

 **Journal of Transpersonal Research**®
Investigación Transpersonal
Volume 1, Issue 1, 2009
ISSN: 1989-6077

Edited by

European Transpersonal Association
(EUROTAS)
Heimbachweg 1 A
D – 79299 Wittnau
GERMANY

Centro para una psicología de la consciencia
(OXIGEME)
Vicente Ferrer, 16
28004 Madrid
SPAIN

CONTENT

<u>Presentation</u>	3
<u>Presentación</u>	5
<i>Román Gonzalvo y Vitor Rodrigues</i>	
<u>Indigenous Health Care Practitioners and The Hypnotic-Like Healing Procedures</u>	7
<i>Stanley Krippner.</i>	
<u>Psicología Transpersonal y Ciencias de la Complejidad:</u> <u>Un amplio horizonte interdisciplinar a explorar</u>	19
<i>Iker Puente</i>	
<u>A Contextual Introduction to Psychosynthesis</u>	29
<i>Helen Palmer and Peter Hubbard</i>	
<u>El Hombre Sabio y Compasivo: Una Aproximación Transpersonal a Jesús de Nazaret</u>	34
<i>Enrique Martínez Lozano</i>	
<u>Transpersonal and Integral in Psychotherapy</u>	57
<i>John Rowan</i>	
Reflections	
<u>Psychological Projections and The Spiritual Path</u>	70
<i>Pepón Jover</i>	



JOURNAL OF TRANSPERSONAL RESEARCH[©]

Investigación Transpersonal

PRESENTATION

Welcome to the first edition of the on-line "*Journal of Transpersonal Research* ©" published in July, 2009.

This initiative comes from the field of academic psychology to cover a series of gaps in area of transpersonal study.

This journal seeks:

1. - To reclaim the serious and scientific investigations that birthed the transpersonal discipline, thereby strengthening the term "transpersonal".
2. - To increase the generation of experimental and empirical research in the areas of transpersonal psychology and psychotherapy.
3. - To increase research not only in the transpersonal discipline, but also in related disciplines.
4. - To further introduce transpersonal psychology to academic psychology through the journal's inclusion in national and international databases and directories.
5. - To publish the relevant research in Spanish.
6. - To allow easy and free access to transpersonal research, where people with limited financial resources are not restricted.

It is important to mention that neither the editors nor the editorial board of this journal are responsible for the content of the articles. The author assumes full content and copyright responsibility.

Every potential author seeking publication must follow the conditions specified in the website under "Participation".

The access to this journal is free and the publisher, reviewers and authors do not receive payment. The journal is a non-profit entity and receives no funding from outside sources. However, **donations are needed to continue** operating.

It is very important to stress that even though the articles may be:

- Theoretical or empirical investigation work
- Reviews -critical discussions founded on one work being compared with another
- Critical essays
- Congressional articles

The special interest of this journal is to publish experimental and empirical research.

With all the effort made and love spent, we hope that this journal will be a useful tool for the field.

Román Gonzalvo Pérez
Vitor Rodrigues
Editors



JOURNAL OF TRANSPERSONAL RESEARCH[®]

Investigación Transpersonal

PRESENTACIÓN

Bienvenidos a esta primera edición de la revista on-line “Journal of Transpersonal Research[®]” publicada el 1 de Julio de 2009.

Esta iniciativa surge desde el ámbito de la psicología académica, con el objetivo de cubrir una serie de “vacíos” en el estudio de lo transpersonal, como son:

- 1.- Recuperar el objetivo de estudio serio y científico, con que nació esta disciplina.
- 2.- Generar y aumentar, la investigación experimental y empírica en psicología y psicoterapia transpersonal.
- 3.- Ampliar la investigación transpersonal a disciplinas afines y relacionadas con ella, sin ser propiamente llamadas “transpersonales”.
- 4.- Dar a conocer más la psicología transpersonal en la psicología académica, a través de la inclusión de esta revista en las bases de datos y directorios académicos nacionales e internacionales.
- 5.- Publicar las investigaciones más relevantes que se están llevando a cabo en idioma castellano.
- 6.- Posibilitar el acceso a la investigación en esta disciplina, de forma fácil y gratuita, donde las personas con escasos recursos económicos no se vean limitadas.

Ni el consejo directivo ni el editorial de esta revista, se hace responsable del contenido de sus artículos. Es una responsabilidad contraída por los propios autores, ya que se es independiente de los mismos. También es su responsabilidad el obtener la propiedad intelectual de sus artículos.

Por favor, se ruega a todo aquel potencial escritor, que lea las condiciones de participación descritas en la pestaña con dicho nombre, en la web.

Para finalizar esta presentación, es importante resaltar que aunque los artículos puedan ser:

- Trabajos teóricos o empíricos de investigación
- Recensiones (discusiones críticas y fundamentadas sobre una obra comparándola con otras).
- Ensayos críticos
- Comunicaciones en congresos

El interés principal de esta revista es la publicación de investigaciones experimentales y empíricas.

El acceso a la lectura de esta revista es gratuito y las personas que trabajan en y para esta revista, lo hacen de forma gratuita y altruista. No obstante, **se solicitan donaciones** para que la revista siga manteniéndose, ya que no se cuenta con ningún tipo de financiación.

Con todo el esfuerzo y cariño vertidos, deseamos que esta revista os sea útil.

Román Gonzalvo Pérez

Vitor Rodrigues

Editores

INDIGENOUS HEALTH CARE PRACTITIONERS AND THE HYPNOTIC-LIKE HEALING PROCEDURES

Los Médicos Indígenas y Las Sanaciones Pseudo-Hipnóticas

Stanley Krippner*

Saybrook University
San Francisco, California, USA

Abstract

When describing indigenous practitioners of healing, many authors allege that their work is "hypnotic" or that they practice "hypnosis." Because hypnosis is a social construct from the 19th century, this usage is incorrect. However, it makes sense to speak of "hypnotic-like" procedures; examples include some of the practices found in North American shamanism, Balinese folk customs, and Brazilian mediumship.

Key words

Healing, Hypnotic-like, Indigenous practices, Shamanism, Mediumship.

Resumen

Cuando se habla de sanadores indígenas, muchos autores afirman que su trabajo es de orden "hipnótico", o que practican la "hipnosis". Esto es debido a que desde el siglo diecinueve, la hipnosis ha sido un constructo social. Sin embargo, también podría tener sentido hablar de procedimientos "similares a la hipnosis" o "pseudo hipnóticos". Algunos ejemplos incluirían prácticas realizadas en el chamanismo de Norte América, costumbres populares en Bali o comunicación con espíritus en Brasil.

Palabras clave

Curación, Pseudo-hipnótico, Prácticas indígenas, Chamanismo, Comunicación con espíritus.

Received: May 13, 2009

Accepted: May 29, 2009

The term "hypnosis" was popularized by James Braid (1795-1860), an English physician. Braid disliked the term "mesmerism," which had been named after its originator, Franz Anton Mesmer (1734-1815), an Austrian physician. Braid concluded that Mesmer's purported cures were not due to "animal magnetism" as Mesmer had insisted, but to suggestion. He developed the eye-fixation technique (also known as "Braidism") of inducing relaxation and called the process "hypnosis" (after [Hypnos](#), the Greek god of sleep) because he thought that hypnotic phenomena were a form of sleep. Later, realizing his error, he tried to change the name to "monoeidism" (meaning influence of a single idea) however, the original name stuck. In other words, semantics played an important role in the history of hypnosis and actually directed the way that this modality was practiced.

Like the term "hypnosis," the word "consciousness" is a social construct. It is defined and described differently by various groups and writers. When it is translated into a non-English language, the problem intensifies, as some languages have no exact counterpart to the term. The English noun, "consciousness," can be defined as the pattern of perception, cognition, and affect characterizing an organism at a particular period of time.

So-called "alterations" in consciousness or "alternative states" of consciousness have been of great interest both to practitioners of hypnosis and to anthropologists. Many indigenous (i.e., native, traditional) people engage in practices that they claim facilitate encounters with "divine entities" and contact with the "spirit world." Many Western observers have been reminded of hypnosis by some of these conditions, especially those in which individuals have seemed highly suggestible to the practitioner's directions, and strongly motivated to engage in prescribed activities.

These behaviors and experiences reflect expectations and role-enactments on the part of the individuals or a group. The practitioner invites these individuals to attend to their own personal needs while attending to the interpersonal or situational cues that shape their responses. However, it is an oversimplification of a very complicated set of variables to refer to the practices of shamans and other indigenous practitioners as "hypnosis." This term originated in the 19th century and it is simply not appropriate to apply it to earlier practices, no matter how similar they might seem to contemporary hypnotic inductions and suggestions.

Historical and Cross-Cultural Issues

The historical roots of hypnosis reach back to tribal rituals and the practices of native shamans. Agogino (1965) states, "The history of hypnotism may be as old as the practice of shamanism" (p. 31), and describes hypnotic-like procedures used in the court of the Pharaoh Khufu in 3766 B.C. Agogino adds that priests in the healing temples of Asclepius (commencing in the 4th century, B.C.) induced their clients into "temple sleep" by "hypnosis and auto-suggestion," while the ancient Druids chanted over their clients until the desired effect was obtained (p. 32). Vogel (1970/1990) notes that herbs were used to enhance verbal suggestion by native healers in pre-Columbian Central and South America (p. 177).

Gergen (1985) observed that the words by which the world is discussed and understood are social artifacts, "products of historically situated interchanges among people" (p. 267). Therefore, contrary to Agogino (1965), I use the description "hypnotic-like procedures" because native practitioners and their societies have constructed an assortment of terms to describe activities that resemble what Western practitioners refer to as "hypnosis." To indiscriminately use the term "hypnosis" to describe exorcisms, the laying-on of hands, dream incubation, and similar procedures does an injustice to the varieties of cultural experience and their historic roots. "Hypnosis," "the hypnotic trance," and "the hypnotic state" have been reified too often, distracting the serious investigator from the cross-cultural uses of human imagination and motivation that are worthy of study using their own terms (Krippner, 1993).

A survey of the social science literature indicates that there are frequent elements of native healing procedures that can be termed "hypnotic-like." This is due, in part, to the fact that alterations in consciousness (i.e., observed or experienced changes in people's patterns of perception, cognition, and/or affect at a given point in time) are not only sanctioned but are also deliberately fostered by virtually all

indigenous groups. For example, Bourguignon and Evascu (1977) read ethnographic descriptions of 488 different societies, finding that 89% were characterized by socially approved alterations of consciousness.

The ubiquitous nature of hypnotic-like procedures in native healing is also the result of the ways in which human capacities -- such as the capability to strive toward a goal and the ability to imagine a suggested experience -- can be channeled and shaped, albeit differentially, by social interactions. Concepts of sickness and of healing can be socially constructed and modeled in a number of ways. The models found in indigenous cultures frequently identify such etiological factors in sickness as "soul loss" and "spirit possession," each of which are diagnosed (at least in part) by observable changes in the victims' behavior, mentation, or mood (Frank & Frank, 1991, chap. 5).

For example, there is no Western equivalent for *wagamama*, a Japanese emotional disorder characterized by childish behavior, emotional outbursts, apathy, and negativity. Nor is there a counterpart to *kami*, a condition common in some Japanese communities that is thought to be caused by spirit possession. *Susto* is a malaise commonly referred to in Peru and several other parts of Latin America and thought to be caused by a shock or fright, often connected with breaking a spiritual taboo. It can lead to dire consequences such as the "loss," "injury," or "wounding" of one's "soul," but there is no equivalent concept in Western psychotherapy manuals.

Cross-cultural studies of native healing have only started to take seriously the importance of understanding indigenous models of sickness and their treatment, perhaps because of the prevalence of behavioral, psychoanalytic, and medical models. None of these have been overly sympathetic to the explanations offered by indigenous practitioners or to the proposition that Western knowledge is only one of several viable representations of nature (Gergen, 1985). Kleinman (1980) comments:

The habitual (and frequently unproductive) way researchers try to make sense of healing, especially indigenous healing, is by speculating about psychological and physiological mechanisms of therapeutic action, which then are applied to case material in truly Procrustean fashion that fits the particular instance to putative universal principles. The latter are primarily derived from the concepts of biomedicine and individual psychology....By reducing healing to the language of biology, the human aspects (i.e., psychosocial and cultural significance) are removed, leaving behind something that can be expressed in biomedical terms, but that can hardly be called healing. Even reducing healing to the language of behavior...leaves out the language of experience, which...is a major aspect of healing. (pp. 363-364)

Most illnesses in a society are socially constructed, at least in part, and alleged changes in consciousness also reflect social construction. Because native models of healing generally assume that practitioners, to be effective, must shift their attention and awareness (e.g., "journeying to the upper world," "traveling to the lower world," "incorporating spirit guides," "conversing with power animals," "retrieving lost souls"), the hypnosis literature can be instructive.

Hypnotic-Like Procedures in North American Shamanism

Winkelman (1984) conducted an archival study of 47 traditional societies, identifying four groups of spiritual practitioners: shamans and shamanic healers, priests and priestesses, mediums and diviners, and malevolent practitioners. With the exception of priests and priestesses, these practitioners purportedly cultivated the ability to regulate and/or shift their patterns of perception, affect, and cognition for benevolent (e.g., healing, divining) or malevolent (e.g., casting spells, hexing) purposes. In addition, priests and priestesses presided over religious rituals and ceremonies that often had, as their intent, the elicitation of changes in the behavior and experiences of their supplicants.

Hypnotic-like procedures are often apparent in the healing practices of North American shamans. Shamans can be defined as socially sanctioned practitioners who purport to voluntarily regulate their

attention and awareness so as to access information not ordinarily available, using it to facilitate appropriate behavior and healthy development -- as well as to alleviate stress and sickness -- among members of their community and/or for the community as a whole. Among the shaman's many roles that of healer is the most common. The functions of shamans may differ in various locations, but all of them have been called upon to predict and prevent afflictions, or to diagnose and treat them when they occur.

Shamanic healing procedures are highly scripted in a manner similar to the way that hypnotic procedures are carefully sequenced and structured. The expectations of the shaman's or hypnotist's clients can enable them to decipher task demands, interpret relevant communications appropriately, and translate the practitioner's suggestions into personalized perceptions and images. Just as expectancy plays a major role in hypnotic responsiveness (Kirsch, 1990), it facilitates the responsiveness of shamans' clients as well as expediting "shamanic journeying." Shamans themselves display what Kirsch (1990), in discussing the hypnosis literature, calls "learned skills"; the shamans' introduction to hypnotic-like experiences during their initiation and training generalizes to later sessions, and they can ultimately engage in "journeying" virtually at will.

So ubiquitous is the shaman's process of gleaning pertinent information from fantasy-based symbolic images and metaphors that shamans frequently resemble the highly hypnotizable individuals who, on the basis of interviews and personality tests, have been designated "fantasy prone" (Lynn & Rhue, 1988).

Furst (1977) has described procedures by which North American Indians once sought (and still seek) alternative states of consciousness with spiritual components: "psychoactive plants, animal secretions, fasting, thirsting, self-mutilation, exposure to the elements, sweat lodges, sleeplessness, incessant dancing, bleeding, plunging into ice-cold pools, and different kinds of rhythmic activity, self-hypnosis, meditation, chanting, and drumming" (p. 70). Furst uses Western, non-Indian concepts (e.g., "self-hypnosis," "trance," "meditation") that may not be directly comparable to the original experiences. Nevertheless, he accurately describes the freedom that was typically given by North American Indian shamans to their clients to determine their own relationship with the unseen forces of the universe. The analogous hypnotic practices here would be the various non-directive, permissive procedures in which hypnotized clients utilize their own fantasy and imagery to work toward the desired goals (e.g., Kroger, 1977, chap. 14).

Jilek (1982, p. 30) wrote that the Nanaimo Indians of Vancouver Island "fall unconscious" in order to incorporate the tutelary spirits necessary for healing to occur (p. 30). Rogers (1982) noted that the Alaskan Eskimo shaman's use of rhythmic drumming and monophonic chanting induces "self-hypnosis" (apparently because of their goal-directed nature) as well as placing the client "in a hypnotic trance in which the suggestions of recovery and cure are given" (p. 143). In discussing the Ammassalik Eskimos of Eastern Greenland, Kalweit (1988) observed that their "continuous rubbing of stones against each other may be seen as a simple way of inducing a trance.... The monotony, loneliness, and repetitive rhythmic movement join with the desire to encounter a helping spirit. This combination is so powerful that it erases all mundane thoughts and distracting associations" (p. 100). Again, the use of Western concepts may be flawed descriptors for what actually occurs in these instances of remarkable behavior.

Kirsch's (1990) discussion of the role of expectancies in hypnosis and psychotherapy is relevant to each of these cases. Hypnosis, like many culturally based rituals, serves to shape and bolster relevant expectancies that reorganize consciousness and produce behavioral changes relevant to the goals of hypnotic subjects and shamanic clients. For example, the ideomotor behavior that often characterizes hypnosis (e.g., arms becoming heavier or lighter, fingers moving to denote positive or negative responses) resembles the postures, gestures, collapsing motions, and rhythmic movements that occur during many native rituals. In both instances, the participants claim that the movements occur involuntarily. Kirsch suspects that expectancy plays a major role, but admits that these responses are experienced as occurring automatically, without volition (p. 198).

The absence of a formal "induction" does not prevent the client from becoming receptive to a suggestion and motivated to follow it, just as most, if not all, hypnotic phenomena can be evoked without

hypnotic induction (Kirsch, 1990, p. 129). Contributing to this procedure is the multi-modal approach that characterizes Navajo chants, as well as their repetitive nature and the mythic content of the words, which are easily deciphered by those clients well-versed in tribal mythology. Sandner (1979) describes how the visual images of the sand paintings and the body paintings, the audible recitation of prayers and songs, the touch of the prayer sticks and the hands of the medicine man, the taste of the ceremonial musk and herbal medicines, and the smell of the incense "all combine to convey the power of the chant to the patient" (p. 215). A *hataalii* (i.e., Navajo shaman) usually displays a highly developed dramatic sense in carrying out the chant but generally avoids the clever sleight of hand effects used by many other cultural healing practitioners to demonstrate their abilities to the community (p. 241).

The Navajo chants are considered by Sandner (1979) to facilitate suggestibility and shifts in attention through repetitive singing and the use of culture-specific mythic themes (p. 245). These activities prepare participants and their community for healing sessions. These healing sessions may involve symbols and metaphors acted out by performers, enacted in purification rites, or executed in "sand paintings" composed of sand, corn meal, charcoal, and flowers -- but destroyed once the healing session is over. Some paintings, such as those used in the "Blessing Way" chant are crafted from ingredients that have not touched the ground, e.g., corn meal, flower petals, charcoal. Once again, the client "translates" the symbols and metaphors, but usually not with full awareness of the ongoing process.

Hypnotic-like procedures affect the mentation of both the *hataalii* and the client during the chant. Sandner (1979) pointed out that the *hataalii*'s performance empowers the client by creating a "mythic reality" through the use of chants, dances, and songs (often accompanied by drums and rattles), masked dancers, purifications (e.g., sweats, emetics, herbal infusions, ritual bathings, sexual abstinence), and sand paintings. Joseph Campbell (1990) described the colors of the typical sand painting as those "associated with each of the four directions" and a dark center -- "the abysmal dark out of which all things come and back to which they go." When appearances emerge in the painting, "they break into pairs of opposites" (p. 30).

Topper's (1987) study of Navajo *hataalii* indicates that they raise their clients' expectations through the example they set of stability and competence. Politically, they are authoritative and powerful; this embellishes their symbolic value as "transference figures" in the psychoanalytic sense, representing "a nearly omniscient and omnipotent nurturative grandparental object" (p. 221). Frank and Frank (1991) put it more directly: "The personal qualities that predispose patients to a favorable therapeutic response are similar to those that heighten susceptibility to methods of healing in nonindustrialized societies, religious revivals, experimental manipulations of attitudes, and administration of a placebo" (p. 184).

The hypnotic-like procedures strengthen the support by family and community members as well as the client's identification with figures and activities in Navajo cultural myths, both of which are powerful elements in the attempted healing. But do these procedures deserve a description that indicates a major shift in conscious functioning? Sandner (1979) found that his informants were insulted when it was suggested that Navajo *hataalii* change their state of consciousness to such an extent that their sense of identity is lost; such a shift would distract the practitioners from the attention to detail and the precise memory needed for a successful performance.

At best, the *hataalii* appear to modify their attentional states rather than to "alter" all of their subsystems of consciousness, or their consciousness as a totality. Attention determines what enters someone's awareness. When attention is selective, there is an aroused internal state that makes some stimuli more relevant than others and thus more likely to attract one's attention. A trait that is more characteristic of shamans than an "alternative state of consciousness" might be the unique attention that shamans give to the relations among human beings, their own bodies, and the natural world -- and their willingness to share the resulting knowledge with others (Krippner 2002, p. 967).

Hypnotic-Like Procedures in Bali

Belo (1960) claimed to have observed similarities between the behavior of Balinese shamans and mediums and those of hypnotized subjects. Although there was no trained observer of hypnosis on Belo's field trips, a hypnotic practitioner observed several of her films and claimed to notice similarities between "hypnotic trance" and "mediumistic trance." In these otherwise useful descriptions, we can observe the proclivity of Western observers to use such terms as "hypnosis" and "trance" in describing shamanic procedures rather than simply making direct behavioral comparisons or utilizing the tribe's own explanations and phenomenological descriptions.

In traditional Balinese practice, the name of the main temple ceremony is *nyimpen* and the dance of *Calon Arang* often is performed during *nyimpen*. The story of *Calon Arang* concerns an evil widow and her only daughter who were banned to the forest for allegedly practicing black magic. There are several variations of this story but all center on her revenge against the people of the ancient Hindu Javanese kingdom of Daha after its Raja insults her by retracting an offer to marry her beautiful daughter. Calling up her demon legions, she transforms herself into a frightening figure with ponderous hanging breasts, bulging eyes, a long flaming tongue, and a mass of unruly flowing hair. Waving her magic cloth, she has become Rangda, the queen of the witches, and wreaks havoc with her powers. Understandably, this is one of the most powerful plays in sacred Balinese drama and its performance is typically charged with energy and emotion.

Thong (1994), a psychiatrist who organized the first mental hospital on Bali, noted that at the end of a performance of this dance it took the efforts of a *pemangku* (village priest) to gently bring the dancers as well as the spectators back to their ordinary mode of functioning. With the help of his assistants, and armed only with holy water, the *pemangku* wandered through the crowd sprinkling the entranced revelers; the sacred water quickly revived them. Could this phenomenon be categorized as "mass hypnosis"? Such a label would be less than accurate because there was no direct goal-orientation of the affected individuals.

In Thong's (1994) opinion, the Balinese people's repressed emotions find an outlet in the dance and drama -- an outlet the culture has provided for them to abreact, either vicariously or directly. Classical dance and drama in Bali, based on legends and myths, are well attended and the more contemporary dramatic presentations are even more widely attended. In both the classical and contemporary performing arts one can encounter every possible Balinese emotion -- love, joy, anger, reverence. One can observe intrigue, sexual passion, jealousy, and the violation of all the cultural taboos. Not only do the players benefit from expressing these emotions and breaking the taboos, but the audience attains catharsis as well. From Thong's perspective, the other Balinese arts -- painting, sculpture, the creation of festival offerings -- help the Balinese to maintain a healthy frame of mind. They have retained their vitality; without them, and the related cultural manifestations, the uniqueness of Bali would have crumbled long ago.

Thong concluded that in the "altruistic trance states," a dancer responds to the needs of another person or a group of people. This state is usually reached during or after the performance of a ritual and, in Bali, would encompass all hypnotic-like phenomena during religious or healing ceremonies as practiced by the *balian*. The practitioners in this group rarely show signs of psychopathology. "Egoistic trance states," on the other hand, are entered in response to an individual's personal needs. They are not preceded by a ritual and tend to occur spontaneously. In Bali, this state is believed to be brought about by the possession of an individual by a *bebai* or evil spirit.

Thong concluded that in Balinese ritualistic dancing, the "I" gives way to a loss of ego boundaries and a change in the body image. The *Barong* dance ends with the dancers pressing *kris* knives against their chests as the malevolent Rangda attempts to influence the dancers to harm themselves. The *Barong*, however, offers them protection. Thong determined that these hypnotic-like experiences could be divided into three stages. During the first stage, dancers are consciously or unconsciously preparing themselves; they have not yet lost reflective consciousness and still retain voluntary control and decision-making capabilities. The second stage brings intensification at which time control is lost and consciousness is altered. During the third stage, the dancer falls into a state of exhaustion but may be capable of returning

to the second stage if sufficiently aroused. The change from one stage to another can usually be recognized by distinct somatic clues such as sighs, sobs, hisses, shouts, or body movements.

In Thong's opinion, the most important factor in moving from one stage to another is the charged and expectant atmosphere that surrounds altering consciousness. In other words, the social setting and expectancy seem to be more critical than any physiological maneuver. The leaders of the community play an important role because it is often the head of the village, the *sadeg*, or some other important personage who first goes into an altered state, serving as a role model for the others.

Perhaps the occurrence of hypnotic-like procedures cross-culturally is so frequent because it plays an important cultural role. In Bali, so-called "trance dancing" serves as a useful emotional outlet both for the dancer and the observer. What Thong calls "altruistic trance states" are preceded by a ritual or ceremony in which a shift is expected and accepted as an integral element. The "trancers" in these dances are usually ordinary members of the community with no more than the average number of psychological or physical problems. These ceremonies facilitate social cohesion because they are performed on behalf of the entire community.

What Thong calls "egoistic trance states" occur outside of the ordinary cultural context. They may involve malicious magical practices, in which attempts are made (or are perceived to have been made) to influence, coerce, or harm community members. These "trancers" show a tendency for attacks of hysteria, acute psychotic reactions, and schizophrenic episodes. The Balinese themselves recognize these two types of "trancers" and react differently toward each of them.

Afro-Brazilian Healing Procedures

Unusual experiences were common in early West African cultures where individuals were considered to be closely connected with nature, the community, and their communal group. Each person was expected to play his or her part in a web of kinship relations and community networks. Strained or broken social ties were held to be the major cause of sickness. A harmonious relationship with one's community, as well as with one's ancestors, was important for health. At the same time, an ordered relationship with the forces of nature, as personified by the *orixás* or deities, was essential for maintaining the well-being of the individual, the family, and the community. West Africans knew that disease often had natural causes, but believed that these factors were exacerbated by discordant relationships between people and their social and natural milieu. Long before Western medicine recognized the fact, Africa's traditional healers took the position that ecology and interpersonal relations affected people's health (Raboteau, 1986).

West African healing practitioners felt that they gained access to unusual powers in three ways: by making offerings to the *orixás*, by foretelling the future with the help of an *orixá*, and by incorporating an *orixá* (or even an ancestor) who then diagnosed illnesses, prescribed cures, and provided the community with warnings or blessings. The person through whom the spirits spoke and moved performed this task voluntarily, claiming that such procedures as dancing, singing, or drumming were needed to surrender their minds and bodies to the discarnate entities. The slaves brought these practices to Brazil with them; despite colonial and ecclesiastical repression, the customs survived over the centuries and eventually formed the basis for a number of robust Afro-Brazilian spiritual movements. Books about spiritualism by a French writer, Alan Kardec, were brought to Brazil, translated into Portuguese, and became the basis for a related movement (Kardecism). There were followers of Mesmer in this group, but Kardec proposed that spirits, rather than Mesmer's invisible fluids, were the active agent in altering consciousness, removing symptoms, and restoring equilibrium (Richeport, 1992, p. 170).

Contemporary *iyalorixás* or *mães dos santos* ("mothers of the spirits") and *babalawos* or *pais dos santos* ("fathers of the spirits") still teach apprentices how to sing, drum, and dance in order to incorporate the various deities, ancestors, and spirit guides. They also teach the *iaôs* ("children of the *orixás*") about the special herbs, teas, and lotions needed to restore health, and about the charms and rituals needed to prevent illness. The ceremonies of the various Afro-Brazilian groups (e.g., Candomblé, Umbanda,

Batuque, Quimbanda, Xango) differ, but all share three beliefs: humans have a spiritual body (that generally reincarnates after physical death); discarnate spirits are in constant contact with the physical world; humans can learn how to incorporate spirits for the purpose of healing (Krippner, 2000).

Once the apprentices begin to receive instruction in mediumship, such experiences as spirit incorporation, automatic writing, "out-of-body" travel, and recall of "past lives" lose their bizarre quality and seem to occur quite naturally. Socialization processes provide role models and the support of peers. A number of cues (songs, chants, music, etc.) facilitate "spirit incorporation," and a process of social construction teaches control, appropriate role-taking, and communal support. Richeport (1992) observes several similarities between these mediumistic behaviors and those of hypnotized subjects, e.g., motivation, the positive use of imagination, frequent amnesia for the experience.

It should be noted that mediums resemble shamans in many ways but lack the control of their attention and awareness that characterizes shamans. For example, shamans are usually aware of everything that occurs while they converse with the spirits, even when a spirit "speaks through" them. Mediums claim to lose awareness once they incorporate a spirit, and purport to remember little about the experience once the spirit leaves.

The traits most admired in mediums resemble those traits that facilitate ordinary social interactions. Leacock and Leacock (1972) observed that the Brazilian mediums in their study usually behaved in ways that were "basically rational," communicated effectively with other people, and demonstrated few symptoms of hysteria or psychosis. They engaged in intensive training and, as mediums, pursued hard work that often put them at risk with seriously ill individuals (p. 212). These are not likely to be the favorite pastimes of fragile personalities or malingerers.

In dozens of Afro-Brazilian ceremonies and rituals that I have witnessed, a "trance" was supposedly induced by the rhythmic drumming and movement as well as by the assault on the senses produced by the music, incense, flickering candles, and -- in some temples -- pungent cigar smoke. But it was apparent to me that powerful demand characteristics were also at work. The very reason for the mediums' presence was the incorporation of spirits; as Kleinman (1980) argues, "providing effective treatment for disease is *not* the chief reason why indigenous practitioners heal. To the extent that they provide culturally legitimated treatment of illness, they *must* heal" (p. 362).

In addition, the community of believers depended on the mothers, fathers, and children of the *orixás* to provide a connection to the spirit world that would ensure the well-being of the temple, prevent illness among those who were well, and bestow healing upon those who were indisposed. When one medium incorporated an *orixá* or spirit, an entire series of incorporations soon followed, domino-like. Just as many participants in hypnotic sessions seem eager to present themselves as "good subjects" (Spanos, 1989), the mediums in Afro-Brazilian healing sessions may be eager to present themselves as "good mediums," and to enact behaviors consistent with this interpretation. I have also noticed that the presence of visitors appears to increase both the speed and the dramatic qualities of spirit incorporation.

A fairly consistent similarity among mediums is their supposed inability to recall the events of the incorporation after the spirits have departed. However, Spanos (1989) has pointed out that this amnesic quality could just as easily be explained as an "achievement"; each failure to remember "adds legitimacy to a subject's self-presentation as 'truly unable to remember'," hence as deeply in "trance" (p. 101). In other words, the interpretation of hypnotic phenomena as goal-directed action is helpful in understanding mediumship as an activity that meets role demands, as mediums guide and report their behavior and experience in conformance with these demands. It may not be that they lose control over the behavior as they incorporate a spirit, but rather that they engage in an efficacious enactment of a role that they are eager to maintain.

An alternative point of view would hold that the mediums actually do lose control over their behavior, entering a "trance" state that allows "hidden parts" of themselves to manifest as secondary personalities or, in the case of the Brazilian mediums, as spirits. But some Brazilian practitioners with whom I have discussed these issues suggest that both the "role-playing" and "dissociative" paradigms merely describe the *mechanisms* by which a medium actually incorporates the *orixá*, discarnate entity, or

spirit. It is the incorporation itself, and the subsequent behavior of the spirit, that represent the crux of mediumship.

Afro-Brazilian spiritistic ceremonies enable clients and mediums to arrive at a shared worldview in which an ailment can be discussed and treated (Torrey, 1986). In some spiritistic traditions, there are mediums who specialize in diagnosis, mediums who specialize in healing by a laying-on of hands, mediums who specialize in distant healing, and mediums who specialize in intercessory prayer. Treatment may also consist of removing a "low spirit" from a client's "energy field," integrating one's "past lives" with the present "incarnation," the assignment of prayers or service-oriented projects, or referral to a homeopathic physician. All of these procedures contain the possibility of enhancing clients' sense of mastery, increasing their self-healing capacities, and replacing their demoralization with empowerment (Frank & Frank, 1991; Torrey, 1986).

The mediums are not the only ones who appear to manifest hypnotic-like effects. Their clients also demonstrate apparent shifts in consciousness, especially while undergoing crude surgeries without the benefit of anesthetics; however, Greenfield (1992) has observed that the Brazilian mediums make no direct effort to alter their clients' awareness. Greenfield, who attributes the benefits of these sessions to the clients' alterations of consciousness, has observed that "no one is consciously aware of hypnotizing...patients..., and unlike the mediums, patients participate in no ritual during which they may be seen to enter a trance state" (p. 23). However, there are a number of cultural procedures that Greenfield found to be hypnotic-like in nature. One of them is the relationship of client and healer, characterized by trust, and resembling "that between hypnotist and client" (p. 23) in that these clients act positively in response to what the medium tells them. Another procedure is the provision of a context that allows the client to become totally absorbed in the intervention, a healing ritual that galvanizes the client's attention and distracts him or her from feeling pain. Greenfield added that the spiritistic aspects of Brazilian culture foster "fantasy proneness" because large numbers of people believe that supernatural entities are helping (or hindering) them in their daily lives (p. 24).

Rogers (1982) has divided native healing procedures into several categories (p. 112): nullification of sorcery (e.g., charms, dances, songs); removal of objects (e.g., sucking, brushing, shamanic "surgery"); "expulsion" of harmful entities (e.g., fighting the entity, sending a spirit to fight the entity, making the entity uncomfortable); retrieval of "lost souls" (e.g., by "soul catchers," by shamanic journeying); eliciting confession and penance (e.g., to the shaman, to the community); transfer of illness (e.g., to an object, to a "scapegoat"); suggestion and persuasion (e.g., reasoning, use of ritual, use of herbs); shock (e.g., sudden change of temperature, precipitous physical assault). There are hypnotic-like segments of these procedures that utilize symbols, metaphors, stories, and rituals -- especially those involving group participation.

Discussion

"Hypnosis" is a noun while "hypnotic-like" is an adjective, hence the use of the former term lends itself to abuse more easily than utilization of the latter term. This distinction is important when one reads such accounts as that by Torrey (1986) who surveyed indigenous psychotherapists, concluding -- on the basis of anecdotal reports -- that "many of them are effective psychotherapists and produce therapeutic change in their clients" (p. 205). Torrey observed that when the effectiveness of psychotherapy paraprofessionals has been studied, professionals have not always been found to demonstrate superior therapeutic skills. The sources of the effectiveness of both groups are the four basic components of psychotherapy -- a shared worldview, impressive personal qualities of the healer, positive client expectations, and a process that enhances the client's learning and mastery (p. 207). As Strupp (1972) observed, "The modern psychotherapist...relies to a large extent on the same psychological mechanisms used by the faith healer, shaman, physician, priest, and others, and the results, as reflected by the evidence of therapeutic outcomes, appear to be substantially similar" (p. 277).

The professionalization of shamanic and other traditional healers demonstrates their similarity to practitioners of Western medicine. Nevertheless, the differences can not be ignored. Rogers (1982) has contrasted the Western and native models of healing, noting that in Western medicine, "Healing procedures are usually private, often secretive. Social reinforcement is rare....The cause and treatment of illness are usually regarded as secular....Treatment may extend over a period of months or years." In native healing, however, "Healing procedures are often public: many relatives and friends may attend the rite. Social reinforcement is normally an important element. The shaman speaks for the spirits or the spirits speak through him [or her]. Symbolism and symbolic manipulation are vital elements. Healing is of limited duration, often lasting but a few hours, rarely more than a few days" (p. 169).

Rogers (1982) has also presented three basic principles that underlie the native approach to healing: The essence of power is such that it can be controlled through incantations, formulas, and rituals; the universe is controlled by a mysterious power that can be directed through the meticulous avoidance of certain acts and through the zealous observance of strict obligations toward persons, places, and objects; the affairs of humankind are influenced by spirits, ghosts, and other entities whose actions, nonetheless, can be influenced to some degree by human effort (p. 43). This worldview -- which fosters the efficacy of hypnotic-like procedures -- varies from locale to locale but is remarkably consistent across indigenous cultures. The ceremonial activities produce shifts of attention for both the healer and the client. The culture's rules and regulations produce a structure in which the clients' motivation can operate to empower them and stimulate their self-healing aptitudes.

Western practitioners of hypnosis utilize the same human capacities that have been used by native practitioners in their hypnotic-like procedures. These include the capacity for imaginative suggestibility, the ability to shift attentional style, the potential for intention and motivation, and the capability for self-healing made possible by neurotransmitters, internal repair systems, and other components of mind/body interaction. These capacities often are evoked in ways that resemble Ericksonian hypnosis (Erickson, Rossi, & Rossi, 1976) because of their emphasis on narrative accounts. Hypnosis and hypnotic-like activities are complex and interactive, and hence take different forms in different cultures. Yet, as with other forms of therapy, "the mask...crafted by the group's culture will also fit a majority of its members" (Kakar, 1982, p. 278).

It is become increasingly apparent to cross-cultural psychologists that the human psyche cannot be extricated from the historically variable and diverse "intentional worlds" in which it plays a co-constituting part. Therefore, I am dismayed when I see Western terms haphazardly applied to indigenous practices; for example, *amok* in Indonesia has been called "a trance-like state" and *latah* "a condition akin to hysteria" (Suryani & Jensen, 1993). By investigating ways in which different societies have constructed diagnostic categories and remedial procedures, therapists and physicians can explore novel and vital changes in their own procedures -- hypnotic and otherwise -- that have become obdurate and rigid. Western medicine and psychotherapy have their roots in traditional practices, and need to explore avenues of potential cooperation with native practitioners of those healing methods that may still contain wise insights and practical applications.

References

- Achterberg, J. (1985). *Imagery in healing: Shamanism and modern medicine*. Boston: Shambhala.
- Agogino, G.A. (1965). The use of hypnotism as an ethnologic research technique. *Plains Anthropologist*, 10, 31-36.
- Belo, J. (1960). *Trance in Bali*. New York: Columbia University Press.
- Bourguignon, E., & Evascu, T. (1977). Altered states of consciousness within a general evolutionary perspective: A holocultural analysis. *Behavior Science Research*, 12, 199-216.
- Campbell, J. (1990). *Transformations of myth through time*. New York: Harper & Row.

- Erickson, M.H., Rossi, E.L., & Rossi, S.H. (1976). *Hypnotic realities: The induction of clinical hypnosis and the indirect forms of suggestion*. New York: Irvington.
- Frank, J.D., & Frank, J.B. (1991). *Persuasion and healing* (3rd ed.). Baltimore: Johns Hopkins University Press.
- Furst, P.T. (1977). "High states" in culture-historical perspective. In N.E. Zinberg (Ed.), *Alternate states of consciousness* (pp. 53-88). New York: Free Press.
- Gergen, K.J. (1985). The social constructionist movement in modern psychology. *American Psychologist*, 40, 266-275.
- Greenfield, S.M. (1992). Hypnosis and trance induction in the surgeries of Brazilian spiritist healer-mediums. *Anthropology of Consciousness*, 2(3-4), 20-25.
- Jilek, W.G. (1982). *Indian healing: Shamanic ceremonialism in the Pacific Northwest today*. Blaine, WA: Hancock House.
- Kakar, S. (1982). *Shamans, mystics and doctors: A psychological inquiry into India and its healing traditions*. New York: A.A. Knopf.
- Kalweit, H. (1988). *Dreamtime and inner space: The world of the shaman*. Boston: Shambhala.
- Kirsch, I. (1990). *Changing expectations: A key to effective psychotherapy*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Kleinman, A. (1980). *Patients and healers in the context of culture*. Berkeley: University of California Press.
- Krippner, S. (1993). Cross-cultural perspectives on hypnotic-like procedures used by native healing practitioners. In J.W. Rhue, S.J. Lynn, & I. Kirsch (Eds.), *Handbook of clinical hypnosis* (pp. 691-717). Washington, DC: American Psychological Association.
- Krippner, S. (2000). Cross-cultural perspectives on transpersonal hypnosis. In E. Leskowitz (Ed.), *Transpersonal hypnosis: Gateway to body, mind, and spirit* (pp. 141-162). New York: CRC Press.
- Krippner, S. (2002). Conflicting perspectives on shamans and shamanism: Points and counterpoints. *American Psychologist*, 57, 960-977.
- Kroger, W.S. (1977). *Clinical and experimental hypnosis* (2nd ed.). Philadelphia: Lippincott.
- Leacock, S., & Leacock, R. (1972). *Spirits of the deep: Drums, mediums and trance in a Brazilian city*. Garden City, NY: Doubleday.
- Lynn, S.L., & Rhue, J. (1988). Fantasy proneness: Hypnosis, developmental antecedents, and psychopathology. *American Psychologist*, 43, 5-44.
- Raboteau, A.J. (1986). The Afro-American traditions. In R.L. Numbers & D.W. Amundsen (Eds.), *Caring and curing: Health and medicine in Western religious traditions* (pp. 539-562). New York: Macmillan.
- Richeport, M.M. (1992). The interface between multiple personality, spirit mediumship, and hypnosis. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 34, 168-177.
- Rogers, S.L. (1982). *The shaman: His symbols and his healing power*. Springfield, IL: Charles C Thomas.
- Sandner, D. (1979). *Navaho symbols of healing*. New York: Harcourt Brace Jovanovich.
- Spanos, N.P. (1989). Hypnosis, demonic possession, and multiple personality: Strategic enactments and disavowals of responsibility for actions. In C. Ward (Ed.), *Altered states of consciousness and mental health: A cross-cultural perspective* (pp. 96-124). Los Angeles: Sage.
- Strupp, H.H. (1972). On the technology of psychotherapy. *Archives of General Psychiatry*, 26, 270-278.
- Suryani, L.K., & Jensen, G.D. (1993). *Trance and possession in Bali: A window on Western multiple personality*. New York: Oxford University Press.
- Thong, D., with Carpenter, B., & Krippner, S. (1994). *A psychiatrist in paradise: Treating mental illness in Bali*. Bangkok, Thailand: White Lotus Press.
- Topper, M.D. (1987). *The traditional Navajo medicine man: Therapist, counselor, and community leader*. *Journal of Psychoanalytic Anthropology*, 10, 217-249.

- Torrey, E.F. (1986). *Witchdoctors and psychiatrists: The common roots of psychotherapy and its future*. New York: Harper & Row.
- Vogel, V.J. (1990). *American Indian medicine*. Norman, OK: University of Oklahoma Press. (Original work published 1970)
- Winkelman, M. (1984). A cross-cultural study of magico-religious practitioners. In R.-I. Heinze (Ed.), *Proceedings of the International Conference on Shamanism* (pp. 27-38). Berkeley: Independent Scholars of Asia.

***Stanley Krippner**, Ph.D., is Alan Watts Professor of Psychology at Saybrook University in San Francisco, California. He is the co-author of *Personal Mythology and Haunted by Combat: Understanding PTSD in War Veterans*.

Correspondence regarding this article should be directed to: Saybrook University, 747 Front Street. San Francisco, CA, 94111. USA. Email: skrippner@saybrook.edu

The preparation of this paper was supported by Saybrook University's Chair for the Study of Consciousness.

Psicología Transpersonal y Ciencias de la Complejidad: Un amplio horizonte interdisciplinar a explorar.

Transpersonal Psychology and Complexity Sciences:
An interdisciplinary broad horizon to explore

Iker Puente*

Universidad Autónoma de Barcelona
Barcelona, Spain

Resumen

A pesar de que se acaban de cumplir cuarenta años desde la fundación de la psicología transpersonal y de que se han producido avances significativos tanto a nivel teórico como a nivel práctico, todavía no ha recibido el reconocimiento que se merece dentro del mundo académico y de la psicología. Sin embargo, la psicología transpersonal hizo hincapié en el abordaje científico de su objeto de estudio desde sus inicios, y su temática ha guardado relaciones estrechas con la vanguardia científica desde mucho antes de que se declarara oficialmente el nacimiento de esta corriente. En las últimas décadas se han establecido paralelismos entre diversos descubrimientos científicos de vanguardia y las observaciones realizadas por los psicólogos y psicoterapeutas de orientación transpersonal. Este es especialmente el caso de lo que se conoce como pensamiento sistémico, pensamiento complejo o ciencias de la complejidad, nombres que engloban una serie de teorías científicas, entre las que se encuentran la teoría general de sistemas, la cibernética, la teoría de las estructuras disipativas, la teoría del caos y las teorías de la autoorganización. Si la psicología transpersonal quiere ganarse el reconocimiento que se merece, debería hacer énfasis en estos paralelismos entre la ciencia y la psicología transpersonal, potenciar la realización de estudios científicos metodológicamente rigurosos, y mostrar una actitud crítica ante el conocimiento y los discursos generados dentro de la disciplina.

Palabras clave: Psicología Transpersonal, Ciencia, Complejidad, Caos, Autoorganización.

Abstract

Despite significant advances on both the theoretical and practical levels in the field of the transpersonal psychology since its foundation forty years ago, this discipline has not received the recognition it deserves within the psychological and academic worlds. Even prior to its official birth, studies in the field of transpersonal psychology had emphasized a scientific approach and maintained a close relationship to the forefront of science. In past decades scientists and researchers have established parallels between several leading-edge scientific discoveries and the observations made by transpersonally oriented psychologists and psychotherapists. This is especially true in the areas of systems and complex thinking and the sciences of complexity, fields that included a series of scientific theories, including general systems theory, cybernetics, the theory of the dissipative structures, chaos theory and the theories of self-organization. If the field of the transpersonal psychology wants to obtain the recognition it deserves, it should emphasize the parallels between science and transpersonal psychology, support rigorous methods and scientific studies, and display a critical attitude towards the knowledge and discourses generated within the discipline.

Keywords: Transpersonal Psychology, Science, Complexity, Chaos, Self-organization.

Recibido: 9 de junio de 2009
Aceptado: 19 de Junio de 2009

Breve historia de la psicología transpersonal

La *psicología transpersonal* nació a finales de los años sesenta en los EEUU a raíz del interés de un grupo de psicólogos, psiquiatras y psicoterapeutas (entre los que se encontraban Anthony. Sutich y Abraham Maslow, fundadores de la psicología humanista, y Stan Grof y James Fadiman, entre otros) en expandir el marco de la psicología humanista más allá de su centro de atención sobre el yo individual, interesándose por el estudio de la dimensión espiritual y trascendente de la naturaleza humana y de la existencia (Ferrer, 2003).

Inicialmente A. Sutich propuso la palabra <humanisticism>, combinado las palabras humanismo y misticismo. Maslow, a su vez, propuso y expuso su preferencia por la palabra <transhumanistic>, término acuñado por Julian Huxley en 1957. Sutich escribió a Huxley y comenzó a trabajar en la terminología y la definición de la nueva <fuerza>. En septiembre de 1967 Maslow (invitado por el Instituto Esalen), en una charla en la First Unitarian Church de San Francisco titulada “*The farther reaches of human nature*” (Maslow, 1969), y siendo presidente de la American Psychology Association, hizo la primera presentación pública de la <cuarta fuerza> en el campo de la psicología, denominándola <transhumanista>. Días después, Maslow¹ anunció la creación de la *Journal of Transpersonal Psychology* en un seminario en Esalen. El comité de organización de la revista estuvo compuesto por James Fadiman, Maslow, Michael Murphy, Miles A. Vich y Anthony Sutich.

Posteriormente, en una reunión en la que participaron Maslow, Víctor Frankl, Miles Vich, James Fadiman y Stanislav Grof, decidieron sustituir el término <transhumanista> y recomendaron la palabra transpersonal² (propuesta por Grof) como un término más adecuado para el título de la revista. Consideraron que este término expresaba mejor la idea que querían transmitir: algo que más allá de la individualidad, del desarrollo de la persona, en algo que es más inclusivo que la persona individual, o que es mayor que ella (Sutich, 1976).

Etimológicamente el término transpersonal significa “más allá” o “a través” de lo personal, y se emplea para referirse a motivaciones, experiencias, estadios evolutivos, modos de ser, inquietudes y otros fenómenos que incluyen pero al mismo tiempo trascienden la esfera de la personalidad individual, el yo o ego (Ferrer, 2003). Entre sus intereses centrales se encuentran “los procesos, valores y estados transpersonales, la conciencia unitiva, las experiencias cumbre, el éxtasis, la experiencia mística, la trascendencia, las teorías y prácticas de la meditación, los caminos espirituales, la realización (...) y los conceptos, experiencias y actividades con ellas relacionados” (Walsh y Vaughan, 1982:14). Una definición breve pero amplia fue ofrecida por Rowan, que considera que el objetivo principal de la psicología transpersonal sería la delimitación de las fronteras y las variedades de la experiencia humana consciente (Rowan, 1996).

Otra característica de esta orientación es que no pretende ser otro enfoque más que se suma a los ya existentes, sino que se plantea como una metaperspectiva que pretende “llegar a establecer la contribución e integración de las diferentes escuelas” (Almendro, 1995: 65). Walsh y Vaughan (1982) señalan que tradicionalmente las diferentes escuelas o modelos en psicología se han considerado antagónicos e incompatibles, y creen que la psicología transpersonal puede representar un enfoque abarcador que supere estas dicotomías: “un enfoque más amplio lleva a pensar que por lo menos algunos modelos pueden ser complementarios, y cabe esperar que una actitud lo bastante amplia y libre de prejuicios pueda abarcar e integrar muchos de los modelos principales... (un) modelo transpersonal... que los sitúe en el marco de un contexto expandido de la naturaleza humana” (Walsh y Vaughan, 1982: 18).

En esta línea, Wilber (1990) plantea la existencia de un “espectro de la consciencia”. Afirma que cada escuela de psicología se ocupa principalmente de una banda diferente de ese espectro, es decir, cada una de ellas se corresponde con un determinado nivel de la experiencia consciente. Posteriormente Wilber

(1994; 1996; 2000) ha desarrollado una “psicología integral”, situando los diferentes modelos psicológicos en una concepción extendida de la naturaleza humana. Su modelo abarca estados de consciencia y bienestar que tradicionalmente han sido malinterpretados y patologizados por la psicología occidental (y la psiquiatría) por falta de un marco de referencia para su adecuado entendimiento.

La psicología transpersonal tiene una orientación interdisciplinar e intercultural, configurándose como una metaperspectiva que intenta estudiar la relación entre diferentes cosmovisiones (Vaughan, 1982), y se adscribe a una amplia posición científica y filosófica para comprobar sus supuestos (Grof, 1994). Sostiene una aproximación ecléctica, interdisciplinar e integrativa, y adopta explícitamente una epistemología ecléctica para abordar su objeto de estudio. En este sentido, considera que cualquier epistemología rigurosa puede ser empleada para estudiar las experiencias y fenómenos transpersonales (Walsh y Vaughan, 1993).

A pesar de que han pasado más de 40 años desde su fundación, y de que se han producido avances significativos tanto a nivel teórico como a nivel práctico (desarrollo de metodologías adecuadas para su objeto de estudio, desarrollo de psicoterapias de orientación transpersonal, investigaciones sobre los efectos y la eficacia de la meditación y otras técnicas, etc) todavía no ha recibido el reconocimiento que se merece dentro del mundo académico y de la psicología ortodoxa. Dentro del contexto académico se sigue asociando con algo esotérico, poco riguroso e incluso sectario, y en el mejor de los casos suele provocar una sonrisa condescendiente, a pesar de que en la actualidad existen diversos programas de postgrado en varias universidades de Inglaterra y los EEUU³.

Psicología transpersonal, ciencia e interdisciplinariedad

Sin embargo, la psicología transpersonal hizo hincapié en el abordaje científico de su objeto de estudio desde sus inicios, y ha guardado relaciones estrechas con la vanguardia científica desde mucho antes de que se declarara oficialmente el nacimiento de esta corriente. En este sentido, es destacable el interés hacia las filosofías orientales mostrado a principios del siglo XX por muchos de los descubridores de la física cuántica, incluyendo a Niels Bohr, Heisenberg, Schrodinger y Pauli, así como la estrecha colaboración que Pauli mantuvo con Jung durante más de dos décadas, siendo el propio Pauli quien animó a Jung a publicar sus descubrimientos sobre la sincronicidad, mostrándole que esta idea era completamente compatible con los descubrimientos de la nueva física que estaba dando sus primeros pasos en aquella época (Bohr, 1964; Heisenberg, 1959; 1974; 2004 ; Meier, 1996; Pauli, 1994; Schrodinger, 1985; 1988; Wilber, 1987).

En junio de 1969 se publicó el primer número de la *Journal of Transpersonal Psychology*, donde apareció la primera definición de la psicología transpersonal. Se propuso una definición muy detallada, con el objetivo de evitar generalizaciones y simplificaciones, y ya desde entonces se subrayó el carácter científico de la disciplina⁴. La propuesta original aparecida en el *Journal of Transpersonal Psychology* la definía como:

“La psicología transpersonal (o Cuarta Fuerza) es el nombre dado a una fuerza emergente en el campo de la psicología por un grupo de psicólogos y profesionales de otros campos que están interesados en las capacidades y potencialidades humanas *últimas* que no tienen un lugar sistemático en la Primera Fuerza (la teoría positivista o conductista), la Segunda Fuerza (el psicoanálisis clásico), o la Tercera Fuerza (la psicología humanista). La emergente Cuarta Fuerza (la Psicología Transpersonal) está específicamente interesada en el estudio científico y la implementación responsable de las metanecesidades, los valores últimos, la consciencia de unidad, las experiencias cumbre, los valores-B, el éxtasis, las experiencias místicas, el Ser, la auto-actualización, la esencia, el asombro, el sentido último, la trascendencia del self, el espíritu, la unidad, la consciencia cósmica... los fenómenos trascendentes... y los conceptos, experiencias y actividades relacionados. Esta definición está sujeta a interpretaciones... en relación a la consideración y aceptación de sus contenidos como esencialmente naturalistas, teístas, supernaturalistas, o cualquier otra clasificación” (Sutich, 1969).

Esta nueva escuela de psicología tuvo muy buena acogida en aquella época, y en 1971 se creó la *Association of Transpersonal Psychology* en los EEUU. Dos años después se celebró la primera conferencia nacional en Asimolar, California, donde se ha venido celebrando anualmente desde entonces (Vaughan, 1982). El interés por la psicología transpersonal se fue extendiendo rápidamente dentro y fuera de los EEUU, y en 1973 se celebró la primera conferencia internacional en Islandia. Las siguientes conferencias internacionales se celebraron en Finlandia y Brasil. Tras el éxito de estas conferencias se decidió crear una asociación internacional, la *International Transpersonal Association* (ATI). La ATI fue fundada por Stanislav Grof, en colaboración con Michael Murphy y Richard Price, quienes habían abierto el Instituto Esalen (el primer centro de desarrollo del potencial humano de los EEUU) a principios de los años sesenta.

La ATI puso énfasis explícitamente en la interdisciplinariedad, ya que la orientación transpersonal estaba siendo adoptada en otras disciplinas (como la antropología, la sociología y la ecología), y se estaban descubriendo relaciones con otras disciplinas científicas. Así que en las conferencias de la ITA participaban no solo psicólogos, psiquiatras y psicoterapeutas, sino también antropólogos, filósofos, sociólogos, mitólogos, y economistas, y varios físicos, biólogos, matemáticos y médicos, junto con líderes espirituales y chamanes de diversas culturas. La ITA ha celebrado conferencias en EEUU, Australia, India, Suiza, Japón, la República Checa, Irlanda y Brasil. Entre los científicos de otras disciplinas que han participado en estos congresos se encuentran David Bohm, Karl Pribram, Fritjof Capra, Gregory Bateson, Ervin Laszlo, Albert Hoffman, Ilya Prigogine, Michael Harner, Arthur Young, Amit Goswami y Rupert Sheldrake, entre otros (Grof, 2009).

Psicología transpersonal y ciencias de la complejidad

Es sorprendente que este aspecto de la psicología transpersonal sea tan desconocido, incluso entre muchos de sus propios miembros. Pero lo cierto es que se pueden establecer paralelismos entre diversos descubrimientos científicos de vanguardia y las observaciones realizadas por los psicólogos y psicoterapeutas de orientación transpersonal. Este es especialmente el caso de lo que se conoce como pensamiento sistémico, pensamiento complejo o ciencias de la complejidad. Bajo este nombre se engloban una serie de teorías científicas, entre las que se encuentran la teoría general de sistemas de L. V. Bertalanffy, la cibernética, la teoría de las estructuras disipativas de I. Prigogine, la teoría del caos, la teoría de los fractales y las teorías de la autoorganización, entre las que destaca la teoría de la autopoiesis desarrollada por los biólogos H. Maturana y F. Varela, entre otras.

Hayles (1990) señala que se pueden distinguir dos enfoques en el estudio del caos y la autoorganización. El primero de ellos centra su atención en la emergencia espontánea de orden y nuevas estructuras a partir del caos en los sistemas alejados del equilibrio, en el fenómeno de la *autoorganización* propiamente dicho. En palabras de Briggs y Peat (1990), este enfoque se preocupa de explorar la ruta que va del caos al orden. El segundo enfoque centra su foco de interés en el propio caos, y en los patrones y el orden oculto que existe dentro de los sistemas caóticos. Este enfoque, conocido como las *matemáticas de la complejidad*, engloba la *teoría del caos* y la *teoría de los atractores*. Sus representantes se encontraron con el hecho de que el caos puede surgir de ecuaciones deterministas y, más sorprendente aún, que el orden surge intermitentemente en el seno del caos. En este caso, se explora la ruta que va del orden hacia el caos (Briggs y Peat, 1990).

En los estados modificados de consciencia estudiados por la psicología transpersonal se producen cambios en el flujo del pensamiento, en la percepción de la realidad y a nivel emocional. En estos estados pueden ocurrir experiencias de catarsis y, sobre todo, experiencias místicas o extáticas, que diversos autores han definido como religiosas, trascendentes, transpersonales o experiencias cumbre⁵. En estas vivencias el mundo se percibe como una totalidad, en la que el propio individuo está inmerso. Se produce, al mismo tiempo, una sensación subjetiva de unidad, en la que el Yo individual se diluye, desapareciendo

toda distinción significativa entre el Yo y el mundo exterior. Esta experiencia es vivida por la persona como algo positivo, y autores como Maslow o Grof señalan que puede tener efectos beneficiosos y terapéuticos. Sin embargo, la disolución del Yo previa a la sensación subjetiva de unidad, puede ser vivida por el sujeto como un momento de caos, de desequilibrio y desestructuración, de pérdida de los puntos de referencia habituales. Diversos autores se han referido a esta experiencia como *muerte del ego*. (Grof, 1988; Wilber, 1996; Fericgla, 2006).

Los teóricos de la psicología transpersonal tienen una visión holística y evolutiva del ser humano. Defienden que, a través de estas experiencias de caos y trascendencia, la persona puede alcanzar mayores grados de complejidad y orden. El modelo de ser humano que presentan se basa en las ciencias de la complejidad, de las que adoptan diversos conceptos y principios. El orden a través de las fluctuaciones, la irreversibilidad y las estructuras disipativas de Prigogine; las bifurcaciones, los atractores y el concepto de caos de las matemáticas de la complejidad, o la teoría de la autopoiesis de Maturana y Varela, son empleados y aplicados a sus modelos por los teóricos transpersonales. Los teóricos transpersonales plantean que en estas experiencias se produce un proceso de caos y autoorganización, conceptos y metáforas que les sirve para explicar los fenómenos que han observado en la práctica clínica. También se sirven de la holografía, la teoría de los fractales y la teoría general de sistemas para explicar las sensaciones de unidad y la conexión entre el todo y la parte que se producen en estas experiencias⁶ (Puente, 2007).

Esta conexión ha sido señalada por diversos autores transpersonales en diversas ocasiones, y especialmente por Stanislav Grof, (Grof, 1983; 1988; 1993; 1994; 2002; 2008). Grof señala que en un primer momento la corriente de la psicología transpersonal se encontraba aislada del tronco principal de la ciencia, pero a partir de los años setenta se establecieron importantes conexiones con descubrimientos revolucionarios de otras disciplinas, descubrimientos que poco a poco comenzaron a perfilar un nuevo punto de vista científico “Aunque la naturaleza de la experiencia transpersonal es claramente y fundamentalmente incompatible con la ciencia mecanicista, puede ser integrada con los desarrollos revolucionarios de diversas disciplinas científicas a las que se llama el paradigma emergente. Entre las disciplinas y conceptos que han contribuido de manera significativa a este espectacular cambio en la visión del mundo científica se hallan la física relativista y de los quantum (Capra, 1975, 1982), la astrofísica (Davies, 1983), la cibernética, la teoría de sistemas e información (Bateson, 1972, 1979), la teoría de Sheldrake de la resonancia mórfica (Sheldrake, 1981), el estudio de Prigogine de las estructuras disipativas y el orden fluctuante (Prigogine, 1980), la teoría del holomovimiento de David Bohm (Bohm, 1980), el modelo holográfico del cerebro de Kart Pribram (Pietcsch, 1981; Pribram, 1971), y la teoría de procesos de Arthur Young (Young, 1976)” (Grof, 1993: 112).

Otro autor que ha subrayado esta conexión entre psicología transpersonal y ciencias de la complejidad es Manuel Almendro, propuesta que desarrolla extensamente en su reciente libro *Psicología del Caos* (2002). En este libro Almendro desarrolla las bases de lo que denomina una psicología de la complejidad, usando como soporte teórico diversos conceptos extraídos de las ciencias de la complejidad para construir modelos explicativos de los fenómenos observados y las teorías propuestas por la psicología transpersonal. Este autor señala de forma explícita haberse basado en las teorías de la complejidad, y especialmente en las teorías del caos y en el concepto de estructura disipativas de Ilya Prigogine. Almendro afirma, refiriéndose a los procesos observados en su práctica psicoterapéutica: “Da la impresión de que las *teorías del caos* se adentran en concebir y explicar una progresiva alternancia entre orden y desorden, que precisamente ofrecerían una metodología natural de la transformación, nuevos mapas de interpretación del territorio” (Almendro, 2002:193).

Por otro lado el concepto de estructura disipativa le sirve de modelo para explicar la forma que toma el proceso de autoorganización a nivel psicológico cuando se presenta lo que él denomina una Crisis Emergente. Almendro define y concibe el concepto de Crisis Emergente como una estructura disipativa,

como una bifurcación a nivel psicológico que implica la resolución de un procesos caótico previo. La aplicación de este concepto a la psicología implica que existe un orden dentro del caos psíquico. Según Almendro “ese fenómeno emergente representaría el proceso genuino hacia la diferenciación e individuación⁷; es decir, la emergencia crearía diferenciación, por lo tanto, complejidad, diversidad, estructuras disipativas... detrás del proceso emergente psicológico estaría la naturaleza del individuo generando una reorganización de su propia psique” (Almendro, 2002:269).

Desde la etnopsicología, disciplina muy cercana a la psicología transpersonal, el antropólogo y psicoterapeuta Josep M^a Fericgla también aplica a su modelo principios y conceptos extraídos de la teoría del caos, la teoría general de sistemas y la teoría de la autopoiesis de Maturana y Varela (Fericgla, 1989; 2004; 2006). Este autor afirma que el ser humano nace con unas potencialidades que tiene que desarrollar, y considera que es necesario estructurar el propio desarrollo por medio de experiencias que activen esas dimensiones potenciales, para que el individuo se autoactualice. Fericgla acuñó el término *Experiencias Activadoras de Estructuras Internas* (Exaces a partir de ahora) para referirse a experiencias que pueden ayudar en este proceso, y las define como experiencias transformadora y estructurantes que implican el uso de técnicas de modificación y ampliación de la consciencia.

Fericgla subraya el papel que tienen las intervenciones externas sobre cualquier proceso para transformarlo y la discontinuidad que se produce en las transiciones. Considera que cuando un orden sistémico se ha establecido es necesario un impacto potente para romper con los automatismos y su circularidad. Las *Exaces* son, para este autor, un impacto útil que activa el cambio. En términos de la teoría de sistemas, las *Exaces* “permiten ascender a un nivel sistémico superior” (Fericgla, 2004: XXIV). Cuando la persona toma consciencia de sus automatismos, se produce una desestructuración del orden establecido, atravesándose una crisis. Si el proceso resulta adecuado, al final se asciende a un nivel sistémico superior, pero para que se produzca el ascenso de un nivel de consciencia a otro superior se debe atravesar una crisis de crecimiento.

A partir de sus observaciones propone una serie de fases, a través de las que se desarrolla este proceso y que representan diferentes niveles de evolución personal. Durante este proceso evolutivo, la persona puede entrar en un proceso autopoiesis, de autoconstucción y autoestructuración, en el que el sujeto se encuentra en una situación de “máxima libertad vivencial y expresiva” (Fericgla, 2004: 59). Según este autor, en este punto se abre la posibilidad de (re)iniciar el proceso de creación de uno mismo, partiendo de las presiones emocionales liberadas durante el proceso y del mayor conocimiento sobre los propios procesos inconscientes. Fericgla afirma que el ser humano es un sistema altamente complejo que se mueve de acuerdo al principio de autoorganización.

“El principio de autoorganización dentro de los sistemas complejos ha sido denominado por H. Maturana y F. Varela con su concepto de *autopoiesis*... la respuesta a cada entrada de nueva información es determinada por aquello que sucede con el *input* una vez dentro del sistema... depende del sistema de organización interno previamente establecido... del tipo y forma de interacción que despierta dentro del sistema complejo” (Fericgla, 2006: 200).

Por otro lado, Fericgla considera que el proceso de desarrollo del ser humano se puede representar con la imagen de una evolución en espiral, y explica este proceso evolutivo desde la teoría del caos. Afirma que cuando parece que un círculo se va a cerrar y aparentemente se llega al mismo punto que antes, se descubre que en realidad se trata de un punto distinto. Fericgla “En las exaces es muy obvio este ciclo espiral en que el caos da paso al orden que, a su vez, genera nuevas formas de caos, cuya resolución da paso a un nuevo orden más amplio y estable que, de nuevo, abre un periodo de caos...” (Fericgla, 2004:184).

La psicología transpersonal debería subrayar los paralelismos que existen entre los descubrimientos realizados en diversas disciplinas científicas y sus propias observaciones y teorías, y debería mostrar también una actitud más crítica hacia el conocimiento y las teorías generadas dentro de la disciplina.

Reflexiones, debates y autocrítica: caos y autoorganización en la disciplina.

Afortunadamente, a partir de la década de los noventa se ha producido un intenso debate y autocrítica a nivel teórico dentro de la disciplina, y los estudios científicos cada vez son más frecuentes. Por un lado, dentro del debate teórico son destacables las revisiones de las diferentes definiciones de la disciplina realizadas en los años noventa con el objetivo de desarrollar una definición clara y precisa (Lajoie y Shapiro, 1992; Walsh y Vaughan, 1993), los últimos libros de Ken Wilber (1998, 2005, 2007), y las obras *Espiritualidad Creativa* de Jorge Ferrer (2003) y *Sombra, Yo y Espíritu* de Michael Daniels (2008). En cuanto a los estudios científicos, en los últimos años se ha producido un auténtico boom de investigaciones sobre la meditación (especialmente del Mindfulness), a las que hay que añadir el lento resurgir de la investigación con psicodélicos que se está produciendo tanto en EEUU (en universidades como Harvard, UCLA o la John Hopkins) como en diversos países europeos.

Lajoie y Shapiro (1992) hicieron una revisión sistemática de las definiciones de psicología transpersonal aparecidas desde finales de los sesenta, encontrando más de 200 definiciones diferentes en libros y artículos de revistas. Realizaron un análisis de contenido de estas definiciones, señalando los 5 temas y/o conceptos más frecuentes que aparecerían en estas definiciones. Estos eran: 1.- los estados de consciencia; 2.- los potenciales superiores y/o últimos. 3.- (ir) más allá del ego o el self personal. 4.- la trascendencia y 5.- la espiritualidad. Entre los conceptos que aparecían al menos 5 veces también se encontraban otros como experiencia transpersonal, intercultural, estados internos, consciencia de unidad, holístico transformación, holístico y misticismo.

Por otro lado, Walsh y Vaughan (1993) señalaron que muchas definiciones presentan una carga teórica y/o metafísica, lo que implica la aceptación de creencias y presupuestos conceptuales, teóricos y/o metafísicos. Así, muchas definiciones transpersonales incluyen asunciones sobre la naturaleza de la ontología, el Self, los valores últimos y los potenciales superiores, entre otras. Según estos autores, estas asunciones no son necesariamente incorrectas, pero su validez a de ser investigada, no presupuesta. Estos autores proponen una serie de definiciones que implique el menor número de presuposiciones, definiendo no solo la psicología transpersonal y las experiencias transpersonales, sino también otras disciplinas interesadas en el estudio de estas experiencias, incluyendo la psiquiatría, la antropología, la sociología y la ecología transpersonal.

Estos autores definen las *experiencias transpersonales* como experiencias en las que la sensación de identidad o self se extiende más allá (trans) del individuo o la persona para abarcar aspectos más amplios de la humanidad, la vida, la psique y el cosmos. La *psicología transpersonal*, por su parte, es definida como el área de la psicología que se centra en el estudio de las experiencias transpersonales y los fenómenos relacionados con ellas. Estos fenómenos incluyen las causas, efectos y los correlatos de las experiencias transpersonales y el desarrollo transpersonal, así como las disciplinas y prácticas inspiradas por ellas.

Esta definición no excluye ni invalida lo personal o interpersonal, sino que lo sitúa en un contexto más amplio que acepta y reconoce la importancia tanto de las experiencias personales como de las transpersonales. Por otro lado, tampoco impone ningún límite a la dirección o extensión de la expansión de la identidad: esta expansión puede ser vertical (o trascendente) y horizontal (o inmanente), y ambas formas son válidas. Finalmente, esta definición permite múltiples interpretaciones de las experiencias transpersonales y de las posibles comprensiones que ofrecen sobre la naturaleza humana y el cosmos.

Tradicionalmente se ha relacionado lo transpersonal con las experiencias místicas o espirituales pero, como señala Daniels, también puede tener que ver con la expansión de la preocupación o de la

identificación con otras personas, con toda la humanidad, con la vida, con el planeta y/o con la naturaleza. Por lo tanto, el término transpersonal es más amplio que las nociones habituales de <religioso> y <espiritual>, y tiene la ventaja de ser una palabra metafísicamente neutra (Daniels, 2008).

Para Daniels, utilizar el término transpersonal como sinónimo de espiritual es una simplificación excesiva, aunque en la práctica puede resultar útil. Para este autor, el núcleo común al concepto de lo transpersonal tiene que ver fundamentalmente con la transformación profunda de la persona, que permite pasar de una existencia centrada en el ego a un estado que este autor considera más satisfactorio y valioso (Daniels, 2008). Esta idea va en la línea de la defendida por Ferrer (2003), quien propone que el rasgo distintivo de la transformación espiritual es la emancipación del egocentrismo. Es decir, si la persona no se hace menos egocéntrica, no se puede producir ninguna transformación espiritual o transpersonal.

Esta transformación profunda que señala Daniels no tiene porque ser agradable, esperada y bienvenida. Las ideas de este autor reflejan una vez más como caos, orden y autoorganización se alternan en las experiencias y procesos de transformación de naturaleza transpersonal: “el hecho de que nuestra estructura egoica estable se vea amenazada por el cambio puede convertir, en ocasiones, a la experiencia transpersonal en algo aterrador y doloroso... (pero) lo cierto es que el concepto de transformación siempre implica, al menos, la promesa de un cambio para mejor” (Daniels, 2008: 31).

Por otra parte, Daniels subraya la necesidad de que la psicología transpersonal adopte un enfoque más científico, para evitar convertirse en una ideología que alienta un sistema de creencias. Este autor propone un modelo similar a la propuesta de <ciencia esencial> realizada por C. Tart (2004). La <ciencia esencial> de Tart implica un proceso reiterado que atraviesa cuatro estadios diferentes: observación, teorización, corroboración y comunicación. En esta misma línea, Daniels propone que una psicología transpersonal realmente científica debería seguir cuatro fases: 1) la recopilación de todos los datos relevantes posibles utilizando, en la medida de lo posible, métodos empíricos (observación directa); 2) entender los fenómenos transpersonales empleando términos, modelos y teorías que subrayen el papel desempeñado por los factores psicológicos; 3) someter estos modelos y teorías a una verificación crítica; y 4) transmitir adecuadamente el conocimiento adquirido a la comunidad científica.

Si la psicología transpersonal quiere ganarse el reconocimiento que se merece debe adoptar un enfoque más científico en la línea de las propuestas de Daniels y Tart, haciendo énfasis en los paralelismos que existen entre la ciencia y la psicología transpersonal, potenciando la realización de estudios científicos metodológicamente rigurosos, y mostrando una actitud crítica ante el conocimiento y los discursos generados dentro de la disciplina, superando y trascendiendo el <todo vale>.

Bibliografía

- Almendro, M (1995). *Psicología y psicoterapia transpersonal*. Barcelona: Editorial Kairós.
- Almendro, M (2002). *Psicología del caos*. Vitoria, Ed La Llave: 2002.
- Bateson, G (1972). *Steps to an ecology of mind*. San Francisco: Chandler Publications.
- Bateson, G (1979). *Mind and nature: A necessary unity*. New York: Dutton.
- Bertalanffy, L (1976). *Teoría general de los sistemas*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Bohm, D (1980). *Wholeness and the implicate order*. London: Routledge and Kegan Paul.
- Bohr, N (1964). *Física atómica y conocimiento humano*. Madrid: Ed Aguilar.
- Briggs, J y Peat, D (1990). *Espejo y reflejo: del caos al orden*. Guía ilustrada de la teoría del caos y la ciencia de la totalidad. Barcelona: Ed Gedisa.
- Capra, F (1975). *The Tao of physics*. Berkeley: Shambhala Publications.
- Capra, F (1982). *The turning point*. New York: Simon and Schuster.
- Daniels, M (2008). *Sombra, yo y espíritu*. Barcelona: Ed Kairós.

- Davies, P (1983). *God and the New Physics*. London: Ed Penguin Books.
- Fericgla, J M^a (1989). *El sistema dinámico de la cultura y los diversos estados de la mente humana: bases para un irracionalismo sistémico*. Barcelona: Anthropos, Cuadernos A de Antropología, 9.
- Fericgla, J M^a (2004) *Epoiteia: avanzar sin olvidar*. Barcelona: Ed La liebre de Marzo.
- Fericgla, J M^a (2006). *Los chamanismos a revisión*. Barcelona: Ed Kairos.
- Ferrer, J (2003). *Espiritualidad creativa: una visión participativa de lo transpersonal*. Barcelona: Ed Kairós.
- Grof, S (1983). *East and West: Ancient wisdom and modern science*. *Journal of Transpersonal Psychology* 1983, 15 (1), 13-36. .
- Grof, S (1988). *Psicología Transpersonal: nacimiento, muerte y trascendencia en psicoterapia*. Barcelona: Ed Kairós.
- Grof, S (1993) (Ed). *La evolución de la conciencia*. Barcelona: Ed Kairos.
- Grof, S (1994). *La mente holotrópica: los niveles de la consciencia humana*. Barcelona: Ed Kairós.
- Grof, S (2002). *Psicología del futuro*. Barcelona: Ed La liebre de Marzo.
- Grof, S (2008). *Brief History of Transpersonal Psychology*. *The International Journal of Transpersonal Studies*, 27, 46-54.
- Grof, S (2009). *A Brief History of Transpersonal Psychology*.
<http://www.stanislawgrof.com/pdf/A%20Brief%20History%20of%20Transpersonal%20Psychology-Grof.pdf>
- Grof, S y Grof, C. (1995). *La tormentosa búsqueda del ser*. Barcelona: Ed La liebre de Marzo.
- Hayles, K (1993). *La evolución del caos: el orden dentro del desorden en las ciencias contemporáneas*. Barcelona: Ed Gedisa.
- Heisenberg, W (1959). *Física y filosofía*. Buenos Aires: Ed La Isla.
- Heisenberg, W (1974). *Más allá de la física: atravesando fronteras*. Madrid: Biblioteca de Autores Cristianos.
- Heisenberg, W (2004). *La parte y el todo: conversando en torno a la física atómica*. Castellón: El lago Ediciones.
- Lajoie y Saphiro (1992). *Definitions of transpersonal psychology*. *Journal of Transpersonal Psychology* 1992, 24 (1), 79-98.
- Maslow, A (1964). *Religión, Values and Peak Experiences*. Columbus: Ohio State University Press.
- Maslow, A (1979). *El hombre autorrealizado* (1968). Barcelona: Ed Kairós.
- Maslow, A (1969). *The farther reaches of human nature*. *Journal of Transpersonal Psychology*, 1969a, 1, 1, 1-9.
- Meier, Carl A. (1996). *Wolfgang Pauli y Carl G. Jung: un intercambio epistolar, 1932-1958*. Madrid: Ed Alianza.
- Pauli, W (1994). *Writings on physics and philosophy*. Berlin [etc.]: Ed Springer-Verlag.
- Pribam, K (1971). *Languages of the brain*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Prigogine, I (1980). *From being to becoming: Time and complexity in the physical sciences*. San Francisco: W. H. Freeman.
- Puente, I (2007). *Complejidad y psicología transpersonal. Caos y autoorganización en psicoterapia*. Trabajo de Investigación, UAB.
- Rowan, J (1996). *Lo transpersonal: psicoterapia y counselling*. Barcelona: Ed La Liebre de Marzo.
- Schrodinger (1985). *Mente y materia*. Barcelona: Ed Tusquets.
- Schrodinger (1988). *Mi concepción del mundo*. Barcelona: Ed Tusquets
- Sheldrake, R (1981). *A new science a/life: The hypothesis of formative causation*. Los Angeles: J. P. Tarcher.
- Sutich, A. (1976). *The emergence of the transpersonal orientation: a personal account*. *Journal of Transpersonal Psychology* 1976, 8 (1), 5-19.
- Young, A. (1976). *The reflexive universe: Evolution of consciousness*. New York: Delacorte Press.
- Walsh y Vaughan (Ed) (1982). *Más allá del ego*. Barcelona: Ed Kairós.

- Walsh y Vaughan (1993). On transpersonal definitions. *Journal of Transpersonal Psychology* 1993, 25 (2), 199-207.
- Wilber, K (1987) (Ed). *Cuestiones cuánticas: escritos místicos de los físicos más famosos del mundo*. Barcelona: Ed Kairós.
- Wilber, K (1990). *El espectro de la conciencia*. Barcelona: Ed Kairós.
- Wilber, K (1994). *Psicología integral*. Barcelona: Ed Kairós.
- Wilber, K (1996). *El proyecto Atman*. Barcelona: Ed Kairós.
- Wilber, K (1998). *El ojo del espíritu*. Barcelona: Ed Kairós.
- Wilber, K (2000). *Una visión integral de la psicología*. México: Ed Alamah.
- Wilber, K (2005). *Sexo, ecología, espiritualidad*. Madrid: Ed Gaia.
- Wilber, K (2008). *Espiritualidad integral*. Barcelona: Ed Kairos.

Notas a pie de página

- 1.- En los inicios de la <cuarta fuerza> Maslow hizo una serie de contribuciones teóricas muy importantes, recogidas en sus libros *Religión, Values and Peak Experiences* (1964); *El hombre autorrealizado* (1968), y en el artículo sobre las metanecesidades que escribió en 1967: “*Una teoría de la metamotivación: el fundamento biológico de la vida valorativa*”.
- 2.- Esta palabra había sido usada por S. Grof por primera vez en 1967 en una charla que pronunció en la Universidad de Berkeley, en conexión con los términos <supraindividual> y muerte y renacimiento del ego. Maslow y Sutich también la habían empleado de forma independiente en su intercambio de correspondencia (Sutich, 1967).
- 3.- En 1975 Robert Frager fundó el Institute of Transpersonal Psychology (ITP) en Palo Alto, convirtiéndose en el primer centro de enseñanza superior de orientación transpersonal. Desde entonces se han creado numerosos centros que ofertan estudios de psicología transpersonal, principalmente en EEUU. Entre estas escuelas se encuentran, entre otros, el California Institute of Integral Studies, la universidad Jhon F. Kennedy, la Saybrook Graduate School, el Naropa Institute, la pacifica Graduate School y la State University of North Carolina.
- 4.- Sin embargo, pronto se hizo evidente la necesidad de recortar y limitar esta definición, y de hacer un mayor énfasis en su aproximación científica y en la metodología.
- 5.- Se podrían establecer diferencias y matices entre estos conceptos, ya que no se tratan exactamente de la misma experiencia, pero para los propósitos de este artículo hemos creído que no es necesario subrayar estas diferencias. Además, diversos autores han propuesto definiciones y distinciones diferentes.
- 6.- Es importante subrayar que los teóricos transpersonales emplean estos conceptos e ideas científicas como metáforas para describir sus propios descubrimientos, en ningún momento tratan de justificar su validez a partir de estos conceptos extraídos de otras disciplinas científicas.
- 7.- Como hemos señalado anteriormente, los conceptos de diferenciación e individuación progresiva fueron propuestos por Bertalanffy (1976) como dos de las propiedades fundamentales de los sistemas.

***Iker Puente**, psicólogo doctorando del Departamento de Psicología Básica, Evolutiva y de la Educación de la Universidad Autónoma de Barcelona. Ponente en el Congreso Internacional sobre Psicología y Espiritualidad celebrado en India, 2008.

Email: ikerpuente@hotmail.com

A Contextual Introduction to Psychosynthesis

Una Introducción contextual a la Psicosisntesis

Helen Palmer and Peter Hubbard*

Institute of Psychosynthesis N.Z.
Auckland, New Zealand

Abstract

This article is a brief introduction to the principles of psychosynthesis, first formulated by Dr Roberto Assagioli in his 1910 doctoral thesis. It tracks the development of transpersonal psychology through the 20th century as it sought to bridge the gap between science and religion, between psychoanalysis and behavioural psychology and the exhilarating encounters with psychedelics and Oriental spiritual approaches to human being and becoming. It acknowledges the perennial philosophy with which transpersonal psychology has long been identified, and identifies some of the developing critique of its epistemological methodology. It concludes that Assagioli's specific contribution of will and psychosynthesis continues to contribute to the evolution of transpersonal psychology.

Key words:

Psychosynthesis, Roberto Assagioli, Spiritual experience, Psychological understanding, Postmodern psycho spirituality

Resumen

Este artículo es una breve introducción a los principios de la psicosisntesis, originariamente formulada por el doctor Roberto Assagioli en su tesis doctoral en 1910. El artículo continua con el desarrollo de la psicología transpersonal en el siglo veinte, como búsqueda de la unión entre la ciencia y la religión, entre el psicoanálisis y la psicología conductual y su conexión con los psicodélicos y aproximaciones a la espiritualidad oriental. En el artículo se comentan las críticas que la psicología transpersonal sufre en cuanto a su epistemología metodológica, así como su identificación con la filosofía perenne. Se concluye con la específica contribución desarrollada por Assagioli en su contribución a la evolución de la psicología transpersonal.

Palabras Clave

Psicosisntesis, Roberto Assagioli, Experiencia espiritual, Comprensión psicológica, Psico-espiritualidad postmoderna

Received: February 23, 2009

Accepted: April 15, 2009

Psychosynthesis was founded by Dr. Roberto Assagioli, an Italian psychiatrist involved in the early development of psychoanalysis. He first articulated the principles of psychosynthesis in his doctoral thesis of 1910 and developed them over the 1920's and 1930's, publishing such articles as *Spiritual Development and its Attendant Maladies* and *Dynamic Psychology and Psychosynthesis* which became the first two chapters of his book *Psychosynthesis*. His model of the psyche was published in English in 1933 and clearly showed an optimistic view of human beings as spiritual beings seeking meaningful and purposeful expression. A junior member of the psychoanalytic group that formed around Freud in the early 1900's, he nevertheless ultimately critiqued Freud's ideas because they did not to him sufficiently acknowledge the spiritual dimension, altruistic motivation and experiences of the sublime as integral to human Being.

However, it was not until decades later that psychosynthesis became more widely known. Humanistic psychology in the mid 20th century validated the focusing on healthy people, which Assagioli had advocated, rather than just on pathology. Transpersonal psychology also gained momentum then as a source of study and clinical practice recognising spirituality as an essential foundation of psychological health and healing. With James and Jung, Assagioli is acknowledged as one of the earlier explorers and practitioners of transpersonal psychology, and psychosynthesis continues to develop as one particular approach in this field, with its most specific contribution being articulation of the essential function of Will.

Freud and his circle were intent on having their 'new' field of psychoanalysis and depth psychology be recognised within the medical paradigm of the time, and therefore have it be regarded as 'scientific'. The behavioural psychologists, heirs to the academic study of psychology [after Wundt], defined a thoroughly empirical scientific frame as their field of enquiry. Transpersonal psychology sought to bridge the gap between science and religion. The psychologist Abraham Maslow (1968) exemplifies the spectrum - beginning as a behaviourist, moving to explore humanistic psychology, and thence to articulation of a new psychology that, in contrast to the humanistic orientation, would be transpersonal, transhuman, centred in the cosmos rather than in human needs and interests, going beyond humanness, identity, self-actualization, and the like.

Transpersonal exploration also involved a huge freeing up of Western cultural identification with Judeo-Christian thought and religious practices. Richard Tarnas, perhaps unexpectedly, describes transpersonal psychology as being born out of modern science with philosophical roots in the Enlightenment, in that it does not espouse a particular theological outlook as its philosophical underpinning, and looks to achieve an empirical basis in the subjective reported experience of those exploring psychospiritual experiences. Stanislav Grof states in *Spiritual Emergency* (p. xii):

'The 1960s brought a wave of interest in spirituality and consciousness exploration that manifested itself in many different ways, from a renaissance of the ancient and Oriental spiritual practices to experiential psychotherapies and self-experimentation with psychedelic drugs.'

Religion, with its trappings of guilt, sin and judgement, and intercession, was 'out' and spirituality was 'in' - the Mahareshi came to Bangor and the young seekers made the Indian pilgrimage. The wave of interest amounted to a creative ferment. The 1960's proliferation of opportunities and approaches to individual self-growth occurred within a time of great geopolitical change, cultural upheaval and social experimentation. This was its particular and specific context.

The word 'transpersonal' was used to denote a context beyond the personal, and has been tracked back to Dane Rudhyar's astrological work in the 1920's. Maslow wrote to Grof in the 1960's saying he was using the word transpersonal instead of the clumsier 'transhumanistic' or 'transhuman'. Boorstein

says that the term transpersonal means literally 'lying beyond or going beyond the personal'. The experiences that originate on this level involve transcendence of the usual boundaries of the individual [sometimes named as the skin-encapsulated ego] and of the limitations of three-dimensional space and linear time that are our [restricted; partial] perception of the world in the ordinary state of waking consciousness.

One of the constraints that has always operated in terms of psychoanalysis and depth psychology is the issue of proof: how to demonstrate that what can appear as a rather arcane process has value, in ways that can be measured. Behavioural psychology was scientific, having no truck with anything subjective or metaphysical and seeking clearly measurable data. Psychoanalysis focused on neurosis and mental illness and struggled to have itself accepted as a scientific discipline. Humanistic psychology had to develop a different vocabulary and assessments as the subjective experience of mental health was its focus, and transpersonal psychology, focusing on soul and spirit, had to bridge the widest spectrum. An irony is that those interested in consciousness exploration, while challenging the modern scientific view of a mechanical universe in which the earth was a lump of rock revolving purposelessly in a Euclidian void, were also attempting to provide proof consistent with the methodology of that scientific view to validate experientially based theory. The paradigm shift from Euclidian void to Quantum field did not address this conundrum. So how do you measure life experience with tools designed to measure matter only?

The way it was attempted was primarily by claiming empirical validation for individual intrasubjective experiences of a consensually validated independent universal spiritual reality. This led to what has been named as the perennial philosophy becoming the theoretical underpinning for transpersonal psychology. Aldous Huxley's *The Perennial Philosophy*, published in 1945, described this as:

'the metaphysics that recognizes a divine Reality substantial to the world of things and lives and minds; the psychology that finds in the soul something similar to, or even identical with, divine Reality; the ethic that places man's final end in the knowledge of the immanent and transcendent Ground of all being.'

Essentially, with the core underpinning of the concept of the Ground of all Being, the perennial philosophy claims there is a single truth that is at the mystic heart of the world's religious traditions. For all that the immanent experience is named, in fact it is more often the transcendent version that is favoured. And the connection to this ground is essentially a matter of the experience of the individual in relation to the whole. This assumption, that it is the individual experience that is reified, exemplifies the heroic mythos writ large. This may be another reason for its attraction, as it is heroic mythology which underpins cultural expression in the West.

Assagioli certainly belonged in that scientific camp. He was, we must remember, a medically trained psychiatrist. He said:

'I think that most discussions about identity have gone wrong because academic psychologists don't take the trouble to experiment in appropriate ways. They run rats through mazes but they don't go into the inward laboratory and examine their own experience They might be compared, with some irreverence, to those theologians who refused to look through Galileo's telescope because they were afraid of disturbing their world view. They neglect introspection, which is the best laboratory a psychologist has.'

So Assagioli subscribed to the notion that tried to empirically validate experiential experience.

'It is clear that the Higher Self exists because it is proven by direct experience; it is one of those primary experiences which are evidences of themselves and therefore have full scientific value, in the broader sense.'

(Interview with Sam Keen, *Psychology Today*, 1974)

He was deeply attracted to the perennial thesis, as articulated by Helena Blavatsky and Alice Bailey in Theosophy, and by Teilhard de Chardin. This is his own vision:

"From a still wider and more comprehensive point of view, universal life appears to us as a struggle between multiplicity and unity - a labour and an aspiration towards union. We seem to sense that - whether we conceive it as a divine being or as cosmic energy - the Spirit working upon and within all creation is shaping it into order, harmony, and beauty, uniting all beings (some willing but the majority as yet blind and rebellious) with each other through links of love, achieving - slowly and silently, but powerfully and irresistibly - the Supreme Synthesis." (Assagioli, 1984: 34)

However, as transpersonal theory keeps evolving, there is developing a robust critique of this underlying conceptual framework and epistemological methodology. Transpersonal theorists such as Richard Tarnas, John Heron, and Jorge Ferrer point out that in order to fully express the breadth of the original transpersonal vision, transpersonal psychology needs to free itself from the constraining assumptions of its initial formulations, acknowledge the epistemological errors, and engage a pluralistic perspective. Of other transpersonalists, Ken Wilber has consistently developed the evolutionary and transcendent perspective. While very much in line with the perennial philosophy, his articulation of levels and stages of emergence brings a new focus. His four-quadrants approach, uniting inner and outer, individual and collective, allows the consideration of the relationship of individual psychological and spiritual understandings and worldviews with possible correspondences in social structures, culture and technological innovation.

Perhaps the perennial philosophy was a necessary spiritual beacon after World War 2, offering profound reassurance that even though there had been terrible conflict, essentially there was a pre-given ultimate wholeness. It was the ultimate expression of a modernist philosophy that dealt in the existence of moral and ethical absolutes and the comfort that those times derived from that. Perhaps also it was the articulation of a wider spirit of moving towards a greater wholeness, manifested in institutions such as the United Nations and other "world" organisations in health, law and finance.

The world moves on. Living memory moves through the generational timeline. Yesterday's comforting wholeness can become today's fundamentalism. We are coming to terms with a post-modern worldview that values the complexities of *multiple* contexts. The perennial philosophy is now to be understood perhaps as one rich strand of meaning-making, which can be woven with other spiritualities, in order that we participate in what may be a highly indeterminate and dynamic universe of spiritual mystery. We can hold Wilber's hierarchical model of nested holons and the quest for a grand unified theory of spiritual experience, which parallels the direction of other scientific, spiritual and philosophical enquiries. We can consider other directions such an enquiry might take. In *Revisoning Transpersonal Theory* Jorge Ferrer (2002) is calling for transpersonal psychology to be based on what he calls participatory knowing, which identifies spiritual experience not just as an individual inner experience but as a participatory experience of an individual consciousness in a multilocal transpersonal event, shaped and communicated in the modalities and functions available to our normal waking awareness.

'...participatory knowing refers to a multidimensional access to reality that includes not only the intellectual knowing of the mind, but also the emotional and empathic knowing of the heart, the sensual

and somatic knowing of the body, the visionary and intuitive knowing of the soul, as well as any other way of knowing available to human beings.' (Ferrer, 2002: 121)

One of the exciting features of psychosynthesis is understanding that even though Assagioli's thinking is open to critique from a postmodern perspective, his vision continues to stand up, essentially because of his emphasis on Will. It is congruent with Wilber's evolutionary and four quadrants hypotheses. It is also apparent he was most fundamentally interested in facilitating exactly the kind of spiritual embodiment and expression Ferrer articulates. Here is what Assagioli wrote in 1961:

"The experience of loneliness is not considered in psychosynthesis either ultimate or essential. It is a stage, a temporary subjective condition. It can and does alternate with, and finally can be substituted by, the genuine living experience of interpersonal and interindividual communications, relationships, interplay: by cooperation between individuals, and among groups - and even by a blending, through intuition, empathy, understanding and identification. This is the large field of interindividual psychosynthesis, reaching from the interpersonal relationship of man and woman to the harmonious integration of the individual into even larger groups up to the 'one humanity'. It can be and has been expressed in other words as the reality and the function of love in its various aspects, and particularly in that of agape, altruistic love, charity, brotherhood, communion, sharing." (Assagioli, 1993).

References

- Assagioli R.(1975). *Psychosynthesis*. Oxford: GreenSleeves Books.
- Assagioli R. (1984). *The Act of Will*. London: Turnstone.
- Boorstein S. (ed). (1996). *Transpersonal Psychotherapy*, 2^a ed. Albany: State University of New York Press.
- Ferrer, J. (2002). *Revisioning Transpersonal Theory*. Albany: State Univ. New York Press.
- Huxley A. (1945). *The Perennial Philosophy*. New York: Harper and Row.
- Maslow, A. (1968). *Toward a Psychology of Being*, 2^a ed. Princeton, NJ.: Van Nostrand.
- Tarnas R. (1991). *The passion of the Western mind*. New York: Ballantine.
- Wilber K. (1995). *Sex, Ecology, Spirituality*. Boston: Shambhala

***Helen J. Palmer and Peter Hubbard** are the directors of the Institute of Psychosynthesis N.Z. (New Zealand). They offer professional training programmes in psychosynthesis counselling and psychosynthesis psychotherapy, as well as courses and workshops in psychosynthesis.

Address: P.O. Box 67-136, Mt Eden, Auckland 1349, New Zealand.

Email: institute@psychosynthesis.co.nz Website: <http://www.psychosynthesis.co.nz>

El Hombre Sabio y Compasivo: Una Aproximación Transpersonal a Jesús de Nazaret

The wise and compassionate man
A transpersonal approximation to Jesus of Nazareth

Enrique Martínez Lozano*

Teruel, Spain

Resumen

El artículo trata de investigar, en los textos de los evangelios, *signos* de que Jesús de Nazaret experimentó un nivel de conciencia transpersonal. Para ello, se hace una lectura de los textos, en torno a *tres ejes*: 1) signos que muestran a Jesús como un hombre *desidentificado de su yo*; 2) signos de que, más allá del yo, experimentó, vivió y habló desde una *conciencia unitaria*; 3) signos de esa misma conciencia, en *lo que percibieron* quienes convivieron y escribieron sobre él. Como resultado del estudio, parece evidente que Jesús vivió en un nivel transpersonal de conciencia: Eso hizo de él un *hombre sabio y compasivo*, un *maestro* experimentado en el camino hacia la Conciencia unitaria.

Palabras clave:

Jesús, Conciencia Unitaria, Transpersonal, Yo, Padre, Hijo

Abstract

The article investigates signs in the text of the gospels that demonstrate Jesus of Nazareth experienced a transpersonal level of consciousness. A reading of the gospels was undertaken, paying attention to three points: 1) signs that Jesus did not identify with his ego, 2) signs that show he lived, experienced, and spoke from an Unitarian Consciousness beyond the ego, and 3) signs that show this consciousness was perceived by the people who lived with him and wrote about him. The study concludes by showing that Jesus lived in a transpersonal level of consciousness making him a wise and compassionate man, an experienced authority in the path toward the Unitarian Consciousness.

Key words

Jesus, Unitarian Consciousness, Transpersonal, Ego, Father, Son

Recibido: 19 de noviembre de 2008

Aceptado: 7 de febrero de 2009

A raíz de la publicación del libro *¿Qué Dios y qué salvación?* (Martínez Lozano, 2008), muchos lectores me solicitaron un estudio similar referido a la figura de Jesús. En realidad, entendí que se trataba de plantear, en aquella misma clave, la cuestión *¿Qué Jesús?...* Me puse a ello.

Y en ello estaba cuando, desde esta nueva revista, me llegó una petición en la misma línea. Así que, sin renunciar a seguir trabajando más detenidamente esa cuestión y poder ofrecer un texto más acabado, que ayude a plantear adecuadamente la cuestión sobre Jesús en el paradigma postmoderno, lo que aquí pretendo es, únicamente, acercarme a los textos del evangelio en los que pueden apreciarse señales de que Jesús vivió en un nivel de conciencia transpersonal.

Me frena un poco la ausencia de estudios sobre el tema, que apenas aparece marginalmente en los autores que abordan el fenómeno de lo transpersonal. Lo más cercano que conozco es un libro titulado *Desde dentro de la mente de Cristo* (Marion, 2005), pero, como indica en el subtítulo, se refiere más a la “espiritualidad cristiana” que a la propia persona de Jesús.

Sin embargo, y aunque parezca paradójico, esa misma carencia constituye una de mis motivaciones más fuertes. Creo importante que la teoría transpersonal tome en serio la figura de alguien que ha influido tan decisivamente en la historia de Occidente. Y considero igualmente enriquecedor poder “traducir” y leer el mensaje del evangelio en clave transpersonal.

Pero esto requiere *una palabra introductoria* sobre la lectura de un texto sagrado –en este caso, el evangelio- y sobre la conciencia transpersonal.

Todo texto nace *espacial y temporalmente situado*. Y a él nos acercamos cada cual también desde nuestro propio tiempo y lugar. Nos hallamos, por tanto, ante un *doble condicionamiento* que no podemos olvidar. Si a ese inevitable marco en el que toda expresión se produce lo llamamos “paradigma”, habremos de concluir que *un paradigma no es sino un “idioma cultural”*. Y del mismo modo que no podemos hablar sin usar un idioma determinado, tampoco podemos acceder a la comprensión de la realidad sin recurrir a un paradigma concreto. Porque así como no puede haber palabras sin idioma, tampoco puede haber pensamiento sin paradigma.

Cuando nos acercamos a una obra que proviene de un ámbito cultural diferente al nuestro, es probable que experimentemos dificultades de comprensión. Y como nos ocurre con un texto escrito en un idioma desconocido, nos veremos en la obligación de traducirlo.

El evangelio fue escrito en un paradigma que, genéricamente, podemos designar como *premoderno*, propio de sociedades agrarias, preindustriales e inmovilistas. Quienes se encuentran en un paradigma postmoderno, característico de nuestras sociedades postindustriales, globalizadas y dinámicas, no podrán comprenderlo, a menos que sea “traducido” a este nuevo idioma cultural. Porque no hay un paradigma *mejor* que otro: todo lo humano puede expresarse en cualquiera de ellos.

La “traducción” de la que hablo se complica todavía más cuando lo que se está modificando no es únicamente el marco cultural o paradigma, sino el propio *nivel o estadio de conciencia*. Se trata en este caso de algo cualitativamente diferente, con repercusiones incomparablemente más profundas. Y es que hay signos de que lo que se está agotando, no es sólo el paradigma mítico y heterónimo, definitivamente superado (Lenaers, 2008; Vigil, 2007), sino el mismo *modelo dualista de cognición* –o modelo cartesiano-, basado en la dualidad sujeto/objeto (Corbí, 2007; Ferrer, 2003; Martínez Lozano, 2009; Wilber, 2007). Ello indicaría el *final del estadio egoico* de la conciencia y el umbral colectivo de uno nuevo: el *nivel transpersonal*.

Al estadio transpersonal de conciencia accedemos cuando empezamos a *observar* la mente. Al hacer así, caemos en la cuenta de que *tenemos* mente, pero que *somos* mucho más que ella. Se ha producido ya el primer atisbo empírico de que nuestra identidad no se reduce a lo egoico, aunque durante siglos lo hayamos creído así. De modo que podemos reconocer que *tenemos* un “yo”, pero que *somos* más que ese yo que podemos observar. De un modo similar a como, de niños, pasamos de una “conciencia corporal” a otra “mental” –de una manera espontánea, en cuanto empezamos a observar nuestro cuerpo-,

nos hallaríamos ahora, colectivamente hablando, en los *inicios* de un nuevo salto de la conciencia mental a la transpersonal.

Todo ello no significa negar la mente ni el lugar que ocupa en nuestra vida. Lo único que ocurre es que dejamos de identificarnos con ella, porque hemos vislumbrado una identidad inmensamente más amplia.

En contraste con el estadio mental, caracterizado por la separación, el nuevo nivel transpersonal, en el que el propio yo queda integrado y trascendido, se caracteriza por la percepción de la *unidad* de todo en las diferencias.

Si bien, colectivamente y a pesar de los indicios que apuntan un cambio, la humanidad se encuentra aún en estadios míticos y racionales de conciencia, parece que no han sido pocos los hombres y mujeres que, a lo largo de la historia, han experimentado ese otro nivel que trasciende el yo.

Entre ellos, Jesús ocupa un lugar destacado. Lo que sigue es simplemente un primer esbozo de comentario a textos que así parecen mostrarlo.

Son textos que, a pesar de haberse leído habitualmente desde un paradigma premoderno –lo cual se explica porque ése era justamente el “idioma” que se hablaba en el periodo histórico en que nacieron-, encierran una sabiduría propia de quien ha “visto” y habla desde más allá de la mente, porque ha accedido a un nivel mayor –transpersonal- de conciencia.

Signos de la conciencia transpersonal en Jesús

La experiencia mística es una experiencia transpersonal. Se trasciende lo mental y se abre paso una nueva percepción de lo real. Por ese motivo, porque en tales experiencias se acalla el pensamiento y es posible “ver” más allá del velo de la mente, es fácil encontrar en los místicos expresiones de claro sabor transpersonal. Eso mismo ocurre en el evangelio.

Sin entrar en el debate sobre lo que serían palabras “auténticas” de Jesús –“*ipsissima verba Iesu*”- y lo que, tras la denominada “experiencia pascual”, es obra de los discípulos y, en último término, de los redactores del evangelio, lo cierto es que en el texto que ha llegado a nosotros encontramos expresiones que revelan toda su hondura y riqueza cuando las leemos en esa clave. En este sentido, es innegable que el evangelio constituye un mensaje de sabiduría, que nos invita a *despertar*.

Lo transpersonal es un estadio de conciencia que conlleva, como cualquier otro, un *modo de percibir* y un *modo de actuar*, coherentes entre sí. Habría que dudar, por tanto, de aquello que no desemboque en una transformación personal (Daniels, 2008). Lo característico de ese estadio es la superación-integración del nivel mental y, por tanto, del yo, con el que habitualmente nos identificamos de una manera absoluta.

La conciencia transpersonal es, pues, una conciencia *unitaria* y *desegocentrada*. Quien accede a ella, “ve” la unidad de lo real más allá del velo opaco que interpone la mente –más allá de las aparentes diferencias- y *actúa* desde el *amor* a todos los seres. De ahí que los dos rasgos más característicos de quien se halla en ese nivel de conciencia sean la *sabiduría* y la *compasión*.

Y eso es precisamente lo que más se destaca en la persona de Jesús. ¿*Quién es* y *qué ha visto* este hombre sabio y compasivo? Vamos a acercarnos a los textos, buscando huellas de la conciencia transpersonal en aquellas *dos dimensiones* que la caracterizan: la *desegocentración* y la *conciencia unitaria*.

Un hombre desidentificado del yo

En el proceso evolutivo de la persona –como, globalmente, el de la humanidad-, la *emergencia del nivel mental* –y, con él, la aparición y consolidación del yo, en cuanto identidad independiente-, marca un momento culminante. Se sale de la oscuridad de lo *pre-personal* y se accede a la autoconciencia *personal*.

Ahora bien, como no podía ser de otro modo, ese nuevo nivel “personal” está caracterizado por una *conciencia egoica*: el yo recién nacido se embarca en una carrera, espontánea y ansiosa, con la que busca constituirse en centro y protagonista de toda la escena. Olvidando que es sólo un momento más de la evolución y despliegue de lo real, tiende a absolutizarse como si fuera la meta definitiva. Se llega, de ese modo, a la apoteosis del *egocentrismo*, con consecuencias en todos los sectores (relacional, económico, social, político, religioso...). Es el reino del yo y del individualismo exacerbado.

Lo que se halla detrás de ese modo de hacer –y lo explica– no es en primer lugar una cuestión moral (egoísmo personal), sino una falta de comprensión de la verdadera naturaleza de lo real, es decir, *ignorancia*, que nos lleva a tomar como definitivo lo que es sólo pasajero. Y al considerarse a sí mismo como definitivo, el yo buscará por todos los medios a su alcance, inadvertida y compulsivamente, sobrevivir y afirmarse *frente* a todos los demás: la ignorancia lleva a la competitividad, a la rivalidad, a la crispación y al enfrentamiento.

Sólo una comprensión más adecuada de lo real permitirá que pueda modificarse aquella actitud. De hecho, las personas que han “visto”, más allá de las apariencias, han modificado su comportamiento. De ellas hemos recibido un mensaje que, con matices propios en cada caso, habla de no dejarnos encerrar en la cárcel del yo, si queremos favorecer el despliegue de la vida. Justamente eso es lo que nos llega de Jesús.

De Jesús se ha dicho con razón que fue el “hombre fraternal” y que todo su comportamiento tuvo como eje el *amor* a los otros, expresado como *bondad, compasión y servicio incondicional*. Pero ese comportamiento no proviene, en primer lugar, de un empeño ético, esforzado o voluntarista, sino de su propia *comprensión* de la realidad: él vio que el yo no era la realidad definitiva y por eso mismo enseñó que *vivir para el yo equivale a perder la vida*. Veámoslo más despacio en algunos textos, tal como han llegado a nosotros.

- “*El que quiera salvar su vida, la perderá, pero el que niegue su vida por mí y por la buena noticia, la salvará*” (evangelio de Marcos 8,35).

Este texto se ha interpretado habitualmente desde una perspectiva egoica. Es lo que ocurre con cualquier texto inspirado (espiritual, místico), cuando el lector se encuentra en un nivel de conciencia diferente (mítico o racional). En esa lectura, parecía que se trataba de negar la vida, mortificarse o sufrir; y que ese sufrimiento por Jesús era fuente de salvación. Desde una conciencia mítica y, más ampliamente, egoica, era lo que se podía leer.

Pero el mismo texto nos da una pista que nos hace mirar en otra dirección. Cuando habla de negar la vida, no habla de “*biós*”, sino de “*psiché*”, es decir, del yo psíquico: no se trata de negar la vida, sino de no reducirse al yo.

Por otra parte, en el nivel egoico, el “*por mí*” del texto se ha entendido como si el “yo” del discípulo tuviera que negarse a favor del “yo” de Jesús. Pero, de nuevo, una tal lectura desconoce justamente la novedad misma de la que Jesús habla. No estamos ante una personalidad narcisista que reclamara atención, sumisión y renuncia a todo lo que no sea él. Estamos, por el contrario, ante alguien que habla y que vive desde más allá del yo. Eso significa que ese “por mí” no puede entenderse en clave egoica, sino que, como veremos, alude nada menos que al “*Yo soy*”, como nombre de la *identidad profunda que trasciende lo meramente egoico*; la identidad honda que a todos nos constituye, que todos compartimos y en la que todos nos encontramos.

En resumen: la invitación es a “negar el yo” para poder acceder al “Yo soy”.

- “*Habéis oído que se dijo: «Ojo por ojo y diente por diente». Pero yo os digo que no hagáis frente al que os hace mal; al contrario, a quien te abofetea en la mejilla derecha, preséntale también la otra; al que quiera pleitear contigo para quitarte la túnica, dale también el manto; y al que te exija ir cargado mil pasos, ve con él dos mil*” (evangelio de Mateo 5,38-41).

Tales palabras resultan absolutamente incomprensibles e impracticables desde una perspectiva egoica. Ningún “yo” puede entender ni vivir un programa semejante. Sin embargo, *mientras*

estamos situados en la nueva identidad que trasciende al yo, en la nueva “conciencia unitaria”, no sólo somos capaces de vivirlas, sino que no podemos vivir lo contrario. He subrayado el término “mientras”, porque ahí se halla justamente la clave: todo depende de dónde nos hallamos situados para poder “ver” y “vivir” una cosa u otra.

Parece claro que alguien que habla así, sólo puede hacerlo desde “más allá” del yo. Y así es como vivió Jesús, “devolviendo bien por mal”, porque no se identificaba como un “yo” frente a otros “yoes” competidores. Él vivía y hablaba desde una identidad nueva que “incluía” a todos y a todo abrazaba. Esa identidad no puede no amar; únicamente puede buscar el bien del otro, no-diferente de sí.

- *“Habéis oído que se dijo: «Ama a tu prójimo y odia a tu enemigo». Pero yo os digo: Amad a vuestros enemigos y orad por los que os persiguen. De ese modo seréis dignos hijos de vuestro Padre celestial, que hace salir el sol sobre buenos y malos, y manda la lluvia sobre justos e injustos”* (evangelio de Mateo 6,43-45).

Es sabido que el nivel mítico, tanto a nivel individual como colectivo, está caracterizado por el *sentimiento de pertenencia*. Hasta el punto de que, en él, el amor universal es algo sencillamente impensable, porque cae fuera del campo de la conciencia que se halla en ese estadio. Sólo en la medida en que éste empieza a ser trascendido, el horizonte se amplía y se empieza a *intuir* y a vivir la posibilidad de un amor que incluya a todos.

Cuando se accede al nivel de lo transpersonal, el amor universal no sólo se hace posible, sino que es inevitable. Quien se halla situado en ese nivel, como han experimentado siempre los místicos, no puede no amar a todos. Porque se ha visto que ésa es la Realidad, la Unidad-sin-costuras en la que nada es diferente de nada, la Conciencia unitaria.

Sólo desde esa conciencia puede proclamarse con toda verdad el amor al enemigo; porque se está viendo que incluso ese “enemigo” es no-diferente de “mí”, y que es sólo la ignorancia y el sufrimiento los que nos hacen percibirnos como tales.

En esta nueva conciencia, tampoco se ve a Dios como “quien premia a los buenos y castiga a los malos” –percepción característica del estadio mítico e incluso racional; en todo caso, de cualquier nivel egoico-, sino como el que es “*bueno con todos*”. Por eso, no es extraño que, para Jesús, Dios sea siempre Gratuidad, Amor misericordioso sin límites y sin condiciones.

- *“Por eso os digo: No andéis preocupados pensando qué vais a comer o a beber para sustentaros, o con qué vestido vais a cubrir vuestro cuerpo. ¿No vale más la vida que el alimento y el cuerpo que el vestido? Fijaos en las aves del cielo; ni siembran ni siegan ni recogen en graneros, y sin embargo vuestro Padre celestial las alimenta. ¿No valéis vosotros mucho más que ellas? ¿Quién de vosotros, por más que se preocupe, puede añadir una sola hora a su vida? Y del vestido, ¿por qué os preocupáis? Fijaos cómo crecen los lirios del campo; no se afanan ni hilan; y sin embargo, os digo que ni Salomón en todo su esplendor se vistió como uno de ellos. Pero si a la hierba que hoy está en el campo y mañana se echa al horno Dios la viste así, ¿qué no hará con vosotros, hombres de poca fe? Así que no andéis preocupados diciendo: ¿Qué comeremos? ¿Qué beberemos? ¿Con qué nos vestiremos? Ésas son las cosas que inquietan a los paganos. Ya sabe vuestro Padre celestial que las necesitáis. Buscad ante todo el Reino de Dios y lo que es propio de él, y Dios os dará todo lo demás. No andéis preocupados por el día de mañana, que el mañana traerá su propia preocupación. A cada día le basta su propio afán”* (evangelio de Mateo 6,25-34). Al escuchar estas palabras, cualquiera puede experimentar un “eco” interior que le dice que son verdaderas, porque conectan con algo que, aunque sea muy remotamente, todo ser humano intuye. Sin embargo, una vez más, si se leen desde una perspectiva egoica, resultan incomprensibles y, sobre todo, imposibles de vivir. Porque es característico del yo inquietarse, afanarse y preocuparse en su movimiento compulsivo a buscar seguridad en lo que controla o posee. Al yo no se le puede pedir desprendimiento ni calma: es egocentrado y ansioso.

No; éstas son, de nuevo, palabras que vienen de alguien que ve y vive “más allá” de su yo. Lo que ve y vive es una *realidad nueva*, que él mismo designaba como “*Reino de Dios*”, y que podemos entender como el conjunto de lo real, la Unidad de Lo Que Es y que se manifiesta en la infinita variedad de formas que la constituyen. Quien ve ese “Reino”, ha descubierto la verdadera naturaleza de lo real y esa nueva conciencia reorienta todo su actuar. Deja de vivir para su yo y accede a una sabiduría ecuánime y serena, en comunión con todos y con todo.

Las palabras de Jesús no pueden entenderse como una invitación a no trabajar –deberemos seguir trabajando, porque no somos pájaros ni lirios-, sino a hacerlo desde la actitud propia de quien, por haber descubierto la verdadera naturaleza de lo real, se deja vivir, descansadamente entregado y confiado en el Misterio que todo lo envuelve.

Cuando eso se ha percibido, la persona se siente permanentemente cuidada y protegida por y en el Misterio de Lo Que Es. Porque, como ha escrito A. Nolan (2007: 190 y 229),

“soy parte del misterio. El misterio me dio a luz... Si el misterio de Dios está más próximo a mí que yo mismo y si, en un sentido profundo, somos uno, entonces no tengo nada que temer. El misterio cuidará de mí en todo momento y circunstancia... Soy amado sin límites porque soy uno con todo el misterio de la vida... Dios es uno con el universo como una persona es una con su cuerpo”.

Pues bien, a ese Misterio que todo lo constituye, Jesús lo llamaba “Padre celestial”. Una expresión que contiene connotaciones míticas, propias de su época –la idea de un Dios que vive en un mundo separado, arriba en los cielos-, pero que expresa, en metáfora, el secreto último de la realidad como Amor originario, originante y envolvente.

- *“No acumuléis tesoros en la tierra, donde la polilla y la carcoma echan a perder las cosas, y donde los ladrones socavan y roban. Acumulad mejor tesoros en el cielo, donde ni la polilla ni la carcoma echan a perder las cosas, y donde los ladrones ni socavan ni roban. Porque donde está tu tesoro, allí está también tu corazón”* (evangelio de Mateo 6,19-21).

El yo no tiene consistencia propia: es un constructo mental y una identidad transitoria y, por tanto, *parasitaria*. Para subsistir –para tener una sensación de existir-, necesita aferrarse a cualquier “objeto” que lo alimente: a todo lo que sea tener, poder o aparentar. En todo ello cree percibir seguridad, estabilidad y, en definitiva, consistencia. Eso explica que el yo sea forzosa e inevitablemente egocéntrico. Vive para tener y acumular, para lograr poder e imponerse, para figurar y destacar.

¿Qué ocurre mientras permanecemos identificados con la conciencia egoica? Que *“necesitamos “cargar” el ego con la energía que arrebatamos a los inferiores para autoafirmarnos superiores... El ego se tiene que cargar como las baterías, porque no se automantiene...; se tiene que alimentar y crecer arrebatando la capacidad anímica de los otros”* (Rodrigáñez, 2007: 244).

De ahí que, para poder sostenerse, el yo se vea obligado a echar mano constantemente de aquellos *mecanismos* que le proporcionan una ilusoria sensación de existir: la *identificación*, la *apropiación*, el *dominio* y la *confrontación*. El yo se cree consistente en la medida en que se identifica o apropia de cualquier “objeto”, y domina o se enfrenta a los otros. Por eso, será también la presencia de esos mecanismos el mejor test para indicarnos el nivel de nuestra conciencia egoica.

Ahora bien, una vez trascendido el yo, todo eso se desvanece o, como dice Jesús, se descubre que son tesoros expuestos inevitablemente a la carcoma. La sabiduría consiste en de acumular “tesoros en el cielo”.

Lo que ocurre es que, cuando hemos leído estas palabras de Jesús desde una conciencia egoica, no hicimos más que cambiar un “tener” por otro “tener”: se trataba, en esa lectura, de dejar el dinero para acumular “méritos”. Pero no podíamos darnos cuenta de que, en ambos casos, *el que buscaba*

acumular era el mismo yo que, de este modo, incluso pretendía asegurarse la eternidad. Con lo cual, el mensaje de sabiduría de Jesús no llevaba a trascender el yo, sino a fortalecerlo.

Los “tesoros en el cielo” son algo bien diferente de la afirmación egoica. Son, sencillamente, la belleza que se percibe al acceder al nuevo estadio transpersonal. No es algo que se alcance gracias al esfuerzo ni se compute como méritos; es una nueva forma de ver y de vivir que emerge cuando nos desapropiamos del yo, es decir, cuando vamos más allá de lo mental. Y una vez que se ha visto, se ha descubierto como el tesoro al que se adhiere nuestro corazón. Es eso exactamente lo que Jesús vio, vivió y enseñó.

- “*El ojo es la lámpara del cuerpo. Si tu ojo está sano, todo tu cuerpo está iluminado; pero si tu ojo está enfermo, todo tu cuerpo está en tinieblas. Y si la luz que hay en ti es tiniebla, ¡qué grande será la oscuridad!*” (evangelio de Mateo 6, 22-23)

Es propio del yo pensar que todo es cuestión de voluntad. Sobre esta creencia, se apoyará el voluntarismo, el perfeccionismo e incluso el juicio y la comparación. Pero, ¿realmente es así? ¿Ocurren las cosas por nuestra voluntad o sencillamente ocurren porque ocurren? ¿Puede nuestra voluntad hacer que amanezca? ¿Puede mi voluntad hacer que yo tenga unos pensamientos diferentes de los que tengo? Y si mis pensamientos y sentimientos vienen a mí sin control de la voluntad, ¿qué papel me queda?

Mientras no hay consciencia, es la *mente no observada* –el *ego*- quien nos dirige, porque los pensamientos que están en la base de nuestras acciones son los mensajes grabados antaño, las pautas mentales y emocionales aprendidas, que se repiten de una manera automática. Hasta que no los hacemos conscientes a través de la observación, permanecemos identificados con ellas. Y esa identificación es sinónimo de no-libertad. *Mientras no hay consciencia*, aun creyéndonos libres, no hacemos sino obedecer los patrones aprendidos.

Por eso, el sabio sabe que no es cuestión de voluntad, sino de *comprensión* y, en último término, de “ver”. Jesús también lo ha visto. El gran obstáculo es la “oscuridad”, que no es otra cosa que el encierro producido por la identificación con el propio yo, como si éste constituyera nuestra verdad última. En cuanto vislumbramos la falsedad de ese encierro, se hace la luz en nosotros, comprendemos, y es precisamente esa nueva comprensión –la luz- la que nos coloca adecuadamente en la vida.

Así como el cuerpo necesita el ojo para estar iluminado –dice el símil que usa Jesús-, la persona necesita de esa luz para salir de la oscuridad y del sufrimiento.

- “*Pedid, y recibiréis; buscad, y encontraréis; llamad, y os abrirán. Porque todo el que pide recibe, el que busca encuentra, y al que llama le abren*” (evangelio de Mateo 7,7-8).

Al yo amante de la voluntad, del esfuerzo y del mérito, estas palabras le resultan reconfortantes..., a pesar de que luego tropiece una y otra vez con la desazón producida por el hecho de que no parecen cumplirse.

El mismo yo religioso las ha entendido, en clave mítica, como si se tratara de “forzar” a Dios a base de súplicas, de esfuerzos o de méritos, para que finalmente nos diera lo deseado. Y, también aquí, la misma desazón: ¡cuántas personas no se han sentido frustradas y hasta desesperadas al constatar, una y otra vez, que no se cumplía lo que esas palabras presuntamente prometían! ¿A qué se debía ese engaño cruel? Cada uno salía como podía de este doloroso interrogante. Sin embargo, lo que ocurría era, de nuevo, que se había leído una palabra –dicha desde una conciencia transpersonal- desde un nivel diferente, lo que incapacitaba su comprensión.

Ésas no son palabras cargadas de promesas para el yo, como éste quiere creer, sino algo mucho más simple y, a la vez, más profundo. Constituyen, sencillamente, una *constatación* que, quien se halla en un nivel de conciencia transpersonal, ha visto: en ese nivel, pedir es ya recibir; buscar es ya haber encontrado; y por el simple hecho de llamar, todo se abre. Porque no hay un “yo” que pida y “otro” que deba darle; tampoco hay ninguna petición ni búsqueda egoica; puesto que *todo*

es ya, la comprensión de lo que es hace que “pedir” y “recibir”, “buscar” y “encontrar”, “llamar” y “abrir”, sean coincidentes.

- *“Sabéis que los que figuran como jefes de las naciones las gobiernan tiránicamente y que sus magnates las oprimen. No ha de ser así entre vosotros. El que quiera ser grande entre vosotros, que sea vuestro servidor; y el que quiera ser el primero entre vosotros, que sea esclavo de todos. Pues tampoco el Hijo del hombre ha venido a ser servido, sino a servir y a dar su vida en rescate por todos”* (evangelio de Marcos 10,42-45).

El texto habla bien de alguien que ha hecho de su vida un camino de entrega y servicio incondicional; habla del propio Jesús. Esa forma de entender la vida no es posible desde el “yo” que, forzosamente, genera una conciencia egoica y narcisista, que le impele a sentirse el primero o “más que” otros. Por el contrario, el servicio incondicional brota cuando ha emergido la conciencia transpersonal que me hace percibir al otro como no-diferente de mí. De hecho, ese modo de vivir el servicio es uno de los criterios para verificar la realidad de esta nueva conciencia.

Más allá del yo, la Conciencia unitaria

La desidentificación del yo se produce porque se accede a un nivel de conciencia más amplio y abarcante, en el que el anterior queda integrado. Así como la conciencia corporal queda integrada y trascendida en la conciencia mental, también ésta –la conciencia egoica- queda integrada y trascendida en otra más extensa que, a falta de un término mejor, podemos designar como “conciencia unitaria”, por cuanto la unidad es uno de los rasgos que mejor la caracterizan y la distinguen de la mental, que es individual y fragmentada.

No es que la persona no tenga yo, sino que ya no se halla identificada con él, porque ha accedido a una nueva identidad más vasta. Tiene yo, del mismo modo que tiene cuerpo, pero no se identifica con el uno ni con el otro.

He tratado de mostrar cómo Jesús no se identifica con su yo, es decir, no se halla situado en el nivel egoico. Pues bien, esto significa que la suya es una “conciencia unitaria” o, si lo preferimos, transpersonal. Por eso, quiero presentar ahora otros textos que nos dejan entreverlo.

- *“¿No se vende un par de pájaros por muy poco dinero? Y sin embargo ni uno de ellos cae en tierra sin que lo permita vuestro Padre. En cuanto a vosotros, hasta los cabellos de vuestra cabeza están contados. No temáis, vosotros valéis más que todos los pájaros”* (evangelio de Mateo 10,29-31).

Un rasgo típico de la conciencia unitaria es la *confianza sin límites*. Donde el yo ve motivos para temer, desconfiar o abatirse, la nueva conciencia confía. El yo teme y desconfía porque se percibe a sí mismo aislado *frente* al resto de la realidad, que ha percibido otras veces como hostil.

Por otro lado, la lectura que el yo hace de estas palabras es, necesariamente, mítica. Se imagina un dios separado que, como gran mago, está interviniendo para que al propio yo le vaya bien. Y, sin embargo, la realidad clama para decir que eso no ocurre así. No hay nadie que cuide al yo de las catástrofes que teme; no hay nadie “ahí fuera” que asegure la supervivencia del yo.

Una vez más, las palabras de Jesús no nacen del yo ni van dirigidas a él. Son las palabras sabias de quien ha visto que *todo está bien*. La liberación del sufrimiento no consiste en proteger al yo de cualquier realidad que él perciba como desagradable, sino justamente en aprender a tomar distancia del propio yo, accediendo a ese nuevo “modo de percibir” en el que todo se sucede – como la noche sucede al día y la calma a la tempestad- y en el que, porque finalmente “todo está bien”, podemos descansar confiadamente.

- *“Llegaron su madre y sus hermanos y, desde fuera, lo mandaron llamar. La gente estaba sentada a su alrededor, y le dijeron: «¡Oye! Tu madre, tus hermanos y tus hermanas están fuera y te*

buscan». Jesús les respondió: «¿Quiénes son mi madre y mis hermanos?». Y mirando entonces a los que estaban sentados a su alrededor, añadió: «Estos son mi madre y mis hermanos. El que cumple la voluntad de Dios, ése es mi hermano, mi hermana y mi madre» (evangelio de Marcos 3,31-35).

Otro rasgo característico de la conciencia unitaria es el reconocimiento espontáneo de la “familiaridad” universal o, si se prefiere, la conciencia inclusiva por la que nos descubrimos y sentimos unidos a todos los seres. Ésta es la fuente de la compasión.

La conciencia mítica marca fronteras rígidas entre “los de casa” y “los extraños”, derivando en comportamientos dispares hacia unos y hacia otros. Es una conciencia *exclusivista*, que tiende a creer que toda la verdad está de parte de los suyos.

Por su lado, la conciencia racional es *individualista*. Puede llegar a ver a todos “iguales”, superando las barreras etnocéntricas del estadio anterior, pero seguirán siendo “iguales separados” o, en todo caso, relacionados por lazos de sangre o lazos afectivos.

En la Palestina del siglo I, el parentesco era una de las instituciones más veneradas, por lo que las palabras de Jesús suponen, en primer lugar, la ruptura de un tabú: se había atrevido a establecer un parentesco por encima del vínculo de la sangre y del clan. Pero no todo queda ahí, como entendería una lectura egoica de las mismas.

Esas palabras nacen de una conciencia *unitaria* que hace saltar todas las barreras, porque ha visto la unidad radical de lo real. Somos miembros de la misma familia y, en cuanto lo descubrimos, “cumplimos la voluntad de Dios”, y no podemos dejar de hacerlo.

¿Y qué es la voluntad de Dios? Que la Vida fluya, que lo Real se manifieste, que Dios mismo –si queremos seguir usando esta palabra- se viva como Él quiere vivirse en todas y cada de las infinitas manifestaciones. Por eso, en último término, somos la misma familia: porque todos somos expresiones del mismo Dios que así se manifiesta.

- “... Entonces el rey dirá a los de su lado: «Tuve hambre, y me disteis de comer; tuve sed, y me disteis de beber; era forastero, y me alojasteis; estaba desnudo, y me vestisteis; enfermo, y me visitasteis; en la cárcel, y fuisteis a verme». Entonces le responderán los justos: «Señor, ¿cuándo te vimos hambriento y te alimentamos; sediento y te dimos de beber? ¿Cuándo te vimos forastero y te alojamos, o desnudo y te vestimos? ¿Cuándo te vimos enfermo o en la cárcel y fuimos a verte?». Y el rey les responderá: «Os aseguro que cada vez que lo hicisteis con uno de estos mis hermanos más pequeños, conmigo lo hicisteis» (evangelio de Mateo 25,35-40).

“Conmigo lo hicisteis”: ésta es la clave. Alguien que *quisiera* identificarse con los que sufren, hubiera dicho: “es como si lo hicierais conmigo”. Pero aquí no está hablando alguien que *quiere* identificarse, sino alguien que realmente *se ha descubierto* no-diferente de ningún otro. Eso es lo propio de la conciencia unitaria o transpersonal. Una vez más, no se trata de voluntad, sino de comprensión. Por eso, lo que está en la base no es un esfuerzo egoico, por más encomiable que nos pareciera, sino la percepción característica de una conciencia expandida.

Cuando leemos esas palabras desde el nivel mental, valoramos la voluntad amorosa de quien las pronuncia; desde el nivel transpersonal, a quien vemos es a la Conciencia unitaria expresándose en Jesús. Ello significa que esas mismas palabras brotarán de todo aquél que acceda a ese mismo nivel de conciencia.

¿Y qué decir de las expresiones que aparecen a continuación, y que hablan del “fuego eterno” para quien no asistió a quienes se encontraban en situación de necesidad? Por una parte, la imagen del fuego (y castigo) eterno pertenece a la imagería característica del estadio mítico. En ese sentido, es una manera de expresar el “fracaso” de quien no percibe –y no puede vivir- la unidad que somos. Por otra, la fuerte amenaza es un modo vehemente de indicar la gravedad de lo que está en juego, por lo que se convierte en una acuciante llamada a despertar.

- “Se acercaron los discípulos a Jesús y le dijeron: «¿Quién es el más importante en el Reino de los cielos?». Él llamó a un niño, lo puso en medio de ellos y dijo: «Os aseguro que si no cambiáis y os hacéis como los niños no entraréis en el Reino de los cielos. El que se haga pequeño como este niño, éste es el mayor en el Reino de los cielos. El que acoge a un niño como éste en mi nombre, a mí me acoge»” (evangelio de Mateo 18,1-5).

En el evangelio, el niño no evoca la imagen que hoy podemos tener del mismo. Significa, más bien, la condición de quien –como el niño en el siglo I- carecía absolutamente de todo derecho y se encontraba en el último lugar. “Hacerse como niño” –una expresión querida para Jesús- equivale a colocarse en el último lugar, renunciando incluso a los propios derechos, en una actitud de servicio a los otros.

Así entendido, comprendemos por qué la figura del niño desempeña un papel central en el evangelio, como condición para captar y vivir la novedad que Jesús plantea, y que él mismo designa con la expresión “Reino de Dios” (que Mateo traducirá siempre como “Reino de los cielos”, evitando pronunciar el nombre sagrado). No podía ser de otro modo: hemos visto más arriba cómo Jesús entendía su misión como servicio y entrega.

Pero, más allá de eso, el interés del texto radica en la identificación que Jesús vive con los niños y con lo que éstos simbolizaban. “Me acoge a mí”: como en el anterior, tampoco aquí se trata de un deseo voluntarista, sino de una percepción propia de la conciencia transpersonal.

- “Cuando llegaron a un lugar llamado La Calavera, crucificaron allí a Jesús y también a los malhechores, uno a la derecha y otro a la izquierda. Jesús decía: «Padre, perdónalos, porque no saben lo que hacen»... Uno de los malhechores crucificados añadió: «Jesús, acuérdate de mí cuando vengas como rey». Jesús le dijo: «Te aseguro que hoy estarás conmigo en el paraíso»” (evangelio de Lucas 23,33-34.42-43).

Quien ha visto, sabe bien que aquél que hace mal, lo hace únicamente por *ignorancia* –o por sufrimiento, que es otra forma de ignorancia-. Por eso, no hay lugar para el juicio ni la condena. La visión desemboca en la *compasión* y en el *perdón*. ¿No había sido el propio Jesús quien había dicho: “Amad a vuestros enemigos”? ¿No fueron también palabras suyas las de “No juzguéis”? Así como la mente –el yo- no puede vivir sin juzgar permanentemente –de hecho, pensar equivale, en parte, a discriminar o juzgar-, en el estadio transpersonal el juicio es imposible.

Un dicho budista afirma: “Si *realmente* supiéramos lo que es bueno, lo haríamos siempre”. Lo que sucede es que, aunque nos cueste creerlo, mientras no llegamos a la conciencia unitaria, “no sabemos” lo que hacemos. Hasta que eso no ocurre, somos como “girasoles ciegos”, que andamos perdidos por falta de luz que nos oriente. Por eso también suele decirse, con toda razón, que el yo es el reino de la ignorancia y de la oscuridad.

Por otro lado, desde la conciencia unitaria desaparece también el miedo egoico a la muerte; muerte y vida son sólo las dos caras de la misma realidad. Cuando Jesús le asegura al ajusticiado que “hoy” estará con él en el paraíso, está proclamando que nunca morirá, porque nunca ha nacido. Muere únicamente el yo, en cuanto *forma* separada, pero no la conciencia que en él se expresa y vive.

Indudablemente, el perdón, el no juicio y la confianza en la vida aun en medio de la muerte son señales que manifiestan la conciencia transpersonal de quien lo vive así.

- “Jesús dijo: «Padre santo, guarda en tu nombre a los que me has dado para que sean uno, como tú y yo somos uno... Te pido que todos sean uno. Padre, lo mismo que tú estás en mí y yo en ti, que también ellos estén unidos a nosotros»” (evangelio de Juan 17,11.21).

A diferencia de la mental, que es necesariamente individualizada –se trata de la conciencia asociada a un yo-, la transpersonal es unitaria. Sin negar las diferencias, lo que prima en esa nueva percepción es la *unidad* en la que todas ellas coexisten y se entrelazan; lo Real que a todas las constituye.

La forma personalista empleada por el autor del evangelio –típica del paradigma premoderno- no menoscaba la experiencia ni la percepción que subyace a sus palabras. En ellas, Jesús aparece como alguien que *vive* y ha *realizado* la Unidad con el Misterio que abraza todo lo real, Misterio al que él se dirigía como “Padre”.

- “*Todo me lo ha entregado mi Padre, y nadie conoce al Hijo sino el Padre, y al Padre no lo conoce más que el Hijo y aquél a quien el Hijo se lo quiera revelar*” (evangelio de Mateo 11,27). De nuevo, aparece subrayada, en este peculiar texto del evangelio de Mateo, la conciencia que tiene Jesús, tanto de su unidad con el Misterio como de su “capacidad” para comunicarla, es decir, para conducir a los otros a esa misma experiencia. Decía que se trata de un texto “peculiar”, porque no se corresponde con el vocabulario ni con el estilo de Mateo –sorprendería menos si se encontrara en el evangelio de Juan-, pero eso no le quita nada a la sabiduría que contiene. Como tantos otros, al ser leído en clave mental, parecía remitir al “Padre” como un ser separado, al que únicamente conoce y puede revelar otro ser separado, el “Hijo”. Una tal lectura daba pie para entender el misterio de la Trinidad de una manera “objetivista” –como si se tratara de tres “esencias” compartiendo una misma divinidad-. Desde la perspectiva transpersonal, la lectura es diferente y, a mi parecer, más *respetuosa con el Misterio*. “Padre” es una forma metafórica de designar el Amor originario que todo lo constituye y en todo se está expresando y manifestando; “Hijo” es el modo –no menos metafórico- como se designa quien ha experimentado esa Unidad última y la vive sin separación.
- “*El Padre y yo somos uno*” (evangelio de Juan 10,30). Toda la conciencia de unidad queda expresada, en esta frase, de la forma más contundente. Leída desde un estadio mental –tanto mítico como racional, aunque con matices propios en cada uno de ellos-, se ha interpretado como remitiendo a la “unidad” entre la persona de Jesús y la “persona” de Dios, “el Padre”. Por la sencilla razón de que ésta es la *única* forma posible para el yo de pensar y entender la unidad. Desde la nueva perspectiva transpersonal, descubrimos que la afirmación apunta a la Unidad sin costuras con el Misterio como tal, la Unidad constitutiva de lo que es. En este sentido, la expresión “el Padre y yo somos uno” pone palabras a la constitución *no-dual* de la realidad. Se trata, por tanto, de una expresión válida para todo ser. Eso es lo que *ya* somos todos..., aunque todavía no lo hayamos percibido: Somos no-diferentes de lo Real, del Misterio que se despliega incesantemente. Jesús es alguien que lo ha visto y lo ha expresado.
- “*Los judíos le dijeron: «¿De modo que tú, que aún no tienes cincuenta años, has visto a Abraham?».* Jesús les respondió: «Os aseguro que antes de que Abraham naciera, yo soy»” (evangelio de Juan 8,57-58). Para el yo, todo es una *sucesión* de eventos que ocurren en el tiempo. Para la conciencia transpersonal, *todo es*, en un Presente atemporal que no conoce principio ni final. Ese presente *es...*, “antes de que Abraham naciera”. Así como el yo –la mente- sólo puede vivir en el pasado –o proyectándose en el futuro-, la conciencia transpersonal vive siempre en el presente. En efecto, acallada la mente, lo que queda es Presencia autoconsciente, sin resto de apropiación egoica. Es precisamente esa Presencia la que puede decir: “Yo soy”. Donde “yo”, evidentemente, no se refiere a la estructura egoica mental, sino al YO –con mayúsculas-, el único que es. El que hace esa afirmación no es el individuo separado –que, como mucho, puede decir: “yo existo”-, sino la conciencia unitaria que no conoce separación, porque tampoco se identifica con la temporalidad.
- “*Yo soy*” (evangelio de Juan 4,26; 6,20; 8,24; 8,28; 8,58; 13,19; 18,5).

En la misma línea que acabo de señalar, el evangelio de Juan pone en labios de Jesús la afirmación “Yo soy”, sin ninguna otra palabra que lo definiera. Y lo hace por *siete veces*, en las citas que he señalado entre paréntesis.

Un judío sabe que “Yo soy” es el modo de nombrar al mismo innombrable Yhwh, *El Que Es*. Presentar a Jesús de ese modo es la manera más evidente de manifestar su divinidad. Pero no para entenderla en un sentido mítico, como un dios separado, sino para expresar que Jesús ha visto y ha vivido lo que somos todos, el Secreto último, el Misterio definitivo de lo real; aquello que nuestros antepasados nombraron como “Dios”.

Y hacerlo por siete veces expresa la *plenitud* de la conciencia en Jesús: siete, al sumar el tres de la divinidad con el cuatro de la humanidad, es el número de la plenitud. Con ese juego numérico el autor nos habla de la conciencia inequívoca de Jesús para decir con razón: “Yo soy”.

Conciencia que vuelve a ser expresada, con la misma rotundidad, en otra frase del propio evangelio: “*El que me ve a mí, ve al Padre*” (evangelio de Juan 14,9).

Todo lo real remite a –y es transparencia de– Dios. Por tanto, cualquier elemento de lo real podría aplicarse con razón esas palabras que el evangelio pone en boca de Jesús. La diferencia estriba en la *consciencia* de ello. Esa consciencia constituye precisamente lo característico de quien ha visto, porque ha accedido al nivel transpersonal.

Es claro que el sujeto del “Yo soy” no es una conciencia egoica –a no ser que fuera víctima de delirios de grandeza o de un trastorno psicótico–, sino la Conciencia transpersonal. Ha sido K. Wilber (1991: 174 y ss.; Visser 2004: 142 y ss.) quien ha insistido como nadie en lo que él llama la *falacia pre/trans*. Entre el psicótico y el místico, hay un parecido: ambos se hallan fuera del estadio “racional” de conciencia; pero la diferencia es abismal: mientras el primero se encuentra en un nivel pre-racional, el segundo ha accedido al trans-racional. No tener en cuenta esta diferencia nos hace perder lucidez y puede llevar a confundir la psicosis con la experiencia mística, o el comportamiento inmoral con el trans-moral (o trans-convencional).

En Jesús, tanto la *sabiduría y profundidad de su mensaje* como la *calidad humana de su comportamiento* nos llevan a constatar que no nos hallamos en presencia de un ego inflado pre-racional, sino de una conciencia transpersonal que se manifiesta en *alguien radicalmente desegocentrado*, que ha hecho de su vida una ofrenda desinteresada y gratuita al *servicio* de los otros. Su apuesta por los últimos, su crítica del poder opresor a costa de su propia vida y su actitud servicial manifiestan con toda elocuencia la madurez humana de un yo psicológicamente integrado y trascendido.

El “Yo soy”, por tanto, en labios de Jesús, remite a alguien que –más allá de su identidad egoica– se percibe y se vive como la Conciencia atemporal e ilimitada –*Lo Que Es*–, que ha experimentado como su identidad última. “Yo soy”, como la única realidad autoconsistente (Wilber, 2008: 151-153, en línea con la tradición vedanta advaita; puede verse también el magistral estudio de Mónica Cavallé, 2008), a la que, por otra parte, todo ser humano puede tener acceso: el “Yo soy” que a todos nos constituye y en el que todos nos reconocemos en la no-dualidad.

Lo que percibieron sus discípulos

No es posible reconstruir en su exactitud lo que aquellos hombres y mujeres que lo siguieron irían viendo progresivamente en el Maestro de Nazaret. En lo que escribieron sobre él nos llega asombro, admiración, amor, fascinación e incluso absolutización. Da la impresión de que todos los nombres se les quedan pequeños a la hora de hablar sobre él.

De los escritos que han llegado hasta nosotros, quizás sea el *cuarto evangelio* el que más lejos ha ido al pretender desentrañar el “secreto” de Jesús. Por eso, me centraré en él, con el objetivo de identificar

cuáles son los rasgos predominantes en la vida de alguien que, desidentificándose del yo, ha vivido en la conciencia unitaria o transpersonal.

Por otro lado, entre aquellos mismos testimonios, ocupan un lugar destacado los *relatos en torno a la resurrección de Jesús*, ya que será sobre esa experiencia donde se asiente la fe de aquellas primeras comunidades y, en definitiva, todo el cristianismo. A mi modo de ver, lo vivido por los discípulos puede considerarse una “experiencia transpersonal”, por lo que haré también una breve consideración sobre ello.

El testimonio de la comunidad del cuarto evangelio

Al querer descubrir lo que percibieron en él sus discípulos, lo primero que llama la atención es la “explosión” de un testimonio que estremece, el que se encuentra como pórtico de la *Primera Carta de Juan*, perteneciente a la misma comunidad del cuarto evangelio. Dice así:

“Lo que existía desde el principio, lo que hemos oído, lo que hemos visto con nuestros ojos, lo que hemos contemplado y han tocado nuestras manos acerca de la palabra de la vida –pues la vida se manifestó y nosotros la hemos visto y damos testimonio, y os anunciamos la vida eterna que estaba junto al Padre y se nos manifestó–, lo que hemos visto y oído os lo anunciamos para que también vosotros estéis en comunión con nosotros” (Primera carta de Juan 1,1-3).

Me destaca del texto, expresado como a borbotones insistentes, la sensación de que les faltaran palabras para expresar todo lo que han percibido; como si les resultara increíble a ellos mismos que algo así se pudiera dar. En Jesús, han creído ver la Vida, más aún, “*lo que existía desde el principio*”.

Sabemos que esto ocurre cuando estamos ante alguien que vive en presente, o mejor todavía, que *es* Presencia. La intensidad de presencia, que se trasluce en toda la persona –desde su mirada hasta su modo de actuar–, nos sitúa inmediatamente, incluso sin necesidad de palabras, en la vida y en la atemporalidad, en la plenitud de Lo Que Es.

Es seguro que algo de eso producía el encuentro con Jesús. Desidentificado de su yo, asentado de modo estable en la conciencia unitaria, era expresión de la Vida en toda su riqueza y ponía inmediatamente en contacto con el Misterio. Es fácilmente comprensible que aquellos primeros seguidores, en su presencia, se sintieran remitidos directamente a Dios, como el Misterio de Vida y de Luz, a quien el propio Jesús llamaba “Abbá” (Padre).

Algo similar se expresa en el llamado *Prólogo* de ese evangelio, que presenta y canta a Jesús como “Palabra” (*Logos*) del Padre:

“En la Palabra estaba la Vida, y la vida era la luz de los hombres...

La Palabra era la luz verdadera que con su venida al mundo ilumina a todo hombre...

A cuantos la recibieron, a todos aquellos que creen en su nombre, les dio poder para ser hijos de Dios...

Y la Palabra se hizo carne y habitó entre nosotros; y hemos visto su gloria, la gloria propia del Hijo único del Padre, lleno de gracia y de verdad” (evangelio de Juan 1,4.9.12.14; todos los textos que aparecen a continuación pertenecen a este mismo evangelio).

Pero acerquémonos más despacio al evangelio de Juan para anotar algunos de los rasgos más sobresalientes que aquellos discípulos percibieron en este hombre que tanto les transmitía con su sola presencia. Rasgos distintivos de quien ha visto más allá de la mente egoica, porque ha accedido a la conciencia transpersonal, parecen reflejarse en los siguientes textos:

- Jesús aparece como un hombre *desegocentrado*, que no busca alimentar su ego (“*Yo no busco honores que puedan dar los hombres*”: 6,41), ni es atrapado por la necesidad (“*Esforzaos, no por conseguir el alimento transitorio, sino el permanente, el que da la vida eterna*”: 6,27).

El yo no puede dejar de buscarse y alimentarse a sí mismo, porque de otro modo no podría subsistir. Al no ser consistente, es sujeto permanente de necesidades que le hacen girar sobre sí mismo. Por eso, la desegocentración sólo es posible cuando se silencia el yo: un camino de silenciamiento que han vivido todos los hombres y mujeres que han vivido su vida como *entrega*. Hasta que no se silencie, el yo vivirá únicamente en clave de voracidad.

- Desidentificado de su ego, Jesús es un hombre *libre y osado*, que ha perdido el miedo a la muerte: “*Yo doy mi vida para tomarla de nuevo. Nadie tiene poder para quitármela; soy yo quien la doy por mi propia voluntad. Yo tengo poder para darla y para recuperarla de nuevo*” (10,17-18). Quien ha “muerto” al yo no tiene miedo a la muerte. Porque ha visto que lo único que muere es precisamente el yo. Por eso, hablará de la muerte como de un “sueño” o un “paso” —esos son los términos que usa el evangelio—, en la certeza de que la identidad más profunda se halla libre de ella.
- Jesús es alguien que *no condena*. Cuando le presentan a la mujer sorprendida en adulterio, algo que estaba penado con la lapidación, reacciona con una *sabiduría* que desarma a los jueces y verdugos, y una *compasión* que rehabilita a la mujer: “*Aquel de vosotros que no tenga pecado, puede tirarle la primera piedra... Tampoco yo te condeno*” (8,7.11). El yo vive de representar papeles. Entre ellos, parece sentir predilección por los de juez y víctima. Al juzgar y condenar a otros, el yo cree elevarse por encima de ellos; al quejarse, se coloca en el centro de atención. Por eso, la desapropiación del yo viene acompañada de un abandono de ambas actitudes, la queja y el juicio. La queja se transforma en aceptación lúcida; el juicio en comprensión y compasión. Se cuenta que un discípulo se acercó a uno de los padres de desierto para preguntarle: “¿Cómo sabré con seguridad que no me estoy equivocando en mi camino espiritual?”. A lo que el padre le respondió tajante: “Estarás completamente seguro de no equivocarte cuando no juzgues a nadie”. Los discípulos han percibido en Jesús a alguien sabio y compasivo, que ha vivido el no-juicio y el perdón hasta el final, de un modo espontáneo, profundo e ilimitado.
- Jesús es alguien percibido como fuente de luz, de verdad y de vida. “*Yo soy la luz del mundo. El que me siga no caminará a oscuras, sino que tendrá la luz de la vida*” (8,12). “*Si os mantenéis fieles a mi palabra, seréis verdaderamente mis discípulos; así conoceréis la verdad y la verdad os hará libres*” (8,31). “*Yo digo la verdad*” (9,45). “*Tú tienes palabras de vida eterna*” (6,68). “*Yo he venido para dar vida a los hombres, y para que la tengan en plenitud*” (10,10). “*Mi misión consiste en dar testimonio de la verdad. Precisamente para eso nací y para eso vine al mundo. Todo el que pertenece a la verdad escucha mi voz*” (18,37). Hasta el punto de poner en sus labios esta afirmación: “*Yo soy el camino, y la verdad y la vida*” (14,6). Como ha quedado dicho más arriba, todas estas palabras no pueden entenderse desde una conciencia egoica. El yo que habla ahí no es el yo separado, la identidad egoica, sino el “YO”, en cuanto Conciencia transpersonal. Ningún ego puede decir: “Yo tengo la verdad”. No, lo característico de esa afirmación es que se dice de alguien que se encuentra *más allá de su yo*... ¡y ésa justamente es la verdad!, no un contenido mental que un sujeto pudiera expresar. Frente a cualquier pretensión o arrogancia egoica de poseer la verdad, es necesario insistir en la inevitable relatividad de cualquier formulación mental, por la razón simple de que la verdad nunca puede ser “objetivada”. Dado que la mente no puede no objetivar, todo lo pueda decir será sólo, en el mejor de los casos, una “señal” que apunte en la dirección adecuada. Con todas aquellas expresiones, los discípulos tratan de transmitir lo que ellos mismos han percibido en Jesús: en él se les ha *revelado* el secreto de lo Real. Para ellos, eso equivale, con

razón, a tener acceso a la verdad, a la luz, a la Vida. Por tanto, dicho en una fórmula breve, Jesús es el camino, la verdad y la vida, es decir, el “revelador”.

Antes de ser considerado como “fundador” de religión alguna, Jesús fue visto por los discípulos como alguien que vivía en profundidad, tenía el don de poner en contacto con el Fondo de la vida, en el que todo se unifica, y, de ese modo, comunicaba vida y verdad: Tenía “palabras de vida eterna”, es decir, de plenitud.

Como decía antes, la “verdad” no se refiere a contenidos mentales (o creencias), que se hallan siempre sometidos a la inevitable relatividad del pensamiento, sino justamente a lo que podemos ver en la medida en que nos desidentificamos de la mente y nos desapropiamos del yo.

- Junto con los rasgos que acabo de señalar, el cuarto evangelio destaca también estas *actitudes* de Jesús, que debieron impactar especialmente a los discípulos. De hecho, todas ellas aparecen en lo que se conoce, dentro de ese evangelio, como el “testamento espiritual” de Jesús, que abarca los capítulos 13 al 17 del mismo.
 - *Confianza*: “*No os inquietéis. Confiad en Dios y confiad también en mí*” (14,1).
También los evangelios sinópticos han recogido esta actitud, que colorea gran parte de las parábolas. De hecho, para la Biblia, “creer” es sinónimo de “confiar”. Por eso, lo contrario de la fe es el miedo. Sin embargo, entre nosotros, la fe se ha entendido, prioritariamente, como “asentimiento mental” o “creencia”; su contrario era necesariamente el ateísmo o el agnosticismo. Hasta ahí se mostraba el influjo de estar situados en el nivel egoico. Para el yo, creer es, sencillamente, “tener creencias” —el yo únicamente puede “tener”—, a las que aferrarse. Pero el yo no puede confiar. El reino de la ignorancia es también el reino del miedo y del sufrimiento.
Al escuchar la palabra de Jesús (“*confiad*”), nos llega en ella la certeza de quien ha visto en profundidad y por eso sabe que, a ese nivel, todo está bien.
 - *Paz*: “*Os dejo la paz, os doy mi propia paz. Una paz que el mundo no puede dar. No os inquietéis ni tengáis miedo*” (14,27).
El yo también busca desesperadamente la paz, pero la única a la que puede acceder es la paz “que da el mundo”, es decir, el bienestar narcisista, incapaz de convivir con problemas, dificultades o dolor; la paz sensible o la paz de los cementerios.
Jesús habla de “otra” paz, aquélla que puede convivir con las dificultades porque se asienta en otro lugar más hondo y echa raíces en la fuente misma de lo real. Una paz que no desaparece porque surjan dificultades ni aparezca el dolor o la muerte. Una paz, por otra parte, que pacifica en profundidad, pero que “nunca deja en paz”, porque está habitada de un dinamismo de vida.
Los discípulos percibieron en Jesús a alguien anclado en esta paz de fondo, que no es otra cosa sino la ecuanimidad que brota de vivir en la Presencia, y que aleja cualquier miedo o inquietud.
 - *Gozo*: “*Os he dicho todo esto para que participéis en mi gozo, y vuestro gozo sea completo*” (15,11). “*Yo os aseguro que vosotros lloraréis y gemiréis, mientras que el mundo se sentirá satisfecho; vosotros estaréis tristes, pero vuestra tristeza se convertirá en gozo. Cuando una mujer va a dar a luz, siente tristeza, porque le ha llegado la hora; pero cuando el niño ha nacido, su alegría le hace olvidar el sufrimiento pasado y está contenta por haber traído un niño al mundo. Pues lo mismo vosotros: de momento estáis tristes; pero volveré a veros y de nuevo os alegraréis con una alegría que nadie os podrá quitar*” (16,21-22).

“La alegría es la señal inequívoca de que la vida triunfa”, escribía H. Bergson. El gozo estable es la condición de quien *conoce* el secreto de lo real, de quien se ha adentrado en el Misterio. Porque es de ahí, del Misterio, de donde procede el gozo que “nadie os podrá quitar”.

Me impresiona escuchar a Jesús que habla de “mi” gozo, y de un gozo “completo”. ¿Cómo pudo haber luego, en la historia del cristianismo, predicadores insignes, como Bossuet, que dijieran que “Jesús no se rió jamás”?

El que así habla, ha visto y vive estable en la certeza de Lo Que Es, más allá de lo que le ocurre. No olvidemos que estas palabras están puestas en boca de alguien que esa misma noche va a ser traicionado, abandonado y negado por sus amigos, para terminar siendo ajusticiado en la cruz.

Como la paz de la que habla, el gozo no es borrado por el dolor ni por la muerte. Porque una y otro no nacen del yo, sino de la Realidad que se experimenta en la Presencia.

- Servicio: “Entonces Jesús, sabiendo que el Padre le había entregado todo, que había venido de Dios y a Dios volvía, se levantó de la mesa, se quitó el manto, tomó una toalla y se la ciñó a la cintura. Después echó agua en una palangana y comenzó a lavar los pies de sus discípulos y a secárselos con la toalla que llevaba a la cintura” (13,3-5).

El llamado “lavatorio de los pies” constituye una “parábola en acción”, un gesto en el que quiere expresar la actitud propia de quien se ha desapropiado del yo. Si el yo va por la vida en clave de voracidad y dominio, quien se ha desidentificado de él, lo hace en clave de ofrenda y servicio.

Los discípulos han percibido en Jesús a un hombre servicial, “que ha venido, no a ser servido, sino a servir y dar la vida”, y que en este gesto adopta el papel de esclavo –sólo un esclavo podía lavar los pies de otros-, manifestando además que únicamente esa actitud es la que permite comprenderlo.

Pero no es que esa actitud nazca de un imperativo moral; se trata de un comportamiento que se deriva de la percepción de la Unidad de todo Lo Que Es, y que traduce el amor de esa nueva conciencia, que se manifiesta más donde mayor es la necesidad.

- Amor: “Jesús sabía que le había llegado la hora de dejar este mundo para ir al Padre. Y él, que había amado a los suyos, que están en el mundo, los amó hasta el extremo” (13,1). “Os doy un mandamiento nuevo: Amaos los unos a los otros. Como yo os he amado, así también amaos los unos a los otros” (13,34). “Como el Padre me ama a mí, así os amo yo a vosotros. Permaneced en mi amor” (15,9). “Nadie tiene amor más grande que quien da la vida por los amigos” (15,13).

Sin ninguna duda, fue el amor que vivía Jesús lo que más impactó a sus discípulos. Unos setenta años después de su muerte, el autor del cuarto evangelio, cuando quiere resumir su vida, en este pórtico admirable que abre lo que será el relato del final, se expresa así: “Habiendo amado a los suyos, que están en el mundo, los amó hasta el extremo”.

El texto original dice “están” –en presente, aunque está hablando de hechos ocurridos hace varias décadas-, subrayando intencionadamente, tal como ha puesto de manifiesto uno de los mejores especialistas en el estudio de este evangelio, el impacto y la intensidad de la experiencia vivida (León Dufour, 1995: 20).

He dicho más arriba que el verdadero místico es aquél que *no puede no amar*. Porque ya ha visto que el Amor, a pesar de todas las apariencias adversas, constituye el secreto último de lo Real. Hemos sido hechos *de* amor, *con* amor y *por* amor. Pero mientras estamos identificados con nuestro yo fácilmente lo ignoramos, porque el yo, constitutivamente inconsistente, no puede sentir sino carencia.

Al acallar la mente y tomar distancia del yo, emerge la Presencia y ahí empezamos a atisbar que el núcleo o “corazón” de la Plenitud unitaria es Amor.

Tienen razón las religiones al afirmar que “Dios es amor”. La tiene también Jesús cuando reduce todos los mandamientos a éste. Pero no lo hace como un maestro de moral, que introdujera un nuevo código ético. Lo hace, más bien, como un sabio que ha visto y que lo ha vivido. Y eso es justamente lo que les llegó a sus discípulos.

- Unidad: “*Yo soy la vid, vosotros los sarmientos*” (15,5).

La mente es dualista, porque sólo puede funcionar a partir de la dualidad inicial sujeto/objeto. El resultado es un modelo de cognición marcado por esa misma dualidad. Eso explica que el yo únicamente pueda ver la realidad en clave monista-panteísta (todo es uno) o en clave dual (todo es dos). Sin embargo, al silenciar la mente, se trasciende ese modelo de cognición y la realidad se manifiesta en su carácter no-dual.

La alegoría de la vid subraya ese carácter no-dual de la realidad. Un sarmiento podría verse (“pensarse”) a sí mismo como algo independiente, separado y aislado; sin embargo, él mismo es también “vid”. Un dedo de mi mano podría percibirse también como una realidad separada, pero él también *es* cuerpo..., y así sucesivamente. Todo está en todo y todo *es* en todo, expresándose de modos infinitamente variados.

Una tal percepción genera una unidad incuestionable. Si todo está en todo, cualquier realidad es no-diferente de mí. Y aquí es donde alcanzan su pleno sentido las palabras de Jesús, antes comentadas: “*A mí me lo hicisteis*”.

- Todos los rasgos y las actitudes que los discípulos percibieron en Jesús tienen su fuente, según el evangelio, en la experiencia de su unidad e identificación con el Padre: “*El Hijo no puede hacer nada por su cuenta...; lo que hace el Padre, eso también hace el Hijo*” (5,19). Hasta el punto de que es esa unidad la que lo alimenta: “*Mi alimento es hacer la voluntad del que me ha enviado y llevar a cabo su obra de salvación*” (4,34).

El cuarto evangelio presenta a Jesús como alguien que vive constantemente referido al Padre: ha salido de él, vuelve a él, habla lo que le ha oído a él, hace lo que le ha visto hacer a él... El Padre lo ocupa todo en la vida de Jesús.

Todo es coherente: quien se ha desidentificado del yo, puede vivir *centrado* en el Misterio de Lo Que Es. Por el contrario, la identificación con el yo significa egocentración: el yo percibe la realidad como un conjunto de satélites que deben girar en torno a él. Por eso también, el yo puede tener creencias, pero es incapaz de *entregarse* plenamente a Dios. Porque esa entrega significaría su “muerte”.

Los discípulos percibieron a Jesús como transparencia de Dios, porque Jesús, desidentificado de su yo, vivía anclado en la Presencia, como el eje sobre el que giraba toda su existencia.

- La identificación con el Misterio, al que él llamaba “Padre”, se expresa en la fórmula “Hijo de Dios”: “*¿No está escrito en vuestra ley: «Yo os digo: vosotros sois dioses»? Pues si la ley llama dioses a aquéllos a quienes fue dirigida la palabra de Dios, y lo que dice la Escritura no puede ponerse en duda, entonces, ¿con qué derecho me acusáis de blasfemia a mí, que he sido elegido por el Padre para ser enviado al mundo, sólo por haber dicho «yo soy hijo de Dios»?*” (11,34-36).

Para un judío, la expresión “Hijo de Dios” no hubiera podido significar la existencia de “otro” Dios junto a Yhwh: su monoteísmo no lo hubiera podido tolerar. Con esa expresión se aludía, más bien, a alguien que gozaba de una especial elección o predilección divina que lo introducía en el ámbito de la mayor intimidad posible con Dios.

Las cosas cambian por el hecho simple de que esa afirmación aterriza en el ambiente helenístico. Los griegos estaban acostumbrados e incluso familiarizados con las figuras de los dioses, semidioses, “héroes”, “hombres divinos” e “hijos de Dios”: el propio emperador romano era designado de ese modo. Para ellos, un “Dios” era un habitante de un mundo superior, que estaba

dotado de los atributos de poder e inmortalidad. El nuevo contexto fue otorgando a la figura de Jesús un carácter “divino”, en el sentido que les era habitual, hasta llegar a entenderlo como el Hijo “enviado” a nuestro favor.

Con esas premisas, era inevitable que, antes o después, surgiera el conflicto de interpretaciones. ¿Cómo se compaginaba la unicidad de Yhwh con la divinidad de Jesús? Los filósofos y teólogos cristianos hubieron de echar mano de las categorías filosóficas a su alcance para, a partir de ellas, encontrar una respuesta que diera razón de su fe. El proceso fue lento, difícil y doloroso, hasta que fraguó, oficialmente, en las definiciones dogmáticas de los concilios de Nicea (325) y Calcedonia (451).

Sin embargo, con la emergencia de lo transpersonal, al diluir definitivamente la pretendida absolutización del modelo de cognición dualista, todo se modifica, porque se ha modificado el propio modelo de cognición. Superado el modelo mental, ni Dios ni Jesús pueden considerarse como seres *separados*, porque nada está separado de nada; no son objetos ni tampoco sujetos; no son un “tú”, porque no hay ya ningún “yo” que los perciba como tales.

Cuando se acalla la mente, lo que aparece es el Misterio-sin-costuras-de-lo-Real, donde *todo está en todo*. En esa clave, la expresión “Hijo de Dios” remite a Jesús como la *manifestación de Lo Que Es* y, simultáneamente, *expresión de Lo Que Somos*. ¿Cabe algo más divino? ¿No “coincide” esta manera de nombrarlo con lo que pretendían afirmar los cristianos de los siglos IV-V?

El malestar creyente surge, a mi modo de ver, por el hecho de no haber experimentado aún lo que es la conciencia transpersonal. Es esto lo que lleva a muchos a condenar cualquier formulación discrepante de la literalidad de los dogmas tradicionales. Porque temen que se está perdiendo algo valioso. Y es así: visto desde la conciencia mental (mítica e incluso racional), esto supone una “pérdida” —el yo *pierde* su referencia de seguridad “separada”-. Pero, una vez atisbado lo transpersonal, lo que parecía pérdida se convierte en liberación definitiva.

- En el origen de todo, la *Conciencia unitaria* que Jesús vive, aunque tal conciencia venga expresada en un lenguaje todavía mítico: “¿Qué ocurriría si vieseis al Hijo del hombre subir adonde estaba antes?” (6,62). Porque lo que el evangelio tiene claro es que esa nueva conciencia requiere “nacer de nuevo”: “*El que no nazca de nuevo no puede ver el Reino de Dios*” (3,3). “Bajar del cielo”, “subir al cielo” significa, en el esquema mítico que piensa a Dios habitando el espacio celeste, vivir en el ámbito de Dios, participar plenamente de la vida divina. Al reconocerlo como “bajado del cielo”, los discípulos han percibido a Jesús como alguien que vivía la divinidad sin distancia de ningún tipo, hasta el punto de que verlo a él era “ver” a Dios. Ahora bien, vivir la divinidad sin distancia significa vivir la Unidad y, por tanto, estar situado “más allá” de la percepción dual que la mente impone. Eso significa que, para acceder a ese Misterio que Jesús denominaba “Reino de Dios”, sea necesario “nacer de nuevo”. Lo que está en juego, en efecto, es una *nueva identidad*... Se requiere, por tanto, un nuevo nacimiento. En el propio lenguaje evangélico, podría expresarse como “morir al yo” y “seguir a Jesús”. En clave transpersonal, equivale a reconocer que el yo —con el modelo conceptual que de él se deriva— no es la identidad definitiva. Hace falta “nacer” a la conciencia unitaria: sólo ella nos permitirá acceder a ese nuevo modo de ver y de vivir.
- Desde esa nueva conciencia, Jesús declara abiertamente el final del templo (“*Destruid este templo, y en tres días yo lo levantaré de nuevo*”: 2,19), porque el verdadero templo es su propio cuerpo, es decir, la persona. En la misma línea, señala el final de toda religión: “*Está llegando la hora, mejor dicho, ha llegado ya, en que para dar culto al Padre, no tendréis que subir a este monte ni ir a Jerusalén... Ha llegado la hora en que los que rinden verdadero culto al Padre, lo adoren en espíritu y en verdad. El Padre quiere ser adorado así. Dios es espíritu, y los que lo adoran deben hacerlo en espíritu y en verdad*” (4,21-24).

No podía ser de otro modo. En esa nueva conciencia, *todo* es “templo de Dios”..., porque *nada está separado de nada*. Todo es expresión y manifestación de lo Real. Vacío y forma, inmaterial y material, Dios y creación..., todo es no-diferente, imposible de ser separado.

El texto del cuarto evangelio nos lleva a plantearnos una nueva cuestión: ¿Queda lugar para la religión en la conciencia transpersonal? La respuesta la ofrece el propio texto: Ha terminado el tiempo del templo; la adoración es “en espíritu y en verdad”.

La religión es el modo en que la espiritualidad toma forma mientras el ser humano se halla en el nivel mental –sea mítico o racional- de la conciencia. Como yo separado, percibe a Dios como Ser también separado: he ahí la religión que ha de expresarse en creencias, ritos y prácticas; la religión del templo.

Ahora bien, en la medida en que se trasciende el yo, Dios deja de ser percibido como un ser separado, y justamente entonces todo se llena de su presencia y de su aroma. Y la persona que ha nacido a esa nueva conciencia se convierte en adorador de Lo Que Es. Adora “en espíritu y en verdad”, porque en todo percibe el Misterio digno de adoración, alabanza y amor.

“Ha resucitado”: la experiencia que dio origen al cristianismo

De todo lo que sus discípulos transmitieron a propósito de Jesús, ocupan un lugar preeminente los testimonios acerca de la resurrección. Hasta el punto de que en esa afirmación –“Jesús ha resucitado de entre los muertos” o “Jesús ha sido resucitado por Dios”- se condensa el primer *credo* de aquella comunidad inicial. Y es esa misma fe en la resurrección la que constituye el núcleo de la fe cristiana, ya que, al decir de Pablo, “*si Cristo no ha resucitado, tanto mi anuncio como vuestra fe carecen de sentido*” (Primera Carta a los Corintios 15,14, escrita hacia el año 55). El cristianismo se fundamenta en el llamado “acontecimiento pascual”: la muerte-resurrección de Jesús.

Desde la perspectiva de este trabajo, me interesa únicamente señalar la *contundencia* del testimonio de los discípulos, que se sienten radicalmente *transformados* por lo que dicen haber experimentado: El crucificado sigue vivo... “y *nosotros somos testigos*” (Libro de los Hechos de los Apóstoles 2,32).

Ellos intentarán plasmar la experiencia en una serie de relatos de *apariciones* del Resucitado, con alusiones también a la *tumba vacía*. Hoy somos conscientes de que tales relatos no pretenden –ni hubieran podido- ser una crónica periodística de lo ocurrido. Como ponen de relieve los exegetas y teólogos más rigurosos –pueden consultarse dos obras de síntesis que tienen en cuenta los estudios más recientes sobre esta cuestión: Lois, 2002; Torres Queiruga, 2003)-, tanto el acontecimiento mismo de la resurrección como las apariciones del Resucitado “ocurren” en un nivel que trasciende el tiempo y el espacio. Siendo acontecimientos absolutamente *reales*, no pertenecen al ámbito de la historia. Se trata, por decirlo en una palabra, de una *experiencia transpersonal*. Y eso fue justamente lo que vivieron los discípulos.

A lo largo de su vida, como hemos tenido ocasión de comprobar en los textos evangélicos comentados, Jesús manifiesta una *confianza ilimitada*, también ante su propia muerte. Lo que se conoce como su “agonía en el Huerto de los Olivos” no invalida lo que había sido una constante en su vida; de hecho, sale incluso de esa angustia gracias a la confianza y la experiencia del Padre a quien siente como Consuelo.

No podía ser de otro modo: quien ha accedido a un nivel de conciencia transpersonal, trascendidas las barreras de la mente, se halla en el *Presente atemporal*, en el que la muerte no es sino un fenómeno episódico, la modificación de una apariencia. Quien se encuentra en ese Presente sabe bien que nada morirá, porque nada ha nacido; todo, sencillamente, Es.

¿Qué ocurre con los discípulos? Como decía más arriba, resulta llamativa la firmeza de su testimonio, expresado en textos tan plurales y distintos, pero habitados todos ellos por un espíritu de tal

convicción, gozo, fortaleza, transformación..., que podemos afirmar con rigor que aquellos hombres y mujeres vivieron una *experiencia transpersonal*.

Más allá de lo empírico, de todo lo que puede ser constatable por medio de los sentidos, por diferentes factores, entre los que hay que destacar probablemente su propia convivencia con Jesús, accedieron a un nivel de conciencia transpersonal que les permitió “ver” al Resucitado, en aquel mismo Presente en el que Todo Es.

Lo que sucedió después se explica porque una experiencia de ese tipo no puede encerrarse en los límites de la mente. Por eso tuvieron que recurrir al *lenguaje simbólico*, en el que fueron escritos los textos que han llegado hasta nosotros, y que se expresan, como no podía ser de otro modo, en unas categorías míticas hoy definitivamente caducadas: se dejó tocar, se vio, comió, ascendió entre las nubes, subió al cielo, está sentado a la derecha del Padre... De hecho, cuando nos quedamos en la literalidad –y en la forma objetivante de los relatos-, las preguntas, llevadas a la caricatura, conducen al absurdo: ¿Por qué las apariciones tuvieron que durar sólo 40 días en el mejor de los casos (Libro de los Hechos de los Apóstoles 1,3), o un solo día –el propio Lucas, autor del libro citado, en su evangelio, había situado la ascensión en el mismo día de la resurrección: evangelio de Lucas 24,51-?

Podemos comprender que, dentro del paradigma de la antropología unitaria que caracteriza el pensamiento bíblico, hablaran de resurrección “corporal”, y se refirieran al Resucitado como alguien a quien se puede “ver” y “tocar”, porque se muestra con el *mismo cuerpo* que tenía antes de su muerte.

Al hacer así, los discípulos pretenden únicamente afirmar dos cosas: que la resurrección es *real*, y que el Resucitado es *el mismo* al que ellos habían tratado. De ese modo, buscan preservar tanto la *realidad* de la resurrección como la *identidad* del Resucitado.

Pero eso no significa, evidentemente, sostener que la resurrección implique la ausencia del cadáver. El concepto “cuerpo” no se refiere a la materialidad, que no sólo se descompone tras la muerte, sino que cambia a lo largo de nuestra propia vida, incluso renovándose periódicamente la totalidad de las células que lo componen. Lo definitivo del “cuerpo” no es la materialidad, sino su realidad como *expresión* de la persona y fundamento de su capacidad de *relación*.

Dicho con otras palabras: La corporalidad de Jesús resucitado –de toda persona que muere- trasciende radicalmente la condición espacio-temporal; por tanto, no tiene –ni puede tener- ninguna de las cualidades físicas que constituían su cuerpo mortal. El carácter *no-material* de su cuerpo sólo resulta accesible en una experiencia que trasciende lo empírico y lo puramente mental; es decir, en una experiencia transpersonal. Esto es, probablemente, lo que vivieron los discípulos.

Por eso, más allá de las expresiones que tienen que utilizar para dar cuenta de lo que han percibido, más allá de la insostenible literalidad de las palabras empleadas, podemos apreciar en sus testimonios tanto el *dinamismo* de la Presencia experimentada, como los *efectos* de esa misma experiencia, junto con algunas “*indicaciones*” para poder abrirse a ella. En este sentido, los relatos son también *catequesis* que buscan transmitir y, a la vez, *posibilitar* la experiencia.

En concreto, los relatos de *apariciones del Resucitado* constituyen 6 conjuntos literarios (Marcos 16,1-8; Marcos 16,9-20; Mateo 28; Lucas 24; Juan 20, Juan 21), *imposibles de concordar en sus detalles* (número de apariciones, tiempo, lugar). De hecho, si los redactores hubieran querido engañarnos, lo hubieran hecho mejor. Ellos narran su experiencia como pueden.

Pues bien, estos relatos de apariciones, caracterizados por su llamativa *sobriedad*, contienen *tres elementos significativos*: 1) Los discípulos no esperan al Resucitado, les *sorprende* como Viviente; según los textos, no se trata de una proyección de ellos; 2) les *cuesta* reconocerlo; según los textos, el reconocimiento del Resucitado no se produce fácilmente; 3) una vez reconocido, Él les transmite su *misión*.

En el momento mismo en que experimentan la Presencia del Resucitado “habitando” toda la realidad, aquellos hombres y mujeres se perciben a sí mismos, no sin desconcierto, en un nuevo estado de conciencia que trasciende los límites físicos y que, a la vez que les llena de gozo y de fortaleza, les lleva a

captar como propia la misión de Jesús. En una vivencia tan intensa e inédita de su Presencia, que los discípulos sentirán “arder sus corazones” (evangelio de Lucas 24,32), y Pablo llegará a afirmar: “*Ya no vivo yo, sino que es Cristo quien vive en mí*” (Carta a los Gálatas 2,20).

Lo que queda claro es que la “visión” del Resucitado no es física; a esto parecen aludir los evangelistas cuando hablan de la *dificultad* –y hasta del “miedo”- que experimentaban los discípulos para reconocerlo. Todo eso significa sencillamente que Jesús no ha vuelto a “*esta*” vida, sino que “ha entrado” en la vida de Dios, por lo que sólo puede ser reconocido con los “ojos de la fe”, es decir, en una “capacidad de ver” que trasciende lo estrictamente mental. En esa percepción, los discípulos se descubren compartiendo una unidad con él, similar a la que el propio Jesús vivía con el Padre, y a la que el autor del cuarto evangelio se referirá reiteradamente, poniendo en labios del Maestro frases como ésta: “*No os dejaré huérfanos, volveré a estar con vosotros*” (evangelio de Juan 14,18); “*volveré y os llevaré conmigo, para que podáis estar donde voy a estar yo*” (14,3); “*volveré a veros y os alegraréis con una alegría que nadie os podrá quitar*” (16,22). Porque “*el que me ama, se mantendrá fiel a mis palabras. Mi Padre lo amará, y mi Padre y yo vendremos a él y viviremos en él*” (14,23). Y también: “*Padre, yo deseo que todos estos que tú me has dado puedan estar conmigo donde esté yo, para que contemplen la gloria que me has dado, porque tú me amaste antes de la creación del mundo*” (17,24)... “*Lo mismo que tú estás en mí y yo en ti, que también ellos estén unidos a nosotros*” (17,21), porque “*ahora saben, con absoluta certeza, que yo he venido de tí*” (17,8).

En definitiva, gracias a la experiencia vivida, los discípulos saben que “*podéis encontrar la paz en vuestra unión conmigo. En el mundo encontraréis dificultades y tendréis que sufrir, pero tened ánimo, yo he vencido al mundo*” (16,33).

Es claro que quien se expresa en estos textos es el Resucitado; o, por decirlo con mayor propiedad, es la experiencia de la resurrección la que permite a los discípulos “escuchar” a Jesús y “captar” estas palabras, en una “*absoluta certeza*” que únicamente pueden certificar quienes han vivido la experiencia, que los ha convertido precisamente en “testigos”.

Es también a partir de su propia experiencia como, poco a poco, la comunidad va cayendo en la cuenta de que hay *momentos singulares* en los que puede alumbrarse más fácilmente la capacidad de reconocer al Resucitado. Los distintos relatos de apariciones –desde la Magdalena a los de Emaús- se convierten así en catequesis que quieren “indicar” esas circunstancias “favorables”: la fracción del pan, la Escritura sagrada, las propias palabras del Jesús histórico, la acogida del desconocido, la comunidad...

De ese modo, con sus categorías y dentro de su “idioma” cultural, aquellos hombres y mujeres trataron de expresar y transmitir lo que habían experimentado.

¿*Cómo podemos entenderlo hoy?* Una vez superado el nivel mítico de conciencia y trascendido también el mental, la resurrección de Jesús aparece como la experiencia de la *Vida-Que-Es*, en la no-diferencia. Lo que ha sucedido en él es, en realidad, *lo que sucede en todos*. Más aún: sucede en todos, *en la no-diferencia que somos*. La resurrección es un fenómeno transpersonal: nos introduce en la verdad profunda de lo real, que no es la “aparición” separada y fraccionada que nuestra mente nos muestra, sino la Unidad sin costuras, no-dual, de la *Vida-Que-Es-y-Somos*.

Lo que podemos concluir

Cuando leemos el evangelio, no desde una clave mental –mítica o racional-, sino desde una perspectiva transpersonal, descubrimos a Jesús como alguien que percibió la verdadera naturaleza de lo real. Es decir, alguien que *vio*.

Ese ver significó para él descubrir su identidad profunda como “*Yo soy*”, Conciencia-sin-forma, más allá del yo-mental, que queda integrado y trascendido. Y eso explica también que, con su vida, Jesús viviera –realizara- a Dios, en forma de *sabiduría* y de *compasión*.

Jesús vive en un estado de *conciencia unitaria o transpersonal*, de donde brota una *confianza* ilimitada y un sentimiento inquebrantable de *Unidad*, que le hace vivir en *identificación* con todos y con el Misterio de lo Real (Dios), hasta poder presentarse como “Yo soy”.

Fue el “hombre fraternal”: todo su comportamiento tuvo como eje el *amor* a los otros, expresado como *bondad, compasión y servicio incondicional*. Ese comportamiento no proviene, en primer lugar, de un empeño ético, esforzado o voluntarista, sino de su propia *comprensión* de la realidad: él vio que el “yo” no era la realidad definitiva, y por eso mismo enseñó que *vivir para el yo equivale a perder la vida*. Y lo que enseñaba no era diferente de lo que él mismo vivía.

Sus discípulos percibieron en él a un hombre desegocentrado, libre, acogedor, veraz...; vieron en él la personificación e incluso la fuente de la confianza, de la paz, del gozo, del servicio, del amor, de la unidad..., el Rostro humano de la “divinidad”. En nuestro lenguaje, diríamos que vieron en él la *Presencia* de lo transpersonal.

Tras la muerte en la cruz, los discípulos vivieron sorpresivamente el “encuentro con el Resucitado”, en una experiencia de carácter también transpersonal. Usando categorías propias de la época, la transmitieron en relatos simbólicos, con los que trataban de dar cuenta de la misma. Esa experiencia es coherente con la enseñanza misma de Jesús, así como con el nivel de conciencia (transpersonal) en el que vivió.

Lo que luego ocurrió es que Jesús fue leído desde el nivel mítico y racional. No podía ser de otro modo, porque ése era el nivel en el que, colectivamente, se encontraba la humanidad. Pero esa lectura tuvo necesariamente su coste.

Transformó a Jesús en un “Dios separado” –destruyendo incluso la unidad que había constituido lo más nuclear de su experiencia-, convirtiéndolo en “objeto de culto”. Y en lugar de tomar su mensaje como la invitación a vivir un camino de transformación que permitiera trascender la conciencia egoica, se creó otra religión, caracterizada también por las creencias y el dualismo mítico.

No me parece arrogancia afirmar que quizás hoy estemos en condiciones de poder comprender el mensaje de Jesús desde una perspectiva nueva, más “cercana” a la que fue la suya. Y no sólo por los conocimientos que, desde las diferentes ciencias, nos permiten una aproximación mayor a la realidad geográfica, económica, social, política y religiosa de la Palestina del siglo I, sino porque podemos empezar a atisbar el horizonte de lo transpersonal, lo cual nos sitúa en una “frecuencia de onda” desde la que conectar más fácilmente con lo que él vivió.

Desde esta nueva perspectiva, Jesús deja de ser percibido como un “salvador celeste” separado, para poder ser comprendido como el hombre que “vivió” y “realizó” el Misterio, de modo que puede llamarse con verdad “Hijo de Dios” y “Dios”. Más allá de cualquier “mapa” mental, vio y se ancló en el “territorio”, hacia el que todos los mapas –también los religiosos- apuntan.

Jesús constituye una invitación al ser humano para que –acallada la mente, en el silencio del yo, en la Presencia luminosa y autoconsciente- pueda experimentar que estamos todos constituidos de la misma y única Realidad. Y que, al desidentificarnos del yo, accedemos a la Conciencia unitaria que se manifiesta como *sabiduría y compasión*.

Eso explica que el suyo sea un mensaje con el que fácil y gustosamente “sintoniza” cualquier persona. Porque pone vida y palabras a lo que todos, lo sepamos o no, somos y aspiramos a vivir. Lo mismo nos ocurre con todas aquellas personas que se viven en la Presencia que somos: más allá de las palabras que utilicen, se convierten en “reveladoras” de nuestra más profunda realidad. Son portadoras de un mensaje transpersonal que nos pone en contacto con la verdad de lo que es, aunque sólo podamos percibirlo y vivirlo en la medida en que el propio yo es trascendido.

BIBLIOGRAFÍA

- Biblia (La) (1992), La Casa de la Biblia, Madrid.
- Cavallé, M. (2008), *La sabiduría de la no-dualidad. Una reflexión comparada entre Nisargadatta y Heidegger*, Kairós, Barcelona.
- Corbí, M. (2007), *Hacia una espiritualidad laica. Sin creencias, sin religiones, sin dioses*, Herder, Barcelona.
- Daniels, M. (2008), *Sombra, Yo y Espíritu. Ensayos de psicología transpersonal*, Kairós, Barcelona.
- Ferrer, J.N. (2003), *Espiritualidad creativa. Una visión participativa de lo transpersonal*, Kairós, Barcelona.
- Lenaers, R. (2008), *Otro cristianismo es posible. Fe en lenguaje de modernidad*, Abya Yala, Quito.
- Léon-dufour, X. (1995), *Lectura del evangelio de Juan, III: Jn 13-17*, Sígueme, Salamanca.
- Lois, J. (2002), *La experiencia del Resucitado, en los primeros testigos y en nosotros hoy*, Fronteira/Hegian, Vitoria.
- Marion, J. (2005), *Desde dentro de la mente de Cristo. El sendero interior de la espiritualidad cristiana*, Gaia, Madrid.
- Martínez lozano, E. (2008), *¿Qué Dios y qué salvación? Claves para entender el cambio religioso*, Desclée de Brouwer, Bilbao.
- Martínez lozano, E. (2009), *La botella en el océano. De la intolerancia religiosa a la liberación espiritual*, Desclée de Brouwer, Bilbao.
- Nolan, A. (2007), *Jesús, hoy. Una espiritualidad de libertad radical*, Sal Terrae, Santander.
- Rodríguez, C. (2007), *El asalto al Hades. La rebelión de Edipo (1ª Parte)*, Virus, Barcelona.
- Torres queiruga, A. (2003), *Repensar la resurrección. La diferencia cristiana en la continuidad de las religiones y de la cultura*, Trotta, Madrid.
- Vigil, J.M. (2007), *Teología del pluralismo religioso. Curso sistemático de teología popular*, El Almenadro, Córdoba.
- Visser, F. (2004), *Ken Wilber o la pasión del pensamiento*, Kairós, Barcelona.
- Wilber, K. (1991), *Los tres ojos del conocimiento*, Kairós, Barcelona.
- Wilber, K. (2007), *Espiritualidad integral. El nuevo papel de la religión en el mundo actual*, Kairós, Barcelona.
- Wilber, K. (2008), *La visión integral. Introducción al revolucionario enfoque sobre la vida, Dios y el Universo*, Kairós, Barcelona.

***Enrique Martínez Lozano** es psicoterapeuta, sociólogo y teólogo. Imparte conferencias y seminarios por toda España aunando psicología y espiritualidad, además de dedicarse al acompañamiento psicológico y espiritual. Es autor de los libros: *La botella en el océano*, *¿Qué Dios y qué Salvación?*, *Vivir lo que somos*, *Nuestra cara oculta*, *¿Dios hoy?*, *Donde están las raíces*, *El gozo de ser persona*.

Web: www.enriquemartinezlozano.com Email: enriquemartinezlozano@gmail.com.

Transpersonal and Integral in Psychotherapy

Lo Transpersonal e Integral en Psicoterapia

John Rowan*

British Psychological Society
London, UK

Abstract

This paper delineates the Ken Wilber (2006) model of approaches to the world, including therapy. He calls it the All Quadrants All Levels (AQAL) approach, which includes the whole world in its boundaries. This means that we can now do justice to the whole of the client and all the connections that may be relevant. What I have done is to spell out the relevance of all this for therapy, and to add two levels which Wilber does not include in the model, even though he has described them in detail elsewhere. The result is a fuller model which is even more relevant to therapists, and particularly to transpersonal therapists.

Key Words

Transpersonal, Wilber, Quadrants, Levels, Therapy

Resumen

Este artículo describe el modelo descriptivo del mundo descrito por Ken Wilber (2006), incluyendo la terapia. Él lo llama Modelo de los Cuadrantes “Omnicuadrante, Omnínivel” (AQAL), el cual comprende al mundo entero y sus límites. Esto significa que ahora podemos atender integralmente a todos los estados y conexiones que pueden ser relevantes en la persona. Lo que en este artículo desarrollo es una descripción minuciosa de la importancia que todo esto tiene, para la terapia. Además he añadido dos niveles, los cuales Wilber no incluye en el modelo, aunque los ha descrito en detalle en otro lugar. La conclusión es el resultado de un modelo más completo y relevante para terapeutas, especialmente para terapeutas transpersonales.

Palabras Clave

Transpersonal, Wilber, Cuadrantes, Niveles, Terapia

Received: April 30, 2009
Accepted: May 14, 2009

One of the things that has been happening recently is that Ken Wilber, who pioneered transpersonal psychology, has now pioneered the integral approach. The first version of this appeared in 1995, in the book *Sex, Ecology, Spirituality*, and the latest version in 2006 in the book *Integral Spirituality*. In what follows we shall be using the latter version.

In both versions there is a curious omission, which the present paper will attempt to put right. In all of Wilber's work, the transpersonal includes two important (but very different) levels of consciousness: the Subtle and the Causal. The Subtle, which I have also called Transpersonal 1, because it is the most used in psychotherapy, is the realm of archetypes, deities, nature spirits, symbols and images, dreams, fairy tales, visions – all the usual concrete representations of the divine. Jung and Assagioli are the great pioneers of working at this level in psychotherapy. The Causal, which I have also called Transpersonal 2, is the deep ocean of spirituality, often labelled as mysticism, where there are no symbols, no images, no signposts, no landmarks, no boundaries and no words. It can be conceptualised as the One, the All or the None, and it does not matter which of these terms we use. In philosophy it is often called the Absolute. Since Wilber has so often and so consistently used these terms and these levels, we would expect to find them mentioned and properly dealt with in all four quadrants of the integral map. But we don't. So I have taken the opportunity to fill these gaps myself, based on my understanding of these levels and how they would feature in the integral map.

So let us look at my revised version of the four quadrants. For this purpose I use the later version of the map, as found in the 2006 book, and as reproduced below. It will be convenient to look at each quadrant in turn, and then to put them all together in a fresh diagram.

Upper Left

This is the most usual quadrant for psychotherapy to work in, and it is better charted from this point of view than any of the other quadrants. In the chart which Wilber (1995) provides, psychotherapy is mainly interested in the later levels of development:

Level 4 is labelled Conop in the chart, which means Piaget's level of concrete operations, and also corresponds with the magic-mythic level of thought outlined by Gebser and others. It is part of what Wilber calls the prepersonal realm, and is dominated by fear. At this level we find a belief in the evil eye, evil spirits, dangerous spells, etc. Many ceremonies are used to ward off evil and create a safe therapeutic space. At this level there is sometimes a belief in the efficacy of exorcism. There are many references to the supernatural. This level is often associated with a believing community. We do not often meet with this level in this country, but in transcultural work we may well have to take it into account. "Apropos of an intense religious ritual, it is a commonplace to claim that we, outside observers, can never interpret it properly, since only those who are directly immersed in the life-world of which this ritual is a part can grasp its meaning..." (Zizek 2002, p. xiv) This means that if we, as therapists, meet clients who talk about exorcism, for example, we should refer such clients on to someone from the same culture who can understand from the inside what is involved.

Level 5 is labelled Formop, which means Piaget's level of formal operations, and also corresponds with what Wilber calls the Mental Ego and the Personal level of development. It is dominated by an Aristotelian (Boolean, Newtonian) type of reason. In psychotherapy this brings about a belief in techniques which can be tested objectively. There is a great respect for science, and so therapists at this level of thought are very open to manualization and quantitative research. There is a certain distance from the client due to a desire for objectivity. Approaches at this level often include identification of a clear focus, or problem. The client or patient is there to be cured, and application of the correct techniques aims to achieve this in a high percentage of cases. More and better techniques are the way forward, and to test these objectively is the main goal of research. Working with the unconscious can be present or

absent. The key thing is that there should be an aim. This level of working is much favoured in the National Health Service of the UK because it fits very well with the medical model of disease. Every form of therapy resorts to this level of working at times, and the famed Working Alliance is firmly based on it, but it is basically an I-It relationship rather than an I-Thou relationship. Important terms here are 'contract', 'questionnaires', 'assessment', 'treatment goals', 'empirically validated treatments', 'manualization' and so forth. A good reference for this level is Roemer & Orsillo (2009). Key word: Treating.

Table 1. Quadrant Model of Ken Wilber. The John Rowan Revision (5TH draft)

<p>UPPER LEFT INTERIOR INDIVIDUAL</p> <p>Levels 1-3 same as Wilber 4 (magic/mythic, prepersonal. Much fear of the other). Concrete Operational. 5 (personal, mental ego. Strong belief in science and objectivity. Goals and aims are important.) Formal Operational. 6-7-8 VISION-LOGIC (dialectical. Bodymind unity. Authenticity and autonomy. Self-actualization. Spontaneity. Openness.) Second Tier. 9 SUBTLE SELF (Approach to the divine through symbols and images. Ritual. Polytheistic. Love and compassion. Intuition. Inspiration from outside.) Global Mind and Meta-Mind. Third Tier. 10 CAUSAL SELF (Emptiness, void. Paradox valued and understood. Dance.) Overmind.</p>	<p>UPPER RIGHT EXTERIOR INDIVIDUAL</p> <p>Levels 1-3 same as Wilber 4 (Primitive idea of brain as homunculus. Can be controlled by outside magical forces.) 5 (Rational, precise. Deterministic view which is scientific at worst. The mind is in the brain. Memory is all in the brain. Male and female brains are different.) 6-7-8 (Dialectical, complex. The mind is all over the body, and memory too. Bodymind unity. Plurality of memory systems. Many I-positions. One part of the brain can stand in for another.) 9 SUBTLE BODY (Possibility of memory of previous lives. Understanding of chakras and energy systems. Tantric, shamanic.) 10 FORMLESS BODY (Mindfulness comes into its own here. The mind is groundless.)</p>
<p>LOWER LEFT INTERIOR SOCIAL (cultural, interpersonal)</p> <p>Levels 1-3 same as Wilber 4 MYTHIC (Merged with family, tribe, community) Mythic order. 5 RATIONAL (Separate identity, capable of relating to others. Roles important and valued. Relationships are I-It. Cognitive emphasis.) Scientific. 6-7-8 CENTAURIC (Humanistic group work. Intersubjective, relational, interbeing.) Holistic. Postmodern. 9 LINKING (Boundaries can be lost. Can enter the imaginal world of the other. Groupwork can include rituals.) Integral. 10 NO-RELATION (Penetrating vision, absence of empathy. Steady compassion.</p>	<p>LOWER RIGHT EXTERIOR SOCIAL</p> <p>Levels 1-3 same as Wilber 4 EARLY STATE/EMPIRE (Community. Tribal emphasis. Inner and outer different. Customs and mores rigid.) Early nations. 5 NATION STATE (Economic rationality, competition, world market. Colour blindness, emphasis on assimilation.) Corporate states. 6-7-8 PLANETARY HUMAN SCIENCE (Second tier thinking: other views can be right too. Awareness of racism and sexism. Deeper worldcentrism.) Holistic commons. Integral meshworks. All informational. 9 RESACRALIZATION (Spirituality becomes concrete. Secular and post-secular become one. Sacred and profane are one. The everyday world is holy.) Integral meshworks. 10 ULTIMATE REALITY (Impatience with anything less than the Whole.)</p>

Level 6-7-8 is labelled Vision–logic, which Wilber elsewhere also calls dialectical logic and identifies with what he calls the Centaur level of development which hovers in developmental terms between the personal and the transpersonal. Jenny Wade (1996) more transparently calls this the Authentic level. At this level autonomy and authenticity are the prime values. The existential approach is much favoured here, not only in the direct form advocated by Emmy van Deurzen (1997), but also in derivatives such as person–centred work, Gestalt therapy and psychodrama. In psychotherapy there is great care over boundaries but less distance. The therapist wants to open up the possibility of a genuine I-Thou meeting with the client. The therapist's own self is brought into the picture, and we get books entitled *The therapist's use of self* (Rowan & Jacobs 2002). One of the key beliefs at this level is the idea of bodymind unity. Openness is an important value. There is often a conscious use of ideas like Maslow's (1987) self-actualization. The therapist does use a toolkit, but wants techniques to emerge, as Richard Hycner (1993) says, spontaneously out of the between. There is often a conscious intent to explore the therapeutic relationship. The idea of the wounded healer is often mentioned, and so is the idea of personal growth. The person-to-person relationship of Petruska Clarkson (2003) is involved here. Again it is possible to work in this way whether one believes in the unconscious or not. If one does, concepts of countertransference are significant, and depend upon the openness of the therapist to such intuitive information. Important terms here are 'authenticity', 'personhood', 'healing through meeting', 'being in the world', 'intimacy', 'openness', 'the real relationship', etc. A good recent reference for work at this level is Neimeyer (2009). Key word: Meeting.

In my own work I have gone on to work with what we might call Level 9, variously labelled as the Psychic, the Subtle, or the level of soul, as James Hillman (1990) has urged. Here we find a great interest in mythology, dreams, fairy tales and other stories, and Jungians like Barbara Hannah (1981) have been very active in exploring this territory. Roberto Assagioli, with his idea of psychosynthesis, introduced some very important work here, and in fact the use of the word transpersonal to apply to psychotherapy came from him more than anyone else. The therapist has an interest in imagery as opening to the divine. Ideas like alchemy, the Kabbala, astrology, the I Ching and other symbol systems may also be of interest. This level can always be distinguished from the earlier magic/mythic level by its emphasis on love rather than fear (though it is important not to confuse this with the New Age emphasis on the positive at all costs). Deity figures can be important, but polytheistic rather than monotheistic, and tolerant rather than intolerant. There is an interest in rituals and ceremonies, which may actually be used in group work. Instead of a toolkit, the idea is to go to a place of not-knowing, and wait. The question of distance between therapist and client gets radically redefined: boundaries between therapist and client may fall away. Both may occupy the same space at the same time, at the level of what is sometimes termed soul, sometimes heart, and sometimes essence: what they have in common is a willingness to let go of aims and assumptions. Important terms here are 'interbeing', 'linking', 'transcendental empathy', 'resonance', 'dual unity', 'communion', 'the four-dimensional state', 'soul reality', etc. A good recent reference is Cortright (2007). Key word: Linking.

I have also explored what we might call level 10, labelled as the Causal. Here we discover the possibility for a therapist of dropping all symbols or images, and all distance, as David Brazier (1995) has urged. The therapist can be freely creative as Amy Mindell has pointed out (Mindell 1995), following the needs of the moment. The therapist believes in co-creating both the therapeutic space and the movement within it, as Robert Rosenbaum has told us (Rosenbaum 1998). There is a unique combination of activity and stillness, well described by A H Almaas (1988). Key word: Paradox.

Of course, levels 9 and 10 are not to be found in Wilber's diagrams, so the details given come from my imagination. You, the reader, must judge whether they are convincing or not.

So let us go on to the lower left quadrant, and look at that.

Lower Left

This where we bring in the social field. This is the realm of the relational, the dialogical, the field aspects of psychotherapy, well outlined by Gary Yontef (1993), Richard Hycner (1993), Stolorow and Atwood (1992) and others. Although the general nature of this quadrant is clear enough, little work has been done on describing the different levels within it as far as psychotherapy is concerned. Some of the upper-left material, however, is also relevant here.

Wilber says there are three major meanings of "intersubjectivity." Intersubjectivity-1 is defined by isolated, atomistic subjects coming together through communication of signals; this is a type of Cartesian or mediated intersubjectivity. Intersubjectivity-2a is a coming together of subjects that mutually condition each other in the process; a type of immediate mutual apprehension. Subjective experiences arise in the space created by intersubjectivity. Intersubjectivity-2b assumes that the relationship between subjects is primary, and individual subjects co-emerge out of this prior relationship; a very strong, immediate, coming-into-being together. He has said that intersubjectivity is the field in which both subjects and objects arise. Both subjects and objects co-create, all the way up, all the way down.

Level 4 is where we are merged with the family, tribe, community, etc. We do not see ourselves as a separate individual, but rather as part of something larger; and there is a fear of losing this connection. So we are willing to give up a lot for the sake of belonging. Many cultures across the globe take this view, and it often arises for psychotherapists in transcultural work. At this level all therapy is family therapy, all therapy is group therapy – the individual cannot be treated as such.

Level 5 is where we see ourselves as individuals, who can relate to other people in a variety of ways. Each role that we play brings out different aspects of our personality, but basically we are single and separate. As psychotherapists, we are very concerned to hold our boundaries secure. When we talk about empathy, we always make it clear that there is an 'as if' quality about our visits to another person's world – it may sometimes be as if we are really entering into that world, but we always know that this is not so. Our relations with other people are all contractual in some way, and our relations with our clients no less so. We know very well that no matter how close we have felt to the client during the hour, that at the end of the session we go to our separate space, with our separate bank account, our separate address, our separate identity.

Group therapy at this level means learning a variety of techniques to be used in group work, as for example: ABC framework analysis; Disputing of specific and core irrational beliefs; Homework assignments; Correcting cognitive distortions; Skill training and role play methods; Advice giving and problem solving. These items are described in Dryden & Neenan (2002), and other chapters in the same book give details of other similar techniques. The emphasis is on the individual within the group, rather than the group as such.

At level 6-7-8 we see things in a more dialectical way. We are at one and the same time separate and not separate; we are part of a field and not part of a field; we can allow ourselves to be invaded by the other without feeling threatened. We can admit that we are part of a social field without feeling that we have lost anything. We can talk very readily about the intersubjective, the interbeing and so forth, and really take that up and run with it. Richard Hycner (1993) has written sensitively and movingly about this level of work. Many people who emphasise the relationship – particularly in the existential arena from which Hycner draws much of his inspiration – downplay the importance of techniques. But the humanistic tradition – and the transpersonal tradition – is very happy to use techniques. So what does Hycner say about this? "The issue of utilizing techniques becomes figural in a dialogical psychotherapy. *Techniques need to arise out of the context of the relationship.* When there is a certain impasse in the therapy session, it is totally appropriate to utilize a technique that might prove helpful... So-called techniques need to arise out of the *between.*" (pp.57-8)

This is the great level for groupwork, where the group is taken really seriously as a group. Whether we look at the analytic group approaches of people like Foulkes (Foulkes & Anthony 1965) or Bion (1961), or the humanistic approaches of people like Schutz (1989), Moreno (Karp et al 1998) or

Rogers (1973), we find a genuine respect for group process and group relations. There is often a circular process, where work with the individual is taken into the group, and work as a group is taken back to the individual.

At level 9 we can actually allow ourselves to be one with the client. We were originally all part of the same mainland, so to speak, and we can now bring to mind that primitive unity. We cannot be threatened by the other person, because we are that person. We share the same imaginal world as the client. This is the phenomenon of *linking*, which specifically belongs to this level (Rowan 2005).

Groupwork at this level becomes much more imaginative, and the use of imagery becomes much more frequent. Elizabeth Mintz has written very well about this. She gives an example where a young man's impotence was cured, not by the usual process of therapy, but by a group ritual in which he symbolically castrated each of the other men in the group. This arose quite spontaneously in the group, and she says of the event: "It was an enactment of a mythic ritual, a primitive ceremony, which tapped the deep levels of the collective unconscious; it was a transpersonal experience." (Mintz 1983, pp. 153-157). This is not to say that everything describable as mythic must be transpersonal, as Ken Wilber has pointed out at length in his essay on the pre-trans fallacy (Wilber 1999/1983).

In the same book, Mintz talks of countertransference of such a kind that the group leader actually feels inside her own body the next thing which needs to happen for the participant. This links directly with the research on countertransference mentioned by Samuels (1989), which again links this with the transpersonal, and with the Jungian idea of the imaginal world. It also links with the inspiring intuitive work of Peter Heintz (2001).

Arnold and Amy Mindell (2002) have written very well about their own approach to transpersonal groupwork, which is quite inspiring.

At level 10 none of this matters. All these distinctions fade away. It is true, however, that the Mindells often write as if they are going into the Causal with their work. People will have to make up their own minds as to whether this is true. Certainly it seems possible, just as much here as in the Upper Left quadrant.

Taking heart from this, let us move on to the third quadrant.

Lower Right

This is the realm of the political and social, and people like Andrew Samuels (1993) have started to open this up to examination from a psychotherapeutic point of view. Of course in France Jacques Lacan has always been interested in the political aspects of psychotherapy, and recently he has been followed by people like Slavoj Žižek (Kay 2003), who expand his ideas considerably. Again the question of levels has been little studied from this point of view.

But then I began to recall that I had been saying for years that the social and political scene was ripe for the attention of the psychotherapist. Back in the 1970s I had been struck by the words of Robert Seidenberg (1974), who said that it was all very well to listen with the third ear, as Theodor Reik had put it, but that we now also had to start listening with the fourth ear, the ear of social and political realities. In fact, I became one of those urging that unless we paid attention to the issues of racism and sexism, we were omitting a vast chunk of that which concerned our clients in their daily lives. And so in my book *The Horned God* (1987) I made a case for paying attention to sexual politics, and amplified this ten years later in my book *Healing the Male Psyche* (1997). How do the levels appear here?

Level 4 is the level of the community – what the German sociologists call the *Gemeinschaft*. It is the basic view that we are the people, and in a nationalist country we are the nation. Outsiders are suspect. As therapists, we have a part to play which must never challenge established beliefs, but work with them. This can also take a religious form, particularly where the nation is a theocracy, as in Iran.

Level 5 is the level of economic rationality, where we see the world as an interlocking set of mutually inconsistent aims, all competing in a vast world market. As psychotherapists, we have to take this into account, and regard ourselves sometimes as entrepreneurs in the marketplace. Our colleagues are also our competitors. It is OK to criticise them and compete with them. It is possible at this level to

advance from egocentrism or ethnocentrism to worldcentrism. But at this level worldcentrism can simply mean 'colour blindness', where we avoid ethnic prejudice by seeing everyone as equal. Other people may see racial differences as important, but we don't. This is a kind of 'all cats are grey in the dark' avoidance of prejudice, which people of colour (and many other disadvantaged folk) do not respect or appreciate. They feel ignored or overlooked rather than appropriately valued and treated. Of course, this kind of colour blindness is less overtly oppressive than blatant racial (or other) discrimination. But it is not the end of the evolutionary road. This level of socioeconomic outlook is also very favourable to working for a national or regional organization and working within the constraints set up by constant evaluation and measurement.

At level 6-7-8 we see sociology as a planetary human science, where we have to take into account the personal needs and individual outlooks of all people, and not treat a person as a unit to be manipulated. As psychotherapists, we are acutely conscious of the ways in which sexism and racism can invade the therapeutic situation. As Jill Freedman and Gene Combs (1996) say: "When people, through the 'unmasking' process of relating problems to societal discourses, see their local problems as particular instances of political problems in the larger society, they can become motivated to deal with them differently. When people stop living by the dictates of a political problem at a local level, they help deconstruct the problem at a societal level." (p.68) We can see here how psychotherapy can refer to and use the encompassing objective social system as a resource rather than simply as a container.

At every previous level, we think we are right and the others are wrong. At this level we recognise for the first time that there is more than one way of being right, and that this needs to be taken into account in all our dealing. At this level worldcentrism begins to mean something different. This is a further stage, much more defensible and real, which involves actively appreciating and fostering diversity, difference. At this level we do not just not oppress the weak and vulnerable and different – we actively encourage their differences and their unique qualities. I don't like the word 'empower', because that suggests that I have the power to give other people power, which seems a bit patronising and superior. It is more like a combination of appreciating their difference and getting out of their way. This further stage enables co-creation of a better world, where prejudice and hurtful discrimination does not exist.

This valuing of difference was pioneered by the women's movement. "As part of a feminist political project women's studies lays claim to being different, to analysing difference, to making a difference." (Coulson & Bhavnani 1990, p.72) But since then others have taken up the cause, remarking for example that in a world where racial prejudice is as common as it is: "Such a world urgently needs a psychological model for practice in which difference is truly valued, in which diversity need not become the reason for schism, and in which competition and bargaining – between sex, class, race, nation – are given a new valency: As normative and as mutually enriching." (Samuels 1993, p.329)

At level 9 we see society not only as a physical and mental system, but also as a spiritual system, inhabited by unseen forces which are ignored by most people. Andrew Samuels (1993) has written about 'the resacralisation of the culture', and he explains that what he means by this is we are opening up the realm of what is possible, and including with that a respect for holiness and the unseen. In his later book, Samuels (2001) says: "Importantly, profane spirituality is contemporary spirituality: popular music, sport, fashion all exert a power akin to that of religious or mystical experience. It is time to recognise that the spirituality in our world, our manufactured and made spirituality, our craft spirituality, is oozing out of the profane pores of contemporary life. It only needs us to recognise and name it." p.129

This is also the view of Jurgen Habermas (1990), who has spoken eloquently about the levels of human development in the public arena.

And at level 10 all this disappears, and society appears as just as meaningless as any other category. We are engaged in a search for ultimate reality, and anything lesser does not seem all that interesting. However, just because we set no limits, we can sometimes see more clearly than those who are at other levels and have to take for granted the tenets of their own level.

This only leaves the fourth quadrant to be considered.

Upper Right

This is the realm of neuroscience, which is being better and better understood in its relation to psychotherapy. Many books are now appearing on this, and it is a burgeoning area, though little has appeared on the question of levels as yet.

Level 4 is where we see the brain as a marvellous set of mechanisms which can be studied, but really there is a homunculus behind the eyes somewhere which simply uses all these mechanisms. If we can influence this homunculus, we can achieve miracles, but we really have no control over it. So there is a sense of being at the mercy of fate, which can sometimes be cruel. This is a view of the brain which is actually very common, I believe.

At level 5 we see the brain as fully scientifically describable with no need for anything other than ordinary physical cause-and-effect sequences. This is still the way in which many experts explain it. Francis Crick (1994) says: "The astonishing hypothesis is that you, your joys and your sorrows, your memories and your ambitions, your sense of identity and free will are, in fact, no more than the behaviour of a vast assembly of nerve cells and their associated molecules." (p.3) This is a very popular view in neuropsychiatry, and it draws on the high reputation of science in other fields to make its case. Mark Solms and Oliver Turnbull (2002) seem to veer back and forth between this view and the more sophisticated version at the next level. Allen Schore's (1994) book is an ambitious attempt to argue for the importance of critical periods in brain development. But the book deals with only one-sixth of all brain development, even according to his own reckoning. Jenny Corrigan and Heward Wilkinson (2003) have put together a number of recent papers which mostly restrict themselves to this level of thought.

At level 6-7-8 there is a more dialectical appreciation of the relationships between the brain and other parts of the body, and the whole question of health. "It has, therefore, become increasingly clear to neuroscientists that one needs to study neurons as members of large ensembles that are constantly disappearing and arising through their cooperative interactions and in which every neuron has multiple and changing responses in a context-dependent manner... The brain is thus a highly cooperative system: The dense interconnections among its components entail that eventually everything going on will be a function of what all the components are doing." (Varela 1991, p.94) This approach went even further later. As Candace Pert (1998) puts it: "These recent discoveries are important for appreciating how memories are stored not only in the brain, but in a *psychosomatic network* extending into the body, particularly in the ubiquitous receptors between nerves and bundles of cell bodies called ganglia, which are distributed not just in or near the spinal cord, but all the way out on long pathways to internal organs and the very surface of our skin. The decision as to what becomes a thought rising to consciousness and what remains an undigested thought pattern buried at a deeper level in the body is mediated by the receptors." (p.143) At this level we can see how there can be muscle memory, cellular memory and so forth. Solms & Turnbull (2002) say: "There is a plurality of memory subsystems, not just one 'filing cabinet'. So even if one 'file' is lost or degraded, much of the information it contained may be stored elsewhere, in different ways, in other 'files'." (p.150) And they ask us to remember that "much of human memory is unconscious, and it never becomes conscious – though that does not mean that it does not *influence* consciousness." (p.278)

Yet these experts seem to be ignorant of the many years of work that Stanislav Grof (1979) has put in to his careful research into the birth process, and also of the work of people like David Chamberlain (1998), Graham Farrant (1986) and Babette Rothschild (2000), showing that memories gained by reliving are deeper and much more varied than memories gained by recall.

Varela et al (1991) quote Marvin Minsky and others as offering a model of the mind 'as a society of numerous agents' (p.106) and this enables us to think not only in terms of holons, which is Wilber's concept, but also in terms of the dialogical self, which is one of my own favourite themes.

Also at this level we find sophisticated views of the relationship between body and mind from psychotherapists themselves, first among whom I would reckon Eugene Gendlin, whose Focusing approach (1996, see also Friedman 2000) makes the connection in a very helpful way.

At level 9 we start to talk about the subtle body, and see the brain as not so central at all. There are several different centres in the body, as described for example in the chakra system, and not all of them have much to do with the brain, though they all interact and all partake in brainlike activities. John Nelson (1996) has explained very succinctly how this works at the level of psychotherapy. At the level of the subtle body, we can start to understand not only how there can be memories of life in the womb, memories of implantation in the womb, memories of conception and so forth, which we found at level 6-7-8, but also how there can be memories of previous lives. Roger Woolger (1990) has explained this very thoroughly. As an ex-Jungian, he has a grasp of the archetypal aspects of the matter, and he has also made a study of the Eastern disciplines which have much to say about this.

One of the issues which has been studied at this level is intuition, and Claire Petitmengin-Peugeot (1999) has made a very important contribution to this work though her doctoral thesis on the subject. What she misses, I believe, is that there is more than one type of intuition, and that subtle intuition is just one of these. One of those who has ventured into this level of the upper right quadrant is Michael Murphy (1992).

And at level 10 we move into the formless world, where all concepts can be questioned or laid aside. It is a fact that in recent years neuroscientists have become more and more interested in Buddhist theories of the no-self. Alan Wallace (1999) writes about *samatha* as a 'contemplative technology' for studying this particular level. It is sometimes called mindfulness. But it has become clear today that there are many ways of reaching level 10, though all of them can be called meditation. At this level the distinction between what is subjective and what is objective becomes hard to uphold. Varela et al (1991) say this: "Within the tradition of mindfulness/awareness meditation, the motivation has been to develop a direct and stable insight into absolutism and nihilism as a forms of grasping that result from the attempt to find a stable ego-self and so limit our lived world to the experience of suffering and frustration. By progressively learning to let go of these tendencies to grasp, one can begin to appreciate that all phenomena are free of any absolute ground and that such 'groundlessness' (*sunyata*) is the very fabric of dependent coorigination." (p.144)

Conclusion

By going through the quadrants in this systematic way, we have tried to show that the integral approach is very relevant to psychotherapy. And in workshops over the past four years or so, I have been able to demonstrate work at this level and encourage participants to experiment with it. It turns out that integral work is not so different as we might expect, and that many of us have been using this kind of thinking for many years already. But now the issues involved are much clearer and it is my hope that this paper will aid in this process of clarification.

In his 2006 book, Wilber has gone at some length into the question of zones – internal and external ways of viewing the quadrants – but it has been my choice in the present paper to ignore this complication. In some future work it may be possible to fill in the gaps and deal properly with the zones.

References

UPPER LEFT REFERENCES

Almaas, A H (1988) *The pearl beyond price: Integration of personality into Being: An Object Relations approach* Berkeley: Diamond Books

- Brazier, David (1995) *Zen therapy* London: Constable
- Clarkson, Petruska (2003) *The therapeutic relationship (2nd edition)* London: Whurr
- Hannah, Barbara (1981) *Encounters with the soul* Boston: Sigo Press
- Hillman, James (1990) *The essential James Hillman (ed T Moore)* London: Routledge
- Hycner, Richard (1993) *Between person and person* Highland: Gestalt Journal Press
- Maslow, Abraham H (1987) *Personality and motivation (3rd edition)* New York: Harper & Row
- Mindell, Amy (1995) *Metaskills: The spiritual art of therapy* Tempe, Arizona: New Falcon Publications
- Rosenbaum, Robert (1998) *Zen and the heart of psychotherapy* Philadelphia: Brunner/Mazel
- Rowan, John & Jacobs, Michael (2002) *The therapist's use of self* Buckingham: Open University Press
- van Deurzen, Emmy (1997) *Everyday mysteries: Existential dimensions of psychotherapy* London:
Routledge
- Wade, Jenny (1996) *Changes of mind: A holonomic theory of the evolution of consciousness* Albany:
SUNY Press
- Wilber, Ken (1995) *Sex, ecology, spirituality* Boston: Shambhala
- Zizek, Slavoj (2002) *For they know not what they do: Enjoyment as a political factor (2nd edition)*
London: Verso

LOWER LEFT REFERENCES

- Bion, W.R. (1961) *Experience in Groups and Other Papers*. London: Tavistock Publications.
- Dryden, Windy & Neenan, Michael (eds)(2002) *Rational emotive behaviour group therapy* London:
Whurr
- Foulkes, S.H. and Anthony, E.J. (1965) *Group Psychotherapy: The Psychoanalytic Approach (2nd edition)*. London: Penguin Books.
- Heinl, Peter (2001) *Splintered innocence: An intuitive approach to treating war trauma* Hove: Brunner-Routledge
- Hycner, Richard (1993) *Between person and person* Highland: Gestalt Journal Press
- Karp, Marcia, Holmes, Paul & Tauvon, Kate Bradshaw (1998) *The handbook of psychodrama* London:
Routledge
- Mindell, Arnold and Amy (2002) *Riding the horse backwards: Process work in theory and practice*
Portland: Lao Tse Press
- Mintz, E (1983) *The psychic thread: Paranormal and transpersonal aspects of psychotherapy* New York:
Human Sciences Press

- Rogers, Carl R (1973) *Encounter groups* London: Pelican
- Rowan, John (2005) *The transpersonal: Spirituality in psychotherapy and counselling* (2nd edition)
London: Routledge
- Samuels, Andrew (1989) *The plural psyche* London: Routledge
- Schutz, Will C (1989) *Joy: Twenty years later* Berkeley: Ten Speed Press
- Stolorow, R D & Atwood, G (1992) *Contexts of being: The intersubjective foundations of psychological life* Hillsdale: Analytic Press
- Wilber, Ken (1999/1983) 'The pre/trans fallacy' in *Eye to Eye* (Collected Works Vol.3, pp.332–373)
Boston: Shambhala
- Yontef, Gary (1993) *Awareness, dialogue and process: Essays on gestalt therapy* Highland: Gestalt
Journal Press

LOWER RIGHT REFERENCES

- Coulson, Meg & Bhavnani, Kum-Kum (1990) 'Making a difference – questioning women's studies' in E
Burman (ed) *Feminists and psychological practice* London: Sage
- Freedman, Jill & Combs, Gene (1996) *Narrative therapy* New York: W W Norton
- Habermas, Jurgen (1990) *The philosophical discourse of modernity* Cambridge: MIT Press
- Rowan, John (1987) *The horned god: Feminism and men as wounding and healing* London: Routledge
- Rowan, John (1997) *Healing the male psyche: Therapy as initiation* London: Routledge
- Samuels, Andrew (1993) *The political psyche* London: Routledge
- Samuels, Andrew (2001) *Politics on the couch: Citizenship and the internal life* London: Profile Books
- Seidenberg, Robert (1974) 'The trauma of eventlessness' in Jean Baker Miller (ed) *Psychoanalysis and women* London: Penguin
- Zizek, Slavoj (2002) *For they know not what they do: Enjoyment as a political factor* (2nd edition)
London: Verso

UPPER RIGHT REFERENCES

- Chamberlain, David (1998) *The mind of your newborn baby* Berkeley: North Atlantic Books
- Corrigall, Jenny & Wilkinson, Heward (2003) *Revolutionary connections: Psychotherapy and neuroscience* London: Karnac
- Crick, Francis (1994) *The astonishing hypothesis: The scientific search for the soul* New York: Simon &
Schuster

- Farrant, Graham (1986) 'Cellular Consciousness' Keynote Address, 14th IPA Convention, August 30, 1986
- Friedman, Neil (2000) *Focusing: Selected essays 1974–1999* Arlington: Xlibris
- Gendlin, Eugene (1996) *Focusing-oriented psychotherapy: A manual of the experiential method* New York: Guilford Press
- Grof, Stanislav (1979) *Realms of the human unconscious* London: Souvenir Press
- Murphy, Michael (1992) *The future of the body* Los Angeles: Tarcher
- Nelson, John E (1996) 'Madness or transcendence' in S Boorstein (ed) *Transpersonal psychotherapy* (2nd edition) Albany: SUNY Press
- Pert, Candace (1998) *Molecules of emotion* London: Simon & Shuster
- Petitmengin–Peugeot, Claire (1999) 'The intuitive experience' *Journal of Consciousness Studies* Vol.6 43–77
- Rothschild, Babette (2000) *The body remembers: The psychophysiology of trauma and trauma treatment* New York: W W Norton
- Schore, Allen (1994) *Affect regulation and the origin of the self* Mahwah: Lawrence Erlbaum
- Solms, Mark & Turnbull, Oliver (2002) *The brain and the inner world* London: Karnac
- Varela, Francisco J, Thompson, Evan & Rosch, Eleanor (1991) *The embodied mind: Cognitive science and human experience* London: The MIT Press
- Wallace, B Alan (1999) 'The Buddhist tradition of samatha: Methods for refining and examining consciousness' *Journal of Consciousness Studies* Vol.6 175–187
- Woolger, Roger (1990) *Other lives, other selves: A Jungian psychotherapist discovers past lives* Wellingborough: Crucible

***John Rowan**, PhD, is an independent consultant with a private practice in London. He is a pioneer of transpersonal psychology in the UK, and has written many books and papers in that area. He is a member of the Transpersonal Psychology Section and a Fellow of the British Psychological Society. He is also a Fellow of the British Association for Counselling and Psychology, and of the United Kingdom Council for Psychotherapy. His book 'The Future of Training in Psychotherapy and Counselling' (2005) argues that all training courses should include the transpersonal. E mail: JohnRowan@aol.com

Reflections

Psychological Projections and the Spiritual Path

Proyecciones Psicológicas y el Camino Espiritual

Pepón Jover*

Despertar Integral
Barcelona, Spain

SUMMARY

In this essay I discuss what I view as the core of the so-called spiritual journey: a path in which our own consciousness awakens to certain inner truths about who we really are. I explore how this awakening brings about a profound transformation. I argue that ignorance is the main cause of suffering and that the process of acquiring self-knowledge is the key to the dissipation of this suffering. Throughout this journey I identify psychological projection as an important means to unveiling the truths hidden within us by our own ignorance. I point out that Mindfulness is a spiritual practice that allows us to become self-conscious by identifying the different ways that our psyche projects onto the world.

KEY WORDS: Spiritual journey, Psychological projections, Awareness, Individuation, The shadow.

RESUMEN

En este artículo exploro lo que desde mi punto de vista constituye la esencia del llamado viaje espiritual. Un camino en el cual nuestra consciencia despierta a ciertas verdades internas acerca de quiénes somos, y sobre cómo tales despertares nos traen una profunda transformación. Argumento que la ignorancia es la causa principal del sufrimiento y que el proceso de auto-conocimiento es clave para poderlo disipar. En este viaje, la identificación de proyecciones psicológicas constituye un medio importante para alcanzar las verdades que están ocultas tras los velos de la ignorancia. Señalo la práctica de *Mindfulness* como un medio para desarrollar la auto-consciencia con el fin de identificar las diferentes maneras en las que nuestra psique proyecta sus contenidos al mundo.

PALABRAS CLAVE: Viaje espiritual, Proyecciones psicológicas, Consciencia, Individuación, La sombra.

Received: January 17, 2009

Accepted: April 3, 2009

“In Zen Buddhist meditation the master tries to teach his pupil how he can forever keep the inner mirror free of dust. To the extent that he lives in complete accord with the rhythm of psychic energy and with its regulator, the Self, he has no projections anymore; he looks at reality without illusion and more or less continuously reads the meaning of all the synchronistic events happening around him. He lives in the creative current or stream of the Self and has himself, indeed, become a part of this stream”.

von Fanz, M-L, 1993, p.199

After a long period of time experiencing and questioning myself about what spirituality and being called spiritual is about, I have reached the conclusion that it has to do with the transformative experience of approaching and reconnecting again with a dimension within us which is beyond our ordinary sense of ego and identity and frees us from suffering. In other words, spirituality is the personal journey towards *the discovery of who we really are*, and such gradual discovery and realization is completely life transformative. Spirituality is the adventure of searching the Truth about life. I agree with Luan Kohng (2003, p. 62), when commenting on the Buddha teachings, that what is important in this journey, “is seeing and understanding the truth for oneself, rather than following a set of beliefs based on ‘blind faith’” (Rahula, 1978). She goes on saying that “the Buddha encourages insight and understanding based on direct experience rather than from intellectualizing or following certain beliefs” (ibid.). To my mind here dwells the attitude that is needed to walk this path, to take personal responsibility rather than relying on an external source, which is made explicit in the Buddha’s advice for people “not do depend on others for your salvation [but to] develop your self-confidence to gain it” (Digha-Nikaya. II.100, *Treasure of the Dhamma*, 1994, p. 290, in Luan Khong, p. 62)

What I have also understood up to now throughout my personal journey is that the spiritual path is the path of awakening to our truest condition: *being multidimensional in consciousness and living in a multidimensional reality*. In this path, life itself becomes the journey where all its aspects, dimensions and situations become opportunities for self-knowledge and evolution. However, what makes the difference between perceiving life itself as spiritual or not is the internal call and appropriate attitude to search for something more real, deeper and meaningful than the limited, superficial and impermanent materialistic fulfilment. I have understood too, that as we approach and reconnect with that more real dimension within ourselves, wisdom, compassion, inner fulfilment, coherence, empowerment, freedom, happiness, joy, abundance and service towards others emerge as natural expressions and qualities of that fundamental essence inhabiting us. A vertical and horizontal expansion of our consciousness occurs as we go along the path. Vertical in the sense that we can experience ourselves in more levels and dimensions within us (more accessibility), and horizontal in the sense that the ultimate purpose of being alive is not just for ourselves but rather for transforming the world around (more active), for others.

From this understanding I see spiritual practices as tools that help us walk this path towards ourselves, withdrawing the veils of ignorance that separate us from the enlightenment state of being. As the Buddha said, ignorance is one of the main causes of the most common human illness: *suffering* (Harvey, 2003, p. 47, 53). In Sogyal Rinpoche’s words, “[...] the root of all our suffering in samsara is ignorance. Ignorance, until we free ourselves from it, can seem endless, and even when we have embarked on the spiritual path our search is fogged by it” (1992, p. 132). For me, the state of ignorance is a disconnected state from our truest source of being, where we hold many “misconceptions about the nature of self and reality which lead to craving, attachment, self-centeredness, and other unwholesome dispositions” (Ferrer, 2002, p. 127). This state is like trying to get out of a complex and large labyrinth full of traps in complete darkness. Because we cannot see, we will injure ourselves (suffer) all the time as it is not clear where we are going and where we are stepping on. I see the labyrinth as the complex architecture and territory of

the intertwined inner and outer worlds. According to my view the key (the light) to step outside the labyrinth is within us, nonetheless there are certain tools such as practices and specific knowledge that can help us to illuminate the way out and find the gate to freedom. These tools bring light to dissipate the darkness of the state of ignorance where there is lack of knowledge and awareness.

From my experience, one of the main practices that could free us from suffering is the constant observation of ourselves in order to discern and learn how our inner world and processes function. That is to move from an automatic state onto an awoken state. The constant observation brings us awareness of the unseen, of the unconscious, and by the simple act of observation a transformative effect starts to take place on what we observe. This observational practice has been called *Mindfulness* (in Pali language *sati*, meant activity) and according to Kyanaponika (1992), “the cultivation of right mindfulness is so important to the Buddha’s teachings, that it has been described as the ‘heart of Buddhist meditation (In Luan Khong, 2003, p. 66). The practice of mindfulness is rooted in the Buddhist meditation *Vipassana* (or ‘Insight’ meditation) and the basic framework for developing this ‘Insight’ practice is known as “the four foundations of mindfulness” (the *sati-patthana*’s) which are described in such *Suttas* as the *Maha-sati-patthana*. The four “foundations” are the spheres in which to develop mindfulness: body, feelings, states of mind, and *dhammas*, which comprise all aspects of personality, whether in oneself or others (Harvey, P., 2003, p. 254). Seth Robert Segall gives us a wonderful definition of this practice:

“It’s the practice of opening oneself up and being receptive to the flow of sense perceptions, emotions, and thought processes in each given moment while attempting to hold judgment in abeyance. This is done with no other goal than to be as present as one can possibly be within each and every moment. One does this with an intimate attention that is very different from a scrutinizing, objective stance. Rather than being a distant observer of a set of experiences, one is a participant-observer, and what one observes is not only the sense impressions of the ‘outside’ world, but also one’s own subjective reactions to that world” (2003, p. 79).

In my view, this practice becomes the core of any spiritual work, as it helps us explore the unknown territory within and start becoming aware and conscious of ignored regions and automatic mechanisms of our psyche. The spiritual path is a journey of becoming responsible for our entire being, thus for our thoughts, emotions, words and actions¹. However, in order to become so it is required to free ourselves from the automatic emotional responses. When we behave automatically (i.e., we react instead of consciously acting) we lose control and an unconscious level of our psyche (the shadow in Jungian terms) becomes in charge of our feelings, thoughts and behaviour (Jung, CW 9(2), pars. 15). In that situation we can’t really be responsible for ourselves as we have lost control of our inner dynamics. Consequently we might generate causes that will produce effects that may bring more suffering to us and the people around.

The spiritual path is then a journey of gaining an understanding of how suffering is generated in order to free ourselves from it and radiate the light and warmth from the ‘Sun’ behind the veils. Enlightening our understanding of our inner world through constant *observation* and study of appropriate *knowledge* will transform us into more responsible and careful beings as we will understand the interdependence among all things and beings (minerals, plants, animals, humans, the Planet and inter-dimensional beings). As the understanding of life and of who we are increases, wisdom and compassion emerge naturally. However, as in any path there is not a straight line towards enlightenment, and many stages, turns, back sliding, challenges and difficult situations arise in this journey.

In this essay I would like to specifically point out one particular object of observation, which to my understanding is the core of this journey towards enlightenment (i.e., freedom). I’m talking about *psychological projections*, as I believe they are crucial in the journey of personal transformation because

beneath them rest the unconscious automatism and emotional reactions that make us lose control of ourselves and suffer. Furthermore, as we become aware of them we have the chance to delve into the unknown territory of our unconscious² and expand our knowledge about ourselves. The development of mindfulness as the capacity to become aware of internal and external events, will help in the identification of these reactive and defensive patterns that enslave us to our unconscious.

Psychological projections are defined by C. G. Jung as “an unconscious, automatic process whereby a content that is unconscious to the subject transfers itself to an object, so that it seems to belong to that object” (CW 9, pars. 121). As von Franz comments on Jung’s definition, “Jung speaks therefore of a ‘hook’ in the object on which one hangs a projection as one hangs a coat on a coat hook” (von Franz, 1993, p. 1). Projections can be observed everywhere in the everyday life of human beings as all contents of the unconscious are constantly transferred onto the environment. As Jung puts it: “Just as we tend to assume that the world is as we see it, we naïvely suppose that people are as we imagine them to be” (CW 8, pars. 507).

Those contents are made up with the memory-images and peculiarities that are part of our own makeup (von Franz, p. 6), they are pieces of one’s own personality (p. 31) and can have negative and positive qualities (p. 3). These contents are stored in the depths of our psyche, and they come from what Jung called “the shadow” (i.e., the dark aspects of our personality)³. As Jung points out, “a closer look at these aspects reveal that they have an *emotional* nature, a kind of autonomy, and accordingly an obsessive or, better, possessive quality. Emotion, incidentally, is not an activity of the individual but something that happens to him” (CW. 9(2), pars. 15). According to Jung, “the effect of projection is to isolate the subject from his environment, since instead of a real relation to it there is now only an illusory one. Projections change the world into the replica of one’s own unknown face” (ibid., pars. 17).

As we see from the above, in order to attain enlightenment it is required to free ourselves from the chains that attach our being to our shadow. As long as we remain emotionally attached and unconscious of our projections we won’t be able to reconnect with the deepest being within that will set us free from illusions and suffering. Therefore, the spiritual path in order to be genuine must deal, in my view, with this important issue. In order to do so, self-awareness must be developed. As von Franz notes, “Jung says repeatedly throughout his work that common sense, reflection and self-knowledge are the only means of clearing away the clouds of projections of unconscious content” (von Franz, 1993, p. 161). As I’ve pointed out before, the development of mindfulness in ordinary life would become a powerful tool, as it is in the everyday circumstances and relationships where projections are activated and the chance to become freer arises. It is in these situations when “acquiring this awareness and understanding, the person develops the freedom to break the hold of compulsive habits” (Luan Khong, 2003, p. 69). In Jung terms, “the projection ceases the moment it becomes conscious, that is to say when it is seen as belonging to the subject” (CW. 9, pars. 121).

Alan Wallace and Shauna L. Shapiro (2006) have developed an interesting model proposing that well-being arises from a mind that is balanced in four ways: *conatively* (intention and volition), *attentionally* (sustained voluntary attention), *cognitively* and *affectively*. This balance is achieved through the cultivation of mindfulness. In my view, if such observational skill, developed through mindfulness, is focused to detect and work with those psychological projections coming out from the shadow, the mind should, as an outcome, be balanced progressively in those four ways. This should happen because as we become aware of the projections “the shadow can to some extent be assimilated into the conscious personality” (Jung, CW9(2), pars. 15). In this process of assimilation lies what Jung called the *individuation* process, the one through which the unity of self is achieved (CW17. pars. 289). As Clarke (1992) points out, “the ‘heart and essence’ of individuation consists in the task of *self-knowledge*, and its overriding demand is to ‘*be yourself!*’, in accordance with your own nature, and not another’s, to be

authentic rather than in bad faith. [...] Hence individuation means nothing less than the demand consciously to realize or actualize one's full potential" (p. 158). From my understanding, actualizing one's full potential is what the spiritual path is about, and this potential (manifested in those four ways) unfolds as we walk the path of transformation.

Furthermore, it is interesting to look at how we can identify those psychological projections. As von Franz points out: "since projection is a preconscious, involuntary process, independent of consciousness, it is to be expected that the process itself will be depicted in products of the unconscious, such as dreams, waking fantasies, and mythological traditions" (1993, p. 20). However, although von Franz identifies here three types of projections, any expression can become one. Indeed, because we are constantly projecting our unconscious, the way we see the outside world becomes a projection of our inner world, as Jung said, the replica of one's own unknown face.

From my understanding, almost any expression and manifestation that comes from within becomes one. Some will be more or less meaningful thus with more or less transformative potential for the person when acknowledged. For example, we can find projections in any kind of artistic creation, in writings, in personal interests and preferences, in any activity we develop, our criticisms and evaluations, the decoration of our house, the way we dress up, move, walk and speak, as well as in our profession, the friends we choose and the partner we have chosen, and it is even present in any decision and step we make in our lives. Thereafter, our unconscious is playing a major role in all of the above aspects. The list, as we can see, could be endless as we express ourselves in many ways and circumstances. This is way any circumstance may become a source of self-knowledge and spiritual evolution, as any situation can lead us to a deeper understanding and psychological integration of ourselves. Life becomes then a mirror where our self is being reflected, giving us the opportunity to observe our inner world. However, mindfulness must be developed in order to see ourselves in the mirror of life.

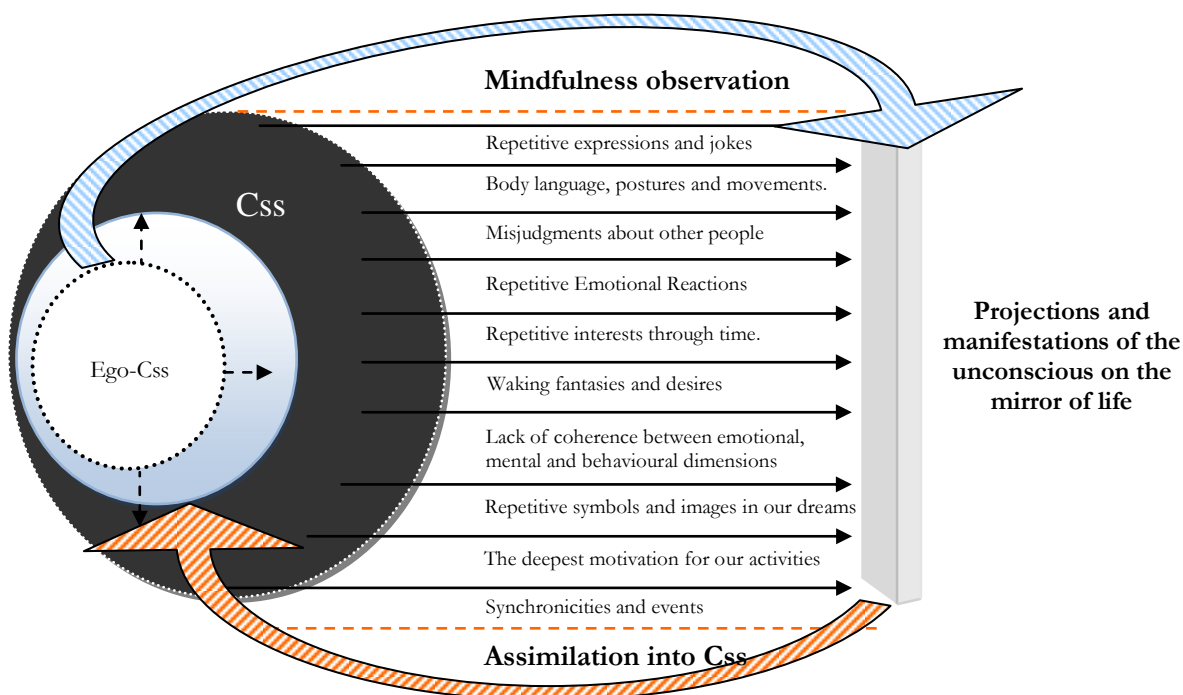
However, there are certain situations in which the projections are more related with the "dark aspects of our personality" and those appear, among others, in strong emotional reactions, dreams and waking fantasies, when we repeatedly reject or defend ourselves from something from the external world, when we make misjudgements of other people or as von Franz points out, when the subject defends himself strenuously against correction (1993, p. 3). From my experience, these kinds of projections appear to have two common qualities, *reactivity and repetition*. When self-awareness is developed through mindfulness, repetitive patterns of reactivity become more and more conscious, and as we try to understand "why do we behave in a particular way", we start *assimilating* the projected contents from the shadow into the conscious personality. It is interesting to notice, that as more conscious we become of certain reactive patterns, more and more subtle they appear to be, so more difficult it becomes to identify them. However, as those patterns are identified, understood and assimilated, our personality undergoes a transformation and becomes more balanced. It is important to point out that we can only deal with just certain amount of unconscious material at the same time. Von Franz comments that Jung "once compared the ego-complex to a man who sails out in his boat onto the sea of the unconscious to go fishing. He must take care not to haul more fish (that is, more unconscious contents) from the sea into his boat than the boat can carry, or it will sink" (*ibid.*, p. 13).

Furthermore, there is even a deeper level of understanding when we deal with projections, which from my perspective stretches the meaning of the term. This level emerges when we start to acknowledge the connection between the macrocosm (universal level) and the microcosm (human level). In this connection is where in Jung terms "...the great principle or beginning, heaven, is infused into man the microcosm, who reflects the star-like natures and thus, as the smallest part and end of the work of Creation, contains the whole" (CW8. pars. 926). This connection is seen, for example in what Jung called *synchronicity*. He

defined it as: “a coincidence in time of two or more causally unrelated events which have the same or a similar meaning” (ibid. pars. 849). Therefore, synchronicities consist on two factors “a) an unconscious image comes into consciousness either directly (i.e., literally) or indirectly (symbolized or suggested) in the form of a dream, idea, or premonition. b) An objective situation coincides with this content. The one is as puzzling as the other” (ibid., pars. 858). To exemplify this, Jung gives an astonishing example that occurred to him while in therapy: “the patient was in recounting a dream in which she was presented with a golden scarab, and at that very moment a scarab began insistently to knock against the window. The scarab was a classic example of a rebirth symbol, and the startling event just referred to was enough to move the patient forward after a period in which she seemed stuck and unable to make any progress” (Clarke, 1994, p. 96)

In this case, synchronicities appear to be the manifestations of the deeper connection between our consciousness and the reality in which we are embedded. They can be seen as projections of a deeper level of reality in which we are co-creators and thus what emerges comes also from deep within. Jung called synchronistic events, *acts of creation* in time, and they indicate that the experiencing subject should realize something which has been constellated in the unconscious (von Franz, 1993, p. 198-9). These situations can bring us, when acknowledged, deeper meanings about our spiritual journey as well as the experience of belonging to a deeper and larger reality with which we interact.

In order to represent in an image what I have been explaining up to now, I’ll use the diagram below to exemplify the process of this spiritual practice. The blue arrow on top represents the developed awareness through mindfulness (“the observer behind your eyes”), in order to become a better *participant-observer* of what happens in the interaction between us and the world. The arrow comes from the Ego-Consciousness structure and looks at the mirror of life to reflect back the observed projections (represented by the orange arrow below) which assimilates them into the Ego-Css structure. When that happens, the Ego-Css structure expands as it assimilates those unconscious aspects that belonged to the shadow. Here I use the term shadow in a broader sense, including what Assagioli called the lower, middle and higher unconscious (1993). In my opinion this is a part of consciousness itself, even if it is unconscious for us. That’s the reason why I identify it by Css. Coming out of the shadow I’ve put 10 examples of different types of projections. They reflect on the mirror of life which represents the external world. If we start to observe repetitive emotional reactions, expressions and jokes, for example, they can reveal meaningful insights to us.



As Michele McDonald points out, without mindfulness the cycles of repetitive patterns, meaning projections only continue because there's still identification, but as mindfulness develops the defences of the ego drop naturally (1998, p. 173-4). She also points out how important it is to deal with this because there is considerable "acting out", and there's a denial of the body and emotions, called by her "disembodied clarity"; the idea that freedom is ascending out of the body and emotions, so that we're somehow no longer human. As she says, there are many spiritual people, especially spiritual teachers, who may be charming and excellent speakers, however if we look behind the scene, we often discover that their life's are a disaster and their spiritual attainment is at least questionable (p. 174). McDonald points out the main risk, in my opinion, of leaving aside the psychological work in any spiritual path, becoming *incoherent* between what we feel, think, say and do. The risk however can be bigger because as less awareness of one's projections and more knowledge is acquired about what it is called the "spiritual path", more chances for the ego to get inflated and distort the reality in which lives.

This process of expanding our awareness onto the unconscious territory is for me the journey of self-knowledge, the spiritual path, which at the end leads to enlightenment. As Jung said once: "*one does not become enlightened by imagining figures of light, but by making the darkness conscious. The later procedure, however, is disagreeable and therefore not popular*".

References:

- Assagioli, R. (1993). *Psychosynthesis: The Definitive Guide to the Principles and Techniques of Psychosynthesis*. London: Thorsons.
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 84. pp. 822-848.
- Clarke, J. J. (1992). *In search of Jung*. London: Routledge
- Clarke, J.J. (1994). *Jung and Eastern Thought. A Dialogue with the Orient*. London: Routledge.
- Ferrer, J. (2002). *Revisioning Transpersonal Theory. The Participatory Vision of Human Spirituality*. New York: State University of New York Press.
- Luan Khong, B. S. (2003). "The Buddha Teaches and Attitude, Not an Affiliation". In *Encountering Buddhism. Western psychology and Buddhist teachings*. Segall, S. R. (editor). New York: State University of New York Press.
- Harvey, P. (2003). *An introduction to Buddhism. Teachings, history and practices*. Cambridge University Press.
- Jung, C. G., (1980). "General Aspects of Dream Psychology", *The Structure and Dynamics of the Psyche*, Vol. 8 of the Collected Works.
- Jung, C. G., (1980) "Concerning the Archetypes and the anima concept", *The Archetypes and the Collective Unconscious*. Vol. 9, part I, of The Collected Works (CW).
- Jung, C.G, (1980). "The Shadow", *Aion, Researches into the phenomenology of the self*. Vol. 9, par II, of The Collected Works (CW)
- Jung, C.G., (1980). "The Development of Personality", *The Development of Personality*. Vol. 17 of the Collected Works (CW).
- McDonald, M. (1998). "Bringing Awareness Back Home: Toward an Integrative Spirituality". In *Ken Wilber in Dialogue. Conversations with Leading Transpersonal Thinkers*. Edited by Donal Rothberg and Sean Kelly. Wheaton: The Theosophical Publishing House. pp. 167-178
- Nyanaponika, T. (1992). *The heart of Buddhist meditation*. Kandy: Buddhist Publication Society.
- Rahula, W. (1978). *What the Buddha taught* (rev. ed.). London: The Gordon Fraser Gallery.
- Rinpoche, S. (1992). *The Tibetan Book of Living and Dying*. A new spiritual classic from one of the foremost interpreters of Tibetan Buddhist to the west. San Francisco: Harper Collins Publishers, Inc.
- Segall, S. R. (2003). "On Being a Non-Buddhist Buddhist. A Conversation with Myself". In *Encountering Buddhism. Western psychology and Buddhist teachings*. Segall, S. R. (editor). New York: State University of New York Press.

Wallace, A. B. & Shapiro S. L. (2006). Mental Balance and Well-Being. Building Bridges Between Buddhism and Western Psychology. *American Psychologist*, Vol. 61, No. 7, pp. 690-701
von Franz, M-L. (1993). *Projection and re-collection in Jungian psychology. Reflections of the Soul*. LaSalle & London: Open Court

Foot Notes

1.- Becoming responsible is part of the eightfold path of the Buddha's teachings, where the Right Thought, Speech, Action and Livelihood must be developed (among other 4 virtues).

2.- C. G. Jung defines the unconscious as follows: "the totality of all psychic phenomena that lack the quality of consciousness. These psychic contents might fittingly be called 'subliminal', on the assumption that every psychic content must possess a certain energy value in order to become conscious at all. The lower the value of a conscious content falls, the more easily it disappears below the threshold. From this it follows that the unconscious is the receptacle of all lost memories and of all contents that are still too weak to become conscious. These contents are products of an unconscious associative activity which also gives rise to dreams. Besides these we must include all more or less intentional repressions of painful thoughts and feelings. I call the sum of all these contents the "personal unconscious". But, over and above that, we also find in the unconscious qualities that are not individually acquired but are inherited, e.g., instincts as impulses to carry out actions from necessity, without conscious motivation" (CW. 8 pars. 270)

3.- According to my view, the content of what is unconscious has two main aspects, the dark parts of our personality, as Jung says, and those aspects of "light" that remain unconscious for us. These "light" parts can be described as the potentialities of becoming aware of being multidimensional in consciousness and living in a multidimensional reality. As we become aware and experience them, we expand our worldview and thus our values, objectives and understanding of life, undergo a deep transformation. This transformation leads us undoubtedly to a freer state of being where suffering dissipates.

***Pepón Jover** is psychologist, master in Consciousness and Transpersonal Psychology by the Liverpool John Moores University. Member of Oxigeme. He works in Spain as lecturer and private practice. He has reviewed the Spanish publication of *Shadow, Self and Spirit* written by Michael Daniels.

Web: www.despertarintegral.com

Email: pepon@despertarintegral.com