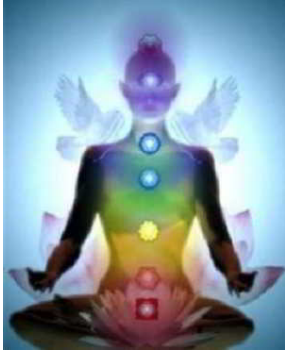


## La evolución de la psicología

2010-05-21 05:00:08



En sus inicios, la Psicología occidental buscó y se esforzó por convertirse en una verdadera ciencia. Es así que, como una experiencia de laboratorio, surgió la Psicología Conductivista. El centro de su mirada objetiva estaba puesto sólo en la conducta observable y mensurable para excluir todo aquello no accesible de ser medido.

### **Hacia una nueva mirada del Ser**

Sin embargo, el paulatino e innegable reconocimiento de la existencia del sufrimiento psicológico por parte de los especialistas, permitió que el trabajo clínico comenzara a incorporar nuevos elementos que hasta ese momento no eran aceptados. Así se dio origen al Psicoanálisis cuyo foco de atención estaba centrado principalmente en los aspectos subjetivos e inconscientes.

Tanto el Psicoanálisis como el Conductivismo constituyeron el fundamento de la Psicología clínica y de la Psicología experimental dominantes durante más de la primera mitad del Siglo XX. Pero en los años 60 se empezaron a escuchar otras voces que señalaban a estos modelos como limitativos con respecto al amplio rango de variantes que puede presentar la experiencia humana. En ese sentido, se advirtió que la “vieja” Psicología partía del estudio de la psicopatología y dejaba de lado las características esenciales del psiquismo sano. Además de ello, estas escuelas se ocupaban de generalizar situaciones de laboratorio para ser aplicadas a la compleja vida cotidiana.

Todo este enfoque obligaba a hacer una lectura reduccionista de la naturaleza del Ser sin ninguna consideración por los factores espirituales constitutivos. De esta manera se negaba la existencia de otras dimensiones de conciencia y así convertía en patológicas experiencias transpersonales de suma importancia.

Las limitaciones impuestas por las lecturas mecanicistas tradicionales psicológicas fueron las que finalmente desencadenaron una crisis de disconformidad. Este movimiento crítico generó un nivel de energía que abrió nuevos espacios para el desarrollo de una nueva mirada del Ser, más abarcativa y más respetuosa de su naturaleza.

Como respuesta a esta situación, surgió un nuevo modelo psicológico que ampliaba los horizontes de la Psicología hasta ese momento conocida y desarrollaba un enfoque más completo del psiquismo. Abraham Maslow, uno de los miembros fundadores de la Psicología Humanista y de la Psicología Transpersonal, aclaró que “el surgimiento de este nuevo enfoque es a los fines de ampliar y de suplementar la visión

freudiana". Pero si bien esta visión humanista ampliaba y renovaba la conceptualización del psiquismo, hacia fines de la década del 60 se hizo necesario un nuevo viraje en el marco conceptual, y así nació la Psicología Transpersonal. "La Psicología Humanista fue el movimiento de transición hacia una "Psicología Trashumana o Transpersonal", agregó.

La Psicología Humanista centró su estudio en la experiencia humana para contribuir al mejoramiento de la calidad de vida y el perfeccionamiento del ser humano. Esa lectura puso de relieve la posibilidad de toda persona sana de tener experiencias cumbres, plenas de sentido, intensas, beatíficas; donde expande su sensación de identidad sintiéndose unida a todo el Universo. Así, la Psicología Humanista y Transpersonal surgieron como una nueva conciencia que otorga respuestas a la experiencia humana.

### La Conciencia como eje del proceso

La aparición de esta nueva conceptualización respondió a las transformaciones culturales que acontecieron en los años 60, donde la gente inició una búsqueda interna frente a la frustración del mundo materialista imperante. Muchas experiencias, catalogadas hasta ese momento como patológicas, se convirtieron para esta nueva visión en riquísimas y extraordinarias apertura de conciencia.

Oriente aportó a Occidente un singular y profundo conocimiento que configura toda una experiencia de vida milenaria. Los nuevos investigadores occidentales reconocen en las tradiciones orientales la transmisión de una profusa casuística sobre experiencias cumbres, reconociendo la validez de sus tradiciones para la inducción de estados superiores de conciencia. Es así como Occidente pudo nutrirse de los aportes orientales incorporando a sus prácticas las disciplinas meditativas y métodos específicos para la inducción a estados no ordinarios de conciencia. Así, el campo de la investigación se abrió a recibir el estudio de experiencias intensas donde los parámetros conocidos se abren a nuevas dimensiones del Ser.

La Psicología Transpersonal ha establecido un puente entre la ciencia occidental y las enseñanzas de los maestros espirituales. Por lo tanto se nutre de ambas tradiciones en un intento de integrar sus conocimientos en relación a la realización de los potenciales humanos. Esta ampliación de la cartografía del psiquismo se completó con la instrumentación del uso experimental de sustancias psicodélicas en el ámbito de la psiquiatría. El psiquiatra checo-americano Stanislav Grof, pionero en este tipo de investigaciones, se convirtió así en uno de los más grandes representantes del movimiento Transpersonal.

En los comienzos, los psicodélicos tuvieron un protagonismo impactante. Gran cantidad de personas experimentaron estados alterados de conciencia mostrando la existencia de un amplio rango de estados potenciales de conciencia. Al mismo tiempo, el auge de la meditación puso a disposición métodos para acceder a comprensiones similares sin necesidad de recurrir a las drogas. De este modo, otras ramas de la ciencia comenzaron a participar del nuevo enfoque Transpersonal que integraba a la espiritualidad con la visión del psiquismo humano, entendiendo por espiritualidad aquel modo de conciencia que busca experimentar la unión con todo lo que existe.

La visión de la Psicología Transpersonal, profunda y rigurosa, marca la configuración de un nuevo paradigma que afecta no sólo a la lectura del psiquismo humano sino a toda la realidad de la cual éste participa. Con todo ello, fue posible la evolución de una mirada mucho más amplia de la naturaleza humana y del desarrollo de la psicología donde la conciencia se convirtió en el punto principal de su enfoque.

El estudio de la conciencia y de los estados alterados constituye un capítulo fundamental de la Psicología Transpersonal. Siguiendo ese criterio, esta visión considera que todo depende del desarrollo de la

conciencia. A partir de allí se descubre un amplio espectro de técnicas mediante las cuales se puede acelerar la evolución de la conciencia en cada persona y modificar su entorno. Esos procedimientos permiten el reconocimiento y el enfrentamiento de la sombra para luego integrarla, y así finalmente poder conectar con los ámbitos transpersonales de la propia psique. Por lo tanto, en el ámbito de la Psicología el enfoque Transpersonal no sólo tiene en cuenta la estructura de la personalidad y sus mecanismos sino que también toma aquello que está más allá de la personalidad y que hace a la esencia del ser humano.

Al partir de la idea de que la conciencia es el punto central del trabajo psicológico transpersonal, la decisión de explorarla trae consigo un signo de despertar espiritual. Es este sentido, se reconoce la importancia de instrumentar al individuo en el aprendizaje de cómo ir ampliando y transformando su propia conciencia. Para los psicólogos transpersonales la evolución de la Humanidad está ligada directamente a estas transformaciones individuales.

## La expansión de la Conciencia

Para investigar en la propia conciencia es necesario el movimiento hacia lo desconocido de cada uno de nosotros mismos. Todos estamos invitados a transitar el camino del auto-conocimiento para adquirir progresivamente una mayor cantidad de información sobre quienes somos y para qué hemos venido al mundo. Todos estamos llamados a una toma de conciencia sobre nuestro verdadero propósito en la vida. Pero está en nosotros mismos escuchar esa llamada y entregarnos libremente a la aventura.

La conciencia es el aspecto inmaterial, no energético de la realidad primordial. Es la base invisible y la sustancia de todo el mundo objetivo. Es la capacidad de conocer, de saber, el testigo de todo cambio de tiempo y espacio, el sí mismo real. Se podría definir como una fuerza equivalente a la corriente eléctrica que al pasar por una lámpara hace que ésta tenga razón de ser. Espíritu y alma son los términos místicos relacionados con ella. La conciencia en sí misma no cambia, es inmutable. Su expresión depende de su focalización, de ahí la diferencia de su funcionamiento.

La conciencia no es personal sino transpersonal. De hecho se trata de un aspecto del Absoluto que está más allá del espacio, del tiempo, de los conceptos, de las categorías, de los límites. Su naturaleza es intangible y como tal es necesario emplear métodos que permitan ir a su encuentro.

Pero, ¿qué significa adentrarnos en lo desconocido de cada uno? Explorar la conciencia es llegar a zonas que se encuentran más allá de lo cotidiano y que permiten atravesar el límite de lo conocido. Para ello es necesario focalizarse en niveles diferentes al que estamos habituados para poder acercarnos a ese mundo interno a descubrir. En Occidente solo se han identificado un número limitado de estados de conciencia (como la vigilia y el sueño), el resto son estados patológicos que nada tienen que ver con esto.

La Psicología Transpersonal presta atención y valora los diferentes estados de conciencia e induce a su experimentación. En ese sentido, el gran teórico Ken Wilber señala que “cada nivel de conciencia está asociado a un tipo de experiencia y a una sensación de identidad definida que va desde la limitada sensación asociada a la conciencia egocéntrica hasta la llamada identidad suprema o conciencia cósmica”. Así este paradigma reconoce el potencial humano para experimentar una amplia gama de estados no ordinarios de conciencia que implican una expansión más allá de los límites del ego. Las experiencias transpersonales evidencian la existencia de una gran diversidad de dominios que se encuentran más allá del Universo físico.

Un estado de conciencia expandida se reconoce cuando una persona logra abarcar plenamente su identidad total: cuerpo-mente-espíritu-universo. Desde este reconocimiento, los estados ampliados se pueden lograr por medio de diferentes técnicas como la meditación, la ingesta de plantas enteógenas, la

respiración holotrópica, la terapia de vidas pasadas, la danza, la música, los mandalas, entre otras.

A todos se nos brinda la posibilidad de trabajar en nuestra propia evolución de la conciencia y a emprender, de acuerdo a las palabras de Wilber, “un gran viaje de creciente auto-conciencia y un retorno a nuestra verdadera identidad”. La búsqueda de algo nuevo como alimento del alma desnutrida por la insatisfacción que provoca la vida ordinaria y la posibilidad de acercarse a una mayor comprensión de nuestra verdad esencial, nos llevará a una expansión de la conciencia con el objetivo de generar un cambio gradual en la percepción de nuestro propio ser y del mundo. A medida que el proceso avance y se atraviesen los diferentes dominios de la conciencia, una visión más generosa de la naturaleza del ser humano y del cosmos se irá sustentando y nos demostrará que “el Gran Viaje de la vida” ya ha comenzado y que a nuestro regreso, ya no seremos más los mismos que iniciaron este camino.

**Lic. Annamaria Saracco**

Fuente: <http://saraccoannamaria.blogspot.com>