ruptura con Freud es definitiva, aquí un fragmento de la última carta que le envió a Jung:

“Su alegato de que trato a mis seguidores como pacientes es evidentemente falso.... Es una convención entre los analistas que ninguno de nosotros debe sentirse

avergonzado de su propia neurosis.... Pero uno [refiriéndose a Jung] que, mientras se comporta anormalmente, sigue gritando que es normal da sustento a la sospecha de que le falta asumir su enfermedad. En consecuencia, propongo que abandonemos nuestras relaciones personales enteramente.” (Sigmund Freud, 1913)

A partir de este momento se da la apertura para un nuevo Jung, comienza a desarrollar su propia comprensión sobre el inconsciente, sobre las patologías y su teoría como pensador.

En 1914 funda con Alphonse Maeder, médico, psiquiatra y psicoterapeuta, colaborador y asistente de E. Bleuler y S. Freud, la Escuela de Zúrich.

Durante esta época tuvo experiencias cercanas a la locura como resultado de la ruptura con Freud. Ese mismo año estalló la guerra, lo que agravó, la situación. Jung sintió experimentar una confirmación de sus propios pensamientos. Es durante esta época que deja aflorar sus representaciones inconscientes y fantasías. Se propone entregarse seriamente a la inconsciencia y como resultado afloran en él una serie de figuras que llamó arquetipos.

- ✓ Los *arquetipos* son una parte fundamental de la teoría Junguiana. Son representaciones oníricas o de fantasía que guardan relación con mitos y leyendas. Motivos universales que se tratarían de aquellas imágenes ancestrales de un inconsciente colectivo. No son heredadas ni son experiencias individuales. Sino que están implícitas en las expresiones culturales de los hombres de los diferentes períodos de la historia.

Para ampliar la elaboración del concepto, Jung habla de “una tendencia innata a generar imágenes con intensa carga emocional que expresan la primacía relacional de la vida humana”.

De la amplia gama de arquetipos como ser muerte, nacimiento, niño eterno, Dios, viejo sabio, mandala, padre, héroe, etc., solo cinco alcanzan un desarrollo superior a los demás. Estos son:

- *Ánima*: Este arquetipo viene a designar a lo eterno femenino inconsciente en todo hombre, que forma un vínculo entre el yo y el inconsciente colectivo, abriendo una potencial vía hacia el *sí mismo*, arquetipo central del inconsciente colectivo.

Son las figuras o imágenes femeninas, que atrapan al hombre, comparablemente a las musas en las poesías. Es un arquetipo activador del *eros*.

*Ánima* significa alma en latín. El arquetipo de lo masculino, no es el alma sino el espíritu, *animus*.

- *Animus*: Es la contraparte masculina del *ánima*. Significa espíritu. Viene a ser el aspecto masculino universal de cada mujer. Su principio es el *logos*, el contrapuesto de *eros*. Estas dos partes *ánima-animus* están proyectadas, por lo que cada parte le proyecta al otro contenido de su universal masculino o femenino. Jung concede a este arquetipo cuatro etapas.

1. Representación del poder físico, hombre musculoso o atleta, teniendo a Hércules como símbolo.

2. Iniciativa. El animus aquí es capaz de realizar actos premeditados, existiendo un deseo de independencia, desarrollo intelectual, económico y profesional. Su simbolismo es Apolo.
  3. Se transforma en la palabra. Su símbolo es el profesor o el Sacerdote.
  4. Se encarna aquí el significado, pasa a ser el animus un mediador entre el consciente y el inconsciente. Su símbolo es Hermes.
- Sombra: Es uno de los arquetipos principales del inconsciente colectivo. Por un lado se refiere a la totalidad de lo inconsciente, es decir todo aquello que escapa a la conciencia, no solo desde la dimensión personal como lo concibe Freud, sino también desde una dimensión colectiva. Por otro lado designa aquellos aspectos de la personalidad, actitudes y rasgos que el *Yo* no reconoce como propios.

La sombra es en este sentido la parte inferior de la personalidad, la suma de todas las disposiciones psíquicas, personales y colectivas que no son asumidas por la conciencia.

Desde lo patológico la sombra puede ser rechazada, generando desequilibrio. La sombra no desaparece por el hecho de ser rechazada por el yo, sino que se “deposita en el inconsciente” reapareciendo una y otra vez y funcionando con cierta autonomía, de manera antagónica al Yo.

La sombra puede hacer que el Yo, como una defensa, la suprima o bien que se produzca una identificación del Yo con la sombra, Ambas consecuencias son patológicas, la salud mental radicaría entonces en la capacidad de la persona para hacerla consciente, para integrar su sombra, darle el lugar que le es propio y sacar el mayor provecho de esta oscuridad. Escribe Jung al respecto:

“Uno no se ilumina imaginándose figuras de luz, sino tornando la oscuridad consciente.” (Obra Completa de Carl Gustav Jung, Volumen 13)

“La sombra es aquella personalidad oculta, reprimida, casi siempre de valor inferior y culpable que extiende sus últimas ramificaciones hasta el reino de los presentimientos animales y abarca, así, todo el aspecto histórico del inconsciente. Si hasta el presente se era de la opinión de que la sombra humana es la fuente de todo mal, ahora se puede descubrir en una investigación más precisa que en el hombre inconsciente justamente la sombra no sólo consiste en tendencias moralmente desechables, sino que muestra también una serie de cualidades buenas, a saber, instintos normales, reacciones adecuadas, percepciones fieles a la realidad, impulsos creadores, etc.” (Carl G. Jung, Aion 1951)

“La figura de la sombra personifica todo lo que el sujeto no reconoce y lo que, sin embargo, una y otra vez le fuerza, directa o indirectamente, así por ejemplo, rasgos de carácter de valor inferior y demás tendencias irreconciliables.”

Simbólicamente se muestra bajo las formas de dragones, serpientes, uróboros, monstruos y demonios.

Para Jung el cristianismo aparece como una solución irresoluta ante este problema del mal. Escribe al respecto:

“La contraposición de lo luminoso y bueno, por un lado, y de lo oscuro y malo, por otro, quedó abandonada abiertamente a su conflicto en cuanto Cristo representa al bien sin más, y el opositor de Cristo, el Diablo, representa el mal. Esta oposición es propiamente el verdadero problema universal, que aún no ha sido resuelto.” (Carl Gustav Jung. Psicología y Alquimia, 1944)

- Persona: La persona representa el Arquetipo de la máscara. Una persona no muestra varias personalidades sino una misma personalidad con diferentes asociaciones. La máscara sería la identificación del Yo con los diversos desbordes del *carácter*. Esto ya lo había postulado en su obra Tipos psicológicos.

Escribe en Tipos Psicológicos: “Mediante su identificación más o menos completa con la actitud adoptada en cada caso engaña cuando menos a los demás, y a menudo se engaña también a sí mismo, en lo que respecta a su carácter real; se pone una *máscara*, de la que sabe que corresponde, de un lado, a sus intenciones, y, de otro, a las exigencias y opiniones de su ambiente; y en ello unas veces prepondera un elemento y otras el otro. A esa máscara, es decir, a la actitud adoptada *ad hoc*, yo la llamo *persona*. Con ese término se designaba la máscara que en la Antigüedad llevaban puesta los actores teatrales.”

Esta identificación es una cuestión de adaptación, es decir depende de las circunstancias del medio, por lo tanto, es distinta a la individuación. Escribe Jung: “A la actitud externa, al carácter externo lo designo con la palabra *persona*; a la actitud interna, con la palabra *ánima, alma*.” (Tipos Psicológicos)

Tanto la sobre identificación de *Yo* con la persona, como su desentendimiento, son potenciales peligros de perturbación mental. En tanto el individuo se preocupe demasiado por la adaptación al mundo social (lo externo), o lo contrario, que se recluya demasiado del mundo exterior y se vuelque hacia su interior, generando una satisfacción *narcisista* en detrimento de las demás personas, pudiendo quedar desconectado de los demás, ser desconsiderado o traer otro tipo de conflicto en las relaciones.

- Sí mismo: En alemán *Selbst*, es considerado el arquetipo central de la Psicología Junguiana y de la teoría del *inconsciente colectivo*.

Simbólicamente se representa como la rueda, el mándala, el círculo, la chacana, la cuaternidad, el niño, etc. Representa el final del proceso de individuación, es decir, una personalidad entera, acabada, un todo independiente, en unidad.

Escribe Jung sobre el sí-mismo: “El sí-mismo es una magnitud antepuesta al *yo consciente*. Comprende no sólo la psique consciente, sino también lo inconsciente, y por ello es, por así decirlo, una

personalidad que también somos... No existe posibilidad alguna de alcanzar también una consciencia aproximativa del sí-mismo, pues por más que queramos hacerlo consciente siempre existirá una cantidad indeterminada e indeterminable de *inconsciente* que pertenece a la totalidad del sí-mismo.

“El sí-mismo es no sólo el centro, sino también aquel ámbito que encierra la consciencia y lo inconsciente; es el centro de esta totalidad como el yo es el centro de la consciencia.”

“El sí-mismo es también ‘la meta de la vida’, pues es la expresión más completa de la combinación del destino que se llama individuo.” (Obras Completas de C. G Jung. Volúmen 12, Psicología y Alquimia)

El sí mismo puede definirse como una “imagen arquetípica de la totalidad”, vivenciada como un poder transpersonal que da sentido a la vida. Por ejemplo, Buda, Cristo o las figuras mandalas (representaciones simbólicas espirituales y rituales del macrocosmos y del microcosmos utilizadas sobre todo en el budismo y el hinduismo). Al respecto la siguiente cita:

“El símbolo de Cristo tiene suma importancia para la psicología, porque es tal vez, junto con la figura de Buddha, el símbolo más desarrollado y diferenciado del sí-mismo.” (Obras completas. Volumen 12, Psicología y Alquimia)

El Selbst viene a ser el centro y totalidad de la psique. Aquello por lo que se rige el individuo y fuente de su equilibrio. Es su principio de coherencia, estructura y organización, hacia el cual se dirige inconscientemente. Escribe Jung en el Volumen 12, Psicología y Alquimia de Obras completas: “Sin la vivencia de los opuestos no existe experiencia de la totalidad y, por ende, tampoco un acceso interior a las figuras sagradas.”

Además de los arquetipos, un concepto fundamental de la psicología de Jung es del *inconsciente colectivo*, que se diferencia del inconsciente propuesto por Freud para el que todo resto arquetípico es considerado como intrínseca a la psique humana, no dando un lugar para la manifestación colectiva de este material inconsciente.

A menudo se lo ha asociado al concepto de Anima Mundi, un espíritu etéreo subyacente a la naturaleza, presente en la filosofía de la antigüedad y en las religiones orientales bajo la forma de Brahma o el concepto hindú de atman, esencia o sopro vital.

El inconsciente colectivo se expresa en los diferentes simbolismos que expresan contenido de la psique que va más allá de la razón. Este simbolismo está presente en las religiones y en la mitología, disciplinas por las cuales Jung mostró gran interés. Para él es fundamental para comprender la personalidad de los pacientes, ya que sin el conocimiento de los mitos y las culturas es imposible comprender los diferentes arquetipos con los que se identifica el Yo, y por ende ciertas manifestaciones arquetípicas van a ser consideradas patológicas cuando en una cultura que se rige por determinado contenido simbólico distinto al actual sería algo completamente normal.

De 1918 a 1926 es que se ocupó de estudiar la Alquimia y las tradiciones gnósticas. En 1928 Richard Wilhelm, teólogo, sinólogo y misionero alemán, le envió un ejemplar del famoso texto de alquimia china llamado “El secreto de la flor de Oro”



Estudió durante esa época el Rosario de los filósofos, una obra de alquimia del año 1550, y textos del neoplatonismo. Todo este material los volcó a sus obras tales como El Aion de 1951 o Psicología y Alquimia. Su obra cúlmine de esta temática es “Mysterium coniunctionis. investigación sobre la separación y la unión de los opuestos anímicos en la alquimia” de 1955/56, una obra en la que vuelve a exponer su concepto de transferencia.

Durante 1920 había hecho viajes a África, visitando Argelia, Túnez, luego Susa, Sfax, el oasis de Sahara y el oasis de Nefta. Luego regresó a Europa, arribando en Marsella, fue durante ese momento que tuvo el famoso sueño de Kazbat (Alcazaba).

En 1921 es que escribe su obra famosa Tipos psicológicos, donde expone las diferentes actitudes y funciones de la psique. (Pensamiento, sentimiento, sensación e intuición. Introversas y extroversas).

En 1923 muere su madre, y Jung aprende a esculpir. A todo esto, ya vivía en sus terrenos adquiridos sobre las orillas del Lago Zúrich.

En 1925 recorre Kenia y Uganda, visitando lugares como Mombasa y Nairobi. Durante esos viajes Jung relata un sentimiento de *Dèja vú*.

En 1930 es nombrado vicepresidente honorario de la Asociación Alemana de Psicoterapia y en 1933 Profesor de Psicología Médica de la Escuela Politécnica Federal de Zúrich.

Durante el régimen nazi la Asociación Alemana de Psicoterapia, por la que habían pasado muchos de sus colegas, se disuelve y es absorbida por un nuevo organismo de alcance internacional, la Sociedad Médica de Psicoterapia, de la que Jung pasa a ser presidente. Pasa también a ser director de la Revista de Psicoterapia. Por aceptar estos cargos honorarios es que Jung fue más de una vez acusado de ser nazi y antisemita, lo cual es algo muy discutido.

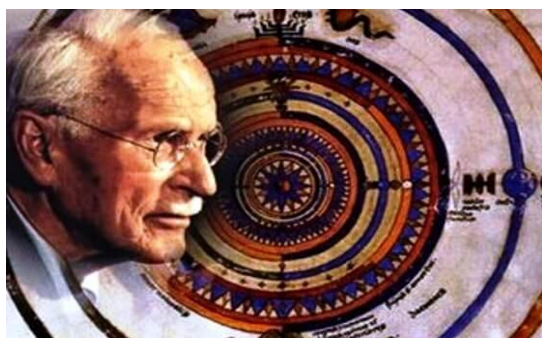
En 1938 viaja a India explorando el Yoga y la Meditación. Durante ese año dicta sus conferencias sobre Psicología y Religión tituladas “Acerca de la psicología de la religión occidental y de la religión oriental”, conocidas como las Conferencias Terry de la Universidad de Yale.

Jung continuó publicando libros hasta el final de su vida entre los que se destacan, por ejemplo, “Un mito moderno. De cosas que se ven en el cielo de 1958”, libro que trataría sobre el fenómeno ovni.

Muere finalmente en su casa de Küsnacht un 6 de junio de 1961 mientras se encontraba leyendo la obra del filósofo Teilhard de Chardin, “El fenómeno humano”.

Sus influencias continúan hasta nuestros días y se deben a sus teorías importantes avances dentro del campo de la psicoterapia como por ejemplo la terapia transpersonal o el famoso test de Myers Briggs. Ha escrito prólogos de obras importantísimas de filosofía comparada, ha mantenido amistad y correspondencia con importantes escritores relacionados a la temática como D. T Suzuki, o Hermann Hesse, del cual también fue mentor y analista. Hasta sirvió de influencia para la creación de Alcohólicos Anónimos.

En 2009 se publica un libro que hasta el momento había permanecido inédito. El famoso Libro Rojo de Jung, un manuscrito de tamaño folio creado entre 1914 y 1930 en cuero rojo. Allí aparece información inédita sobre sus teorías del inconsciente colectivo, los arquetipos, los tipos psicológicos y la psicoterapia.



(Retrato C. G. Jung con mándala de fondo)

- Ken Wilber y la psicología integral:

Kenneth Earl Wilber nace en Oklahoma City un 31 de enero de 1949. Es un escritor estadounidense interesado por la psicología, la filosofía, las religiones comparadas, la historia, el misticismo y la ecología entre otros temas.

Tiene, entre sus logros académicos, una licenciatura en bioquímica y un doctorado (sin tesis) en biofísica y bioquímica, además de una especialización en los mecanismos de los procesos ópticos. Aunque poco a poco se fue decantando por la filosofía. (Ken Wilber, Biografía y Pensamiento)

Su alma máter es la Universidad de Duke, una de las universidades privadas más reconocidas de EE. UU. Fundada en 1838 en Trinity, su campus se ubica en Durham , Carolina del Norte desde 1892. El porcentaje de admisión es muy bajo y sus gastos son de entre los siete más altos de la nación. Su nombre se debe a Washington Duke, padre del empresario multimillonario James Buchan Duke, pionero en la industria del tabaco. De esta universidad salen importantes celebridades entre ellos varios Premios Nobel en Física y deportistas famosos.

Se lo considera un pensador New Age, corriente de la denominada Era de Acuario, una era astrológica en la que se produciría un cambio de conciencia. Sus creencias bordean la mística, el esoterismo y las disciplinas alternativas (no debe confundirse con la corriente del Nuevo Pensamiento, que es muy similar en cuanto a las ideas, pero es del siglo anterior). Sin embargo en sus obras Ken Wilber es muy crítico de esta corriente.

Es practicante de varias técnicas de meditación de entre las que se incluye el Zazen (escuela japonesa de budismo, “za” significa sentarse y “zen” es meditación). Su posición filosófica también es influenciada por el budismo, sobre todo por el pensamiento de Nagarjuna, filósofo indio de alrededor del siglo II, importante referente del budismo Mahayana o del gran vehículo, cuya doctrina sobre el vacío (shuniatá) sería de vital importancia para todo el budismo que surge de ahí en más. Pese a esta influencia filosófica, Ken Wilber no se define a sí mismo como budista.

Su interés por unir ciencia y religión, analizando los aspectos comunes de la mística de oriente y occidente y recopilando experiencias de meditadores y pensadores, lo llevan a ser uno de los referentes más importantes de la actualidad en lo relacionado a la psicoterapia y a la espiritualidad, así como también en el área de autoayuda y desarrollo personal, por lo que es citado en ámbitos que permean entre lo académico y

el mundo cotidiano, escuelas de coaching, liderazgo, motivación, etc. Además de algunas de las denominadas disciplinas alternativas.

Influido por el budismo, el vedanta advaita (escuela del vedanta no-dual, es decir que el alma y la divinidad, atman y Brahma están en comunión indisociable), pensadores como Ramana Maharshi, Jürguen Habermas, Teilhard de Chardin (con quien coinciden en la idea de crear una teoría que reúna moral, arte y ciencia), escribe sobre filosofía, antropología, ciencia, psicología, sociología y religión.

Es considerado durante su primera etapa como escritor por ser uno de los exponentes de la psicología transpersonal (finales de los años 70 hasta mediados de los 80). Luego se distanció de esta corriente por considerar que la mayoría de sus autores incurren en lo que él llama la *falacia pre-trans*.

Según él las teorías psicológicas hasta el momento fracasan en explicar las experiencias sutiles y de iluminación espiritual. Por un lado la escuela Freudiana interpreta estas experiencias como parte del denominado *pre consciente*, por el otro la escuela Junguiana lleva a estas experiencias a un plano más allá, el plano de la *trans-conciencia*. Ninguna de las dos teorías las trata desde un plano que pueda hacerse consciente, es decir que amplíe la conciencia sin por ello quedar fuera de sí, por lo que ambas visiones son patológicas.

Tras comprender la insuficiencia de ambas teorías, comienza a trabajar, hace más de una década en lo que él llama un *enfoque integral* mediante el modelo AQAL (All quadrants, all levels), basado en la *dinámica espiral*.

El enfoque integral busca ampliar la comprensión del ser humano y del universo, combinado aportes de la ciencia y de la intuición espiritual, uniendo sentimientos, intelecto, cuerpo y espíritu (corazón, alma, mente y cuerpo). Ya filósofos como Aurobindo, Jean Gebser o Don Beck habían utilizado el término integral.

Se llama integral o muchas veces holística (de holos, totalidad) ya que concibe al universo de esta manera, como una totalidad, en la que las demás partes que también son totalidades, en sentido de unidades, deben integrarse y armonizarse con el todo para lograr el equilibrio. Las patologías van a ser entonces muestras de ese desequilibrio y en las terapias de psicología integral lo que se buscará es que el paciente encuentre el equilibrio entre las diferentes partes que están desencajando sean parte del *cuadrante individual interno*, *cuadrante individual externo*, *cuadrante colectivo externo* o *cuadrante colectivo interno*

La denominada dinámica espiral es un concepto desarrollado por Don Edward Beck, un reconocido consultor en desarrollo sociocultural y gestión organizacional, y Christopher Cowan co-creador del concepto. Es un modelo transdisciplinar (bio-psico-socio-cultural) que analiza desde diferentes perspectivas, las distintas *visiones del mundo* y cómo estas influyen en los diferentes ámbitos organizacionales y culturales.

En su obra los tres ojos de conocimiento Ken Wilber distingue tres modos de concebir a las cosas. Desde lo que él llama los ojos de los sentidos, los ojos de la razón y los ojos de la contemplación. Estos últimos son los más importantes para comprender la verdad desde la óptica de este autor. Es con los que se captan los aspectos más trascendentes de la existencia humana. A su vez hace corresponder estos tres modos de concebir la realidad con tres momentos de la ciencia, *prescripción* (momento de descubrimiento de un postulado científico), *paradigma* (marco teórico, modelo o soporte, desarrollado por Khun) y *comprobación* (momento de verificación de esa certeza desarrollado por Karl Popper).

Según sus datos autobiográficos su primera esposa Treya Killam Wilber, fue su musa inspiradora y parte importante de su vida por lo que sus obras están marcadas por esa influencia. Ellos se habían casado a los nueve meses de conocerse y en su luna de miel ella detecta un cáncer. Durante cinco años Ken acompañó este proceso hasta que finalmente enfermó gravemente y falleció. Este hecho lo marcó profundamente y se hará notar en varias de sus obras.

Entre sus principales escritos se destacan *El espectro de la conciencia.*, *El proyecto atman.*, *La conciencia sin fronteras.*, *El paradigma holográfico.*, *Los tres ojos del conocimiento.*, *Cuestiones cuánticas.*, *Sexo, ecología y espiritualidad.*, *Psicología integral.*, *El ojo del espíritu*, *Ciencia y religión.* *Espiritualidad integral* y *Una teoría del todo.*, entre otras.

Actualmente vive, tiene sesenta y un años, trabaja activamente como escritor y difusor de sus obras y sus teorías. Tiene su página web [www.kenwilber.com](http://www.kenwilber.com).



(Fotografía de Ken Wilber)

- Stanislav Grof y la psicología transpersonal:

Nació en Praga, Republica Checa, antigua Checoslovaquia el 1 de Julio de 1931. Es médico psiquiatra y psicólogo, fundador de la psicología transpersonal, aquella rama de la psicología moderna que abarca los procesos trascendentes y espirituales, así como aquellas experiencias que extraceden la comprensión desde la disposición habitual de la conciencia. Es conocido por sus contribuciones sobre los *estados no ordinarios de conciencia* con fines curativos, de introspección y de desarrollo humano.

Contribuyó al campo de las experiencias pre y perinatales cuando estudiaba el tema de los traumas del nacimiento iniciado antes por Otto Rank, experimentó con LSD y fue

uno de los pioneros en la famosa Terapia Psicodélica, en la que se encuentra también entre sus fundadores al famoso psicólogo Timothy Leary quién la popularizó durante la década del sesenta.

Sobre esta etapa del desarrollo de la psicología transpersonal escribe lo siguiente en su libro *Psicología Transpersonal. Muerte, nacimiento y trascendencia en psicoterapia*:

“Un aspecto interesante e importante de los estados psicodélicos lo constituyen experiencias de contenido condensado o compuesto. En el transcurso de la psicoterapia con LSD se pueden descifrar algunas experiencias como formaciones simbólicas de determinación múltiple, combinando elementos de muchas áreas distintas, relacionadas emocional y temáticamente, de un modo eminentemente creativo. Hay un paralelismo claro entre estas estructuras dinámicas y las imágenes de los sueños, tal como lo analizó Sigmund Freud [153b]. Otras experiencias compuestas parecen ser mucho más homogéneas; en lugar de reflejar una diversidad de temas y niveles de significado, incluidos los de naturaleza contradictoria, estos fenómenos representan una pluralidad de contenido de forma unificada, producto de la suma de varios elementos. Las experiencias de unidad dual con otra persona (es decir, la sensación de la identidad propia y simultáneamente la de unidad con otro), la conciencia colectiva, ya sea la de un grupo de individuos o la de la totalidad de la población de un país (India, la Rusia de los Zares, la Alemania nazi), o el de toda la humanidad, pertenecen a esta categoría. Asimismo, las experiencias arquetípicas de la madre sancionadora u omnipotente, del hombre o de la mujer, del padre o del amante, del hombre cósmico, pueden mencionarse como ejemplos importantes” (Stanislav Grof. *Psicología Transpersonal, Nacimiento, muerte y trascendencia en psicoterapia. Retos conceptuales de la investigación moderna de la conciencia*. Editorial Kairós, Octava edición, marzo 2015, Página 54).

Continúa un poco más adelante. “Una última característica extraordinaria de los estados inusuales de conciencia que debemos mencionar consiste en superar la diferencia entre el ego y los elementos del mundo exterior o, en términos más generales, entre la parte y el todo. En una sesión de LSD es posible experienciarse a sí mismo como alguien o como algo ajeno, tanto perdiendo la identidad original, como sin perderla. La experiencia de uno mismo como una infinitésima fracción independiente del universo no parece ser incompatible con la de sentirse formar a su vez otra parte del mismo, o de la totalidad de la existencia. Los sujetos bajo los efectos de LSD pueden experimentar simultáneamente, o alternativamente, muchas formas diferentes de identidad. Un extremo lo constituye la identificación plena con el animal biológico independiente, limitado y alienado, que constituye el cuerpo material en el que reside, es decir, su propio cuerpo. En esta forma el individuo es diferente de todo y de todos los demás, y sólo representa una fracción infinitésima -y finalmente despreciable- de la totalidad. El extremo opuesto consiste en la plena identificación experiencial con la toma de conciencia indiferenciada de la mente universal, o del vacío y, por consiguiente, con la totalidad de la red cósmica y con la plenitud de la existencia. Esta última experiencia tiene la cualidad paradójica de estar desprovista de contenido, a pesar de contenerlo todo; nada existe en forma concreta, pero al mismo tiempo la

totalidad de la existencia parece estar representada, o presente de un modo potencial o germinal.” (Stanislav Grof. Psicología Transpersonal. Muerte, nacimiento y trascendencia en psicoterapia. Editorial Kairós. Octava edición, marzo 2015, Barcelona. Página 55)

Esta modificación en la conciencia que suele disolver límites en la percepción, le proporcionaron a Grof durante esta etapa de fundación de la Psicología Transpersonal, una alternativa a la incompatibilidad de sus interrogantes con lo que él llama el *paradigma Newtoniano-Cartesiano*, que según él es el que imperó en la psicología del momento y que, ante estas dificultades “hace aguas”, es decir se muestra insuficiente, por lo que es necesario cuestionar sus bases.

A continuación, una cita de su libro Psicología Transpersonal en la que brinda una denominación para el término *transpersonal*, dice:

“El mayor desafío al modelo mecanicista del universo newtoniano-cartesiano procede de la última categoría de los fenómenos psicodélicos, toda una gama de experiencias que he optado por denominar *transpersonales*. El común denominador de este grupo copioso y ramificado de experiencias inusuales lo constituye la sensación individual de expansión de la conciencia, más allá de las fronteras del ego, superando las limitaciones del tiempo y del espacio” (S. Grof. Psicología Transpersonal. Muerte nacimiento y trascendencia en psicoterapia. Editorial Kairós. Octava edición, marzo 2015. Página 60).

Prosigue: “ Muchos participantes en sesiones de LSD han informado de que en sus percepciones la conciencia no es un producto del sistema nervioso central y, por consiguiente, exclusiva de los humanos y de los vertebrados superiores. La han visto como una característica primaria de la existencia, que no puede reducirse a, ni desviarse de, ninguna otra cosa. Los individuos que han facilitado informes de episodios de identificación de conciencia con las plantas o con parte de las mismas, en algunas ocasiones han alcanzado una extraordinaria percepción interna de ciertos procesos botánicos, tales como la germinación de las semillas, la fotosíntesis en las hojas, la polinación, o el intercambio de agua y minerales en las raíces. Igualmente común es la sensación de identificación con la conciencia de la materia o de los procesos inorgánicos, tales como el oro, el granito, el agua, el fuego, los rayos, los huracanes, la actividad volcánica, o incluso los átomos y las moléculas individuales. Al igual que los fenómenos anteriores, estas experiencias se caracterizan por la sorprendente precisión de su percepción interna.” (S. Grof. Psicología Transpersonal. Muerte, nacimiento y trascendencia en psicoterapia. Ed. Kairós, octava edición, marzo 2015, Barcelona. Páginas 62-64)

Tras la prohibición del LSD buscó modos alternativos de explorar la psique humana y desarrolló una técnica llamada Respiración Holotrópica que busca llegar a esos estados no ordinarios de conciencia sin el uso de sustancias psicoactivas. No obstante, la visión que tiene sobre las sustancias visionarias, distintas a las que tiene la psiquiatría tradicional más ligada a los estandartes de la sociedad conservadora, hicieron que sea un

ícono de la contracultura y de la psicología alternativa y de vanguardia, obteniendo reconocimientos y premios como el Visión 97 de la Fundación Dagmar en Praga el 2007.

Sobre esta técnica de respiración continúa trabajando hasta la actualidad, tanto en su desarrollo como en su divulgación, dando seminarios talleres, formación académica y cursos intensivos alrededor de todo el mundo y por diferentes medios audiovisuales. Al respecto nos dice:

“(…) la Respiración Holotrópica nos permite acceder a estados no ordinarios de conciencia en los que el material biográfico significativo procedente de nuestra temprana infancia emerge a la superficie desde las primeras sesiones. De este modo, las personas no solo tienen acceso a recuerdos procedentes de su niñez y de sus primeros años sino que también suelen conectar vívidamente con su nacimiento, la vida del feto e, incluso, aventurarse en dominios de la experiencia que se hallan más allá de su vida intrauterina. Todo es experimentado con una inusual viveza y claridad debido al efecto de dichas ondas. Durante las sesiones experienciales con Respiración Holotrópica, es sorprendente ver la intensidad con la que las personas son capaces de acceder a las experiencias más tempranas de su vida.” (Stanislav Grof. La mente holotrópica. Los niveles de la conciencia humana).

Holotrópica significa que se mueve hacia la totalidad siendo *holos* totalidad en griego y *tropos* movimiento en dirección a algo. La idea de la palabra holotrópica sugiere la supresión de la fragmentación interna, y la sensación de separación entre el individuo y su entorno.

La práctica de la respiración holotrópica consiste en respirar más intensamente, a cierto ritmo continuo para adentrarse en un *estado de conciencia ampliada*, en un clima de calidez, con música evocativa de diferentes culturas y un trabajo corporal o artístico que puede ser la focalización en un dibujo. Siempre con la guía de un facilitador que, siguiendo la línea de su fundador, tendrá los mismos cuidados sobre sus pacientes que los que recibían durante las terapias médicas con LSD.

Ana María Aguirre, discípula directa de S. Grof, quién trabajo junto a él durante 15 años afirma en una entrevista para la revista THC, de argentina:

“Cuando vos usás la respiración para entrar en estos estados, es como si hicieras cirugía del alma y pudieras entrar en el inconsciente personal o en el inconsciente colectivo o también en el supra consciente.” (Revista THC Año 7, nro. 60. Argentina ,2013)

Ana María Aguirre afirma que durante una sesión de respiración holotrópica se trabaja en tres niveles distintos de conciencia. Estos son:

1. Nivel corporal: Es con el que trabaja la bioenergía, en él afloran emociones, conflictos o situaciones que se alojaban en el cuerpo en forma de bloqueos energéticos, trabas corporales o corazas musculares. Pueden surgir tensiones, dolores o espasmos que se van liberando a medida va avanzando la sesión.
2. Nivel perinatal. Al trabajar con este nivel se tienen experiencias de regresión. Es todo lo que sucede cercano al nacimiento, como tener la sensación de regresar al útero materno. Muestra muchas veces conexiones psicósomáticas entre afecciones y experiencias cercanas a este período, que suelen revivirse durante una sesión de respiración holotrópica.

3. Nivel espiritual o transpersonal. En este nivel se encuentran aquellas experiencias místicas. Es el plano de lo misterioso, de todo aquello que es de difícil acceso para nuestra conciencia ordinaria, pero que afloran de alguna manera y suelen generar resultados positivos luego de la sesión. Muchas personas se han curado de enfermedades psicósomáticas luego de atravesar este nivel de la conciencia.

Durante una sesión de respiración holotrópica se busca una ampliación no específica de los procesos psíquicos de una persona, lo que facilitaría a la psiquis una capacidad natural de sanación.

El método consta de cinco pasos, estos son:

1. Proceso en grupo
2. Intensificación de la respiración (Hiperventilación controlada).
3. Música evocativa.
4. Trabajo enfocado en el cuerpo.
5. Dibujo expresivo.

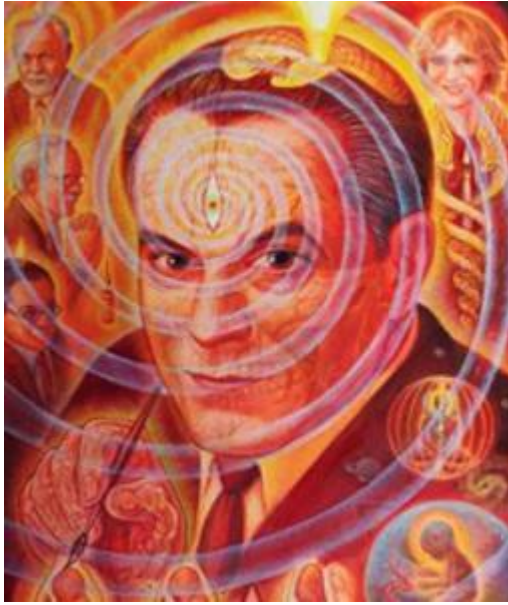
Todos estos pasos deben ser guiados por la figura del *cuidador* que puede ser el mismo facilitador o un asistente del proceso grupal al que se le asigne ese rol. El cuidador debe garantizar que la persona que toma la sesión no sufra ningún inconveniente y que se concentre compasivamente en su respiración.

El Doctor Stanislav Grof Recibió su título de grado en Medicina (M.D) en la Universidad de Carolina en Praga en el año 1957. Luego obtuvo su Ph.D. en la Academia Checoslovaca de Ciencias en 1965, formándose como psicoanalista freudiano. En 1967 es invitado como profesor asistente de psiquiatría en la Universidad Johns Hopkins en Baltimor, Maryland. Luego pasó a ser jefe del Centro de Investigaciones Psiquiátricas de Maryland, Durante ese tiempo es que recibe una muestra de L.S.D del laboratorio del Instituto Sandoz, enviada por el Dr. Albert Hoffman, descubridor de dicha sustancia. Se le encomendó la tarea supervisar a dos pacientes voluntarios. Esta experiencia lo marcó tan fuertemente que se interesó por el resto de su vida en los llamados estados no ordinarios de conciencia que el llama *holotrópicos*.

Durante 1973 S. Grof es invitado al Instituto Esalen en Big Sur, California, un centro de educación alternativa de corte humanista para personas que se ven desatendidas o desfavorecidas por la educación tradicional. Por allí pasaron reconocidas figuras de esta vertiente como ser Abraham Maslow, Alan Watts, Aldous y Laura Huxley o Fritz Perls, creador de la Terapia Gestalt. Grof se quedó como residente estudiante hasta 1984 trabajando en sus ideas.

En la actualidad continúa trabajando en su carrera dando cursos y seminarios internacionales y como investigador sigue perfeccionando las bases de la Psicología Transpersonal, en la Asociación Transpersonal Internacional, fundada en 1977. Además, es miembro de la facultad del departamento de filosofía, cosmología, y conciencia en el Instituto de Estudios Integrales de California. Su página web [www.stanislavgrof.com](http://www.stanislavgrof.com) se encuentra activa, en ella se puede encontrar información sobre eventos, cursos libros, material multimedia, etc.





. (Cuadro sobre S. Grof, por Alex Grey)

## Capítulo 2. Counseling.

### 2.1 Introducción:

El Counseling, o Counselling en inglés británico, es una profesión que se encarga de atender a personas que solicitan ayuda ante problemas o dificultades propias de la vida cotidiana, o conflictos como crisis existenciales, relaciones sociales y de pareja, adicciones, sexualidad, adolescencia, etc.

Quien ejerce la profesión es el counselor o consultor psicológico como se lo conoce fuera del mundo anglosajón. También es traducido como consejero o asesor y es un tipo de terapeuta que se encarga de brindar asistencia a personas que atraviesan conflictos o crisis o que buscan mayor bienestar, desarrollo personal o integración.

El counselor ofrece orientación psicológica a personas, en cualquier etapa de su vida en diferentes áreas como ser laboral, pastoral, deportiva, parejas y familia, adultos, adolescentes, adicciones. Trabaja con los aspectos sanos de la persona, no con patologías (aunque circunda a estas) esa es la principal diferencia con un psicólogo clínico.

El counseling es una profesión en sí misma, con su propia autonomía y cuerpo de conocimiento, si bien recoge elementos de la psicología no es una rama de ella, ni tampoco de la medicina o de la filosofía, aunque tenga mucho de ellas dentro de sus contenidos.

La psicología tiene sin embargo un modelo de counseling para ofrecer consejo de manera no directiva (esta es una diferencia con el coaching de liderazgo, profesión similar pero que a su vez tiene este tipo de diferencias). Este marco lo ofrece la *psicoterapia basada en el cliente*, desarrollada por Carl Rogers.

El counseling comenzó a desarrollarse durante las primeras décadas del siglo XX, no obstante es durante las últimas décadas de ese siglo que empieza a cobrar popularidad. Como base filosófica tiene al existencialismo, doctrina que se caracteriza por aceptar que no un sentido dado para el hombre, sino que este tiene que dárselo con la angustia que eso genera, tener que elegir en un mundo vacío de sentido, por lo que el counseling hace hincapié en la responsabilidad que tiene el hombre de tomar las riendas de su vida.

Georg Dietrich, quién escribió una psicología general del counseling escribe en su obra:

“ (...) El counseling es una relación auxiliante en la que el consejero intenta estimular y capacitar al sujeto para la autoayuda. La benevolencia y la actitud amistosa del asesor ante el sujeto no significa que aquel tome las decisiones en nombre de éste, que fije la trayectoria vital del sujeto, que le alivie de toda responsabilidad y le remueva todos los obstáculos del camino. La relación auxiliante busca más bien crear un clima e iniciar un diálogo con el sujeto que permita a éste aclararse sobre su propia persona y sus propios problemas, liberarse y encontrar recursos para la solución de sus conflictos, y activar siempre su propia iniciativa y responsabilidad. Si no se puede contar con esa posibilidad de activación del sujeto, habrá que dejar de lado el counseling y apelar a otras formas de ayuda o asistencia (...)” (Dietrich, Georg. Psicología general del counseling. Herder 1986)

Hay aquí otra diferencia con la psicología clínica. El counselor no tiene autoridad sobre un paciente el cual está enfermo, sino que lo ve desde la empatía, de manera benevolente, como una persona que tiene inteligencia y determinación, y que debe por sus medios resolver sus conflictos existenciales, sus dudas y problemas, que en definitiva la está ocasionando una manera de pensar. El counselor lo que hace es dar un lugar para que la palabra se manifieste y con ella afloren con ella las inquietudes o conflictos que el cliente tiene, viéndolos como una circunstancia normal en la vida de cualquier persona, no como una enfermedad que deba tratarse desde el ámbito médico, el fin no es que la persona se cure ya que no hay algo que curar, sino que debe encontrarse con sus conflictos y resolverlos. Al no haber enfermedades no hay tratamiento médico ni otro que diga cuando se termina el conflicto por lo que el tiempo que se maneja es distinto al de la psicoterapia clínica, generalmente son menos sesiones las que provocan una mejora en el cliente.

El cliente o consultante tiene en sí, de manera natural, el potencial de autorregular sus emociones y pensamientos. Carl Rogers la llama *tendencia actualizante* y puede definirse como una motivación innata que tiende a la superación de las propias potencialidades.

Una sesión de counseling consiste en una serie de entrevistas en las que se aplican diferentes técnicas provenientes de diferentes corrientes como ser Gestalt, psicoterapia sistémica, modelo cognitivo, perspectiva psicodinámica, etc. En cualquier caso pueden hacerse visibles los siguientes tres aspectos:

1. Congruencia: Ser genuino, honesto con la persona.
2. Empatía: ponerse en el lugar del consultante, sentir lo que siente.
3. Respeto. Aceptación hacia el consultante.

En Argentina, suele ser una carrera de pre-grado, es decir una tecnicatura, aunque el plan anterior contemplaba 4 años lectivos de duración y su introductor es el Licenciado. Andrés Sánchez Bodas, quién coordina el instituto más reconocido en brindar esta carrera, que solo puede estudiarse de manera privada, careciendo en el país una institución pública que dicte esta formación.

## 2.2 Principales nociones y referentes del Counseling.

- Carl Rogers y la psicoterapia centrada en el cliente:

Carl Ransom Rogers nace el 8 de enero de 1902 en Oak Park, Illions, Washintgton D.C, EE.UU. Fallece un 4 de febrero en San Diego, California EE.UU. Fue psicólogo y junto con Abraham Maslow es el iniciador del enfoque humanista de la psicología. Es considerado como uno de los psicólogos más influyentes del siglo XX.

Fue el cuarto de seis hermanos. Vivió una vida de campo junto a su familia desde 1914. En 1916 estudió Ciencias Agrarias en la Facultad de Agricultura de la Universidad de Wisconsin-Madison donde estudió ciencias agrarias. No satisfecho con esta área de estudio comenzó el seminario en Teología.

En 1922 viaja a China con un grupo de estudiantes americanos donde participa de una conferencia internacional auspiciada por la Federación Mundial de Estudiantes Cristianos. Este viaje le permitió comparar ambas culturas, oriental y occidental, y replantearse varias cosas de su vida. Luego de convivir durante casi dos meses regresa a

EE. UU. y se gradúa en Historia en la Universidad de Wisconsin y se inscribe en el Seminario Teológico en Nueva York, luego abandona la Teología para estudiar un doctorado en psicopedagogía obteniéndolo en 1931. Estudió también en el Child Study de California, según cuenta en su obra “*El proceso de convertirse en persona*” por una cuestión económica.

En 1924 se casa con Hellen Elliot y tiene dos hijos, David y Natalie.

En 1939 escribe su libro “*The Clinical Treatment of the Problem Child*” inspirado por el existencialismo y por la obra de Otto Rank. Esto le permite dar cátedra de psicología clínica en la Universidad Estatal de Ohio.

Es en 1942 que escribe su obra fundamental del Counseling titulada “*Counseling and Psychotherapy*”. En ella expone las bases de su teoría sobre la terapia centrada en la persona, que es de vital importancia para la psicología humanista.

En 1944 se traslada a Chicago, allí funda el primer centro de counseling. En él realiza terapias e investigaciones que luego serán volcadas en su nuevo libro “*Client centered therapy*”, uno de los más importantes libros, en el que amplía su teoría antes expuesta.

En el año 1957 obtiene cátedra de Psicología y Psiquiatría en la Universidad de Wisconsin. Estudió por años la aplicación de su teoría en pacientes psicóticos obteniendo óptimos resultados y luego cuenta esta experiencia cuando publica en 1967 su libro “*The Therapeutic Relationship and its Impact: A Study of Schizophrenia.*”

En 1964 abandona la enseñanza y se traslada al Western Behavioural Science Institute en la Jolla. En 1969 funda el Centro para el estudio de la persona y seguidamente el Instituto de la paz, para la resolución de conflictos. Trabaja allí hasta que fallece en 1989, en San Diego California de un paro cardiorrespiratorio.

Es conocido por sus teorías sobre el aprendizaje centrado en el estudiante, la terapia centrada en el cliente, el argumento rogeriano, y por todas las referencias a la práctica del counseling y a la psicología humanista. Un dato curioso es que fue el primero en implementar las prácticas supervisadas, algo innovador. Se conservan muchos videos de sus entrevistas y conferencias.

La diferencia radical con su terapia y la psicoanalítica o freudiana es que trabaja bien presente con el concepto de *empatía*, el cuál minimiza la brecha entre un paciente que es visto como un enfermo y el terapeuta que es modelo a seguir. De ahí las tres condiciones de su terapia: Aceptación positiva, empatía centrada en la persona, autenticidad del terapeuta.

- ✓ La terapia centrada en la persona no trabaja *con patologías*, no se interesa por dar un diagnóstico, ya que esto solo reforzaría una relación asimétrica con el *cliente* en la que éste último pierde ventaja. El solicitante es un ser humano con sufrimientos normales, propios de la vida y muchas veces son conflictos existenciales que son más de índole filosófico que de tratamiento médico. El auxiliante o counselor solo acompaña el proceso de desarrollo del propio potencial de su cliente.

El solicitante puede estar sufriendo una crisis existencial, un duelo ante un episodio catastrófico, lo cual serían consideradas cuestiones lógicas y normales. Podría estar sufriendo un “*desajuste*” en términos de la terapia gestáltica, corriente a la que Carl Rogers hace constante referencia. Para ello no se necesitaría la intervención de un médico, sino de alguien cercano a las corrientes humanistas que ayude a la persona a

solucionar sus problemas mediante un “ajuste creativo” en donde se reconsidere la situación y el cliente recobre algún sentido que le permita descubrir y poner en práctica sus potencialidades inherentes.

La Terapia basada en el cliente pone énfasis en las emociones y en cómo estás, sino son trabajadas, influyen negativamente en la percepción del *sí mismo*. El terapeuta lo que hará es ayudar al cliente a descubrirlas e integrarlas.

A continuación se describen siete etapas del cambio que desarrollan las personas con la terapia basada en el cliente:

1. Fijeza: A este estado se lo describe como neurosis en psicología. No es más que una fijación en una representación mental negativa, que influencia negativamente en la percepción de sí mismo y del mundo.
2. Vivenciar la experiencia de ser plenamente aceptado: El paciente al sentir que no es condicionado, puede librarse de esos patrones negativos con los que tuvo que actuar ante un mundo hostil.
3. Desarrollo y flujo de la expresión simbólica: La persona comienza a desarrollar más soltura en la palabra, comienza a expandir límites y llegar más allá de los lugares comunes, permitiéndose expresar más propiamente conforme a su vivencia.
4. Flexibilización de los constructos y flujo de los sentimientos: Tras cuestionar valores y creencias que a la persona pueden ocasionarle insatisfacción, la persona cambia su óptica sobre la cuestión y permite expresar sus sentimientos.
5. Flujo orgánico: el cliente muestra mayor relajación de su estructura personal, permitiendo que se expresen más abiertamente sus sentimientos, cuestione libremente sus creencias y manifieste una necesidad de explorar nuevas formas de conocimiento.
6. Inicio de la experienciación plena: Es la etapa de la terapia en la que el cliente llega a un punto de “no retorno”, es decir que se muestre un avance sin retroceso en el proceso de reconocimiento como un ser consciente y responsable de sus vivencias. Generalmente se da por terminado el tratamiento sin necesidad de volver a acudir.
7. Fluidez. La persona funciona plenamente.

En el libro “ La práctica del consejo psicológico. Manual del consejero no-directivo” se resume la labor del counselor de la siguiente manera:

“ El consejero adopta una actitud de respeto positivo incondicional hacia la persona del paciente, con la convicción de que en él existen todos los recursos necesarios para su propia reconstrucción y orientación. Por lo tanto el consejero no introduce nuevas ideas, dejando en manos del paciente la responsabilidad de toda iniciativa en la conducción de la entrevista” (La práctica del consejo psicológico Manual para el consejero no directivo en siete lecciones y seis apéndices, según el “enfoque centrado en la persona” del “Counseling” Carl Rogers. Fernando Jiménez Fernández-Pinzón, Córdoba 2003, España. Editorial Club Universitario.)



(Fotografía de Carl Rogers)

- Fritz Perls y la terapia Gestáltica:

Friedrich Salomón Perls nació en Berlín, Alemania, un 8 de julio de 1893 y falleció un 14 de marzo de 1970 en Chicago, Estados Unidos. Fue médico neuropsiquiatra, practicante de Tai Chi y psicoanalista. Junto a su esposa, la psicóloga Laura Possner, desarrollaron la terapia Gestalt. Se conocieron en el Instituto Psicológico de Frankfurt y ambos tuvieron que huir de Alemania con el asenso de Hitler al poder, debido a su origen judío.

En Johannesburgo, Sudáfrica desarrollaron su terapia conocida como “psicoanálisis revisado”, y en Chicago lo redefinieron como Terapia Gestalt. En 1952 abren su primer Instituto Gestalt en su piso de Nueva York. Luego se traslado a California para enseñar la Terapia Gestalt como forma de vida. El instituto de Nueva York quedó bajo la dirección de su esposa Laura. En California, por el año 1964 se asoció al Instituto Esalen, la mencionada entidad dedicada a la investigación científica de personas que no están satisfechas con la educación tradicional.

La terapia Gestalt, que no debe ser confundida con la escuela psicológica Gestalt o psicología de la forma, es una psicoterapia que permite al individuo sobreponerse a sus síntomas y desarrollarse más creativamente, liberando bloqueos que obstaculizan su autodesarrollo, provocando insatisfacción.

Es una terapia humanista que hace hincapié en la responsabilidad del ser humano y en el *aquí y ahora*.

Entre sus bases filosóficas se encuentran el pensamiento de S. Freud, Otto Rank, Wilhem Reich, E. Husserl y Martin Buber, el existencialismo y el pragmatismo de William James y John Dewey. Además de esto Jan Smuts, creador del término *holismo*, Kurt Lewin y la teoría del campo sirvieron de base para la creación de la Gestalt. Kurt Golstein quién era el jefe de Fritz y de Laura Perls fue también una figura clave para su fundación ya que ambos trabajaron para él en el departamento de neurobiología en el hospital para los veteranos de guerra en Berlín.

En el año 1942 en Durban se escribe el primer libro con el que se da nacimiento a la terapia Gestalt, traducido como “Ego, hambre y agresión. Una revisión a la teoría y método de Freud”, escrito por Fritz y Laura Perls. En 1966 vuelve a editarse con el título “El nacimiento de la Terapia Gestalt”, según la traducción al español.

Durante los últimos tiempos la terapia Gestalt se fue volcando hacia nuevos campos como el desarrollo organizacional, la acción social o el coaching.

La Gestalt utiliza el concepto de *awareness* que puede traducirse como *darse cuenta* o *tomar conciencia*. De esta manera va desarrollando su habilidad para aceptarse y experimentar el “aquí y ahora”, contrarrestando las interferencias fijadas en las respuestas del pasado.

Se enumeran en la Gestalt los siguientes pasos.

1. Necesidad: Existe en el organismo un *desajuste* que es necesario modificar.
2. Toma de conciencia. Implica el volcarse hacia adentro, la introspección, procesar, identificar los síntomas de ese desajuste.
3. Excitación: Fluyen las emociones, se presentan nuevas necesidades que movilizan al individuo a cubrirlas.
4. Reposo. Surge cierta quietud frente a estas nuevas necesidades.
5. Nueva Gestalt. Surgen nuevas necesidades que el hombre deberá reconocer y actuar consecuentemente para resolverlas.

En estas etapas pueden surgir bloqueos a los que la terapia ayuda a liberar.

Según la Gestalt el ser humano vive cumpliendo mandatos y expectativas de otros, haciendo que el hombre postergue su propia autocomprensión, produciendo así *neurosis*, que no es más que la presencia de “huecos en la vida”, que forman sus conceptos y prejuicios y que, para sanar, el hombre debe abandonar y atender a sus nuevas necesidades.

Los sueños son “cartas existenciales” que muestran los deseos y las necesidades de las personas y que cada uno debe aprender a leer y así desarrollarse en vía de sus metas y anhelos personales.

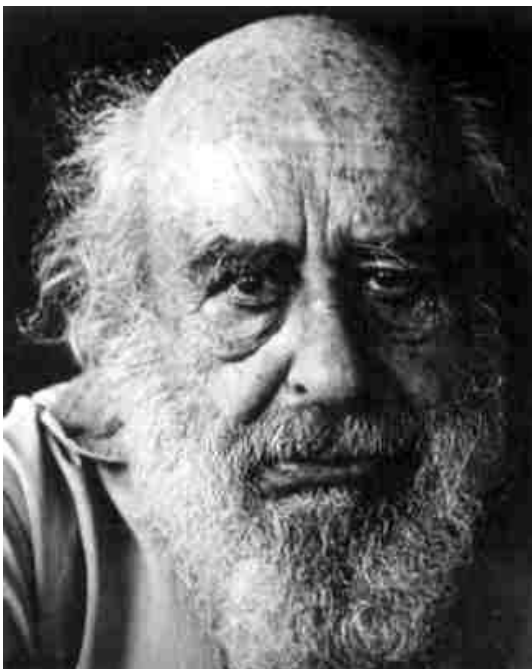
Para Perls, los llantos, las risas y las agresiones son indicadores de vida y prueba de integración e independencia, no algo que debe ser reprimido ni son signos de enfermedad. No tienen que ser expresados en soledad ya que esta conducta no consistiría más que en cubrirse con una “máscara” tratando de cumplir un “deber ser”. El flujo de las emociones es vital en la terapia gestáltica.

Según el autor “la meta de la terapia es asegurarnos que el paciente llegue a conocer cuando se experimenta a sí mismo, cuando percibe su mundo y cuando hace uso de su intelecto.” (Frasas de Fritz Perls).

En la terapia Gestalt se analiza el lenguaje corporal y el tono de voz, que generalmente no coinciden con lo que la persona expresa en lenguaje verbal. En ella se usan técnicas como la de la *silla vacía* o la *silla caliente*.

Esta terapia trabaja para cerrar situaciones del pasado que quedaron abiertas y producen insatisfacción, haciendo que el cliente tome conciencia y responsabilidad y consecuentemente actúe para concluir las.

Cada vez más en la actualidad es común ver múltiples institutos y asociaciones que ofrecen programas de formación en terapia gestáltica. En España es una carrera profesional de tres años de formación con 80 horas de terapia individual y 10 de práctica. Para este tipo de programas no es necesario ser psicólogo con título de grado, ya que es una profesión independiente. Muchas de las técnicas de la terapia gestáltica son utilizadas en procesos de counseling y en trabajos de desarrollo personal dentro del coaching, entre otras prácticas profesionales y de la salud.



(Fotografía de Fritz Perls)



## Conclusión:

Se ha definido a la psicología transpersonal como una rama de la psicología que incluye las experiencias místicas, los aspectos arquetípicos que van “más allá” de lo personal, los estados de amplitud de conciencia o el sincretismo religioso dentro del marco de la psicología y demás temas relacionados como ser la espiritualidad o las experiencias anteriores al nacimiento, que la psicología tradicional no trata en profundidad. Se cumple así con el objetivo específico de ampliar la visión que se tiene de la psicología general, impartida por los ámbitos académicos más tradicionales.

Al recorrer el pensamiento de los diferentes autores se pueden extraer los conceptos y nociones más relevantes, al tiempo que se adquieren competencias para la aplicación terapéutica, brindándose las diferentes ópticas y técnicas que ayudan a la comprensión de los problemas existenciales comunes a los hombres, cumpliendo así con los objetivos propuestos de adquirir las bases teóricas y las herramientas para su aplicación terapéutica.

Se ha ilustrado sobre los autores que sirvieron a la etapa fundacional de la Psicología transpersonal (William James, Richard M. Bucke, Roberto Assagioli) y los que contribuyen en la etapa cúlmine de esta área (A. Maslow, Carl G. Jung, Ken Wilber y S. Grof). Se muestra cómo en el trabajo de estos autores se ve permeado el pensamiento de las disciplinas que sirvieron de base fuera de la psicología (filosofía oriental, esoterismo, ocultismo, religiones comparadas, mística universal, etc), por lo que se da por cumplido el objetivo general de introducir al lector en el marco teórico general de la psicología transpersonal, mostrando similitudes y diferencias entre las principales escuelas fundadas por cada autor renombrado, alcanzando satisfactoriamente el objetivo específico de mostrar la integración de otras disciplinas relacionada a la fundación de estas nuevas prácticas.

En el capítulo 2 se define la profesión del counseling como consejero o consultor psicológico, una profesión en sí misma, que no trabaja con patologías, aunque tampoco las niega, sino que se concentra en cambio por sacar las potencialidades inherentes al ser humano. Se ha mostrado como la terapia basada en la persona, disminuye la frontera entre un ser patológico y un terapeuta, trabajando con la noción de *empatía* y haciendo énfasis en la responsabilidad del sujeto que consulta como lo hace también la *terapia gestáltica*. Se da por alcanzado así el objetivo de definir a la práctica del counseling, su campo de acción y diferencias con otras prácticas terapéuticas, mostrando así sus bases históricas y epistemológicas, como así también se muestra la relación con otras áreas de conocimiento que son utilizadas en métodos psicoterapéuticos, dando de esta manera herramientas precisas para su aplicación. De este modo se tiene un informe que resume lo central para una iniciación teórica en estas dos asignaturas, psicología transpersonal y counseling.

### Fuentes y bibliografía.

Carl Gustav Jung. Aión.1951

Carl Gustav Jung. Obras completas, Volumen 12, Psicología y alquimia.

Carl Gustav Jung. Recuerdos, sueños, pensamientos.

Carl Rogers. Biography. ([cgjj.wikispaces.com](http://cgjj.wikispaces.com))

Carta sobre humanismo. Martin Heidegger. ([www.revistadefilosofia.org](http://www.revistadefilosofia.org))

Conferencia “El existencialismo es un humanismo”. Jean Paul Satre. Version PDF ([www.elseminario.com.ar](http://www.elseminario.com.ar))

Diccionario Collins Pocket de Alemán/Español. Editorial Grijalbo.

Entrevista a Stanislav Grof por Marisa Escasany, Bariloche, Argentina. (Canal Holograma, YouTube, 2015)

Entrevista a Stanislav Grof - Respiración Holotrópica, España 2010. (Canal Transpersonal Life, Youtube)

Fenomenología del espíritu. G.W.F. Hegel. Fondo de Cultura Económica S. A. Cuarta reimpresión, Buenos Aires 2012.

La práctica del consejo psicológico Manual para el consejero no directivo en siete lecciones y seis apéndices, según el “enfoque centrado en la persona” del “Counseling” Carl Rogers. Fernando Jiménez Fernández-Pinzón, Córdoba 2003, España. Editorial Club Universitario

La terapia psicodélica. Entrevista a Stanislav Grof. Revista THC. Año 11. Nro. 102.

La verdadera historia de Carl Gustav Jung. Escuela de filosofía y psicología Aztlan. (Canal “El escarabajo de oro”, Youtube.)

Psicosíntesis Counseling. ([www.psicosintesiscounseling.com](http://www.psicosintesiscounseling.com))

Respiración holotrópica. Revista THC Año 7. Nro. 60. Abril 2013. Argentina

Stanislav Grof. Psicología Transpersonal. Nacimiento, muerte y trascendencia en psicoterapia. Editorial Kairós. Octava edición marzo 2015. Barcelona, España.

Stanislav Grof. La mente holotrópica. ([www.holistia.es](http://www.holistia.es))

Zen para principiantes. Cicco- Omar Tiraboschi. Ciudad Autónoma de Buenos Aires. Ediciones Era Naciente, 2014.

.