

Más allá de la mente:
Pasos hacia una psicología metatranspersonal¹

Elías Capriles

RESUMEN

Muchos psicólogos transpersonales —incluyendo a Ken Wilber y Stan Grof, que se encuentran entre quienes han ejercido una mayor influencia— consideran como el objetivo de la terapia (o por lo menos como la más alta cumbre de la misma) el acceso a los llamados «reinos transpersonales», que comprenden las vivencias de unidad con el cosmos que Maslow llamó «experiencias cumbre». Stan Grof llega a incluir dentro de los reinos en cuestión (y por ende del objetivo de la terapia) las «experiencias ilusorias» de previas reencarnaciones, arquetipos divinos, etc. Aquí se propone una psicología metatranspersonal, pues no considera que el acceso a los reinos transpersonales sea el objetivo de la terapia; éste sólo puede consistir en la superación de la valorización delusoria o sobrevaluación que nos hace tomar lo relativo como absoluto, lo ilusorio como verdadero, lo puesto como dado, lo interdependiente como independiente, etc.

PALABRAS CLAVE

Psicología transpersonal, psicología existencial, budismo, dzogchén.

ABSTRACT

Several Transpersonal psychologists—including Ken Wilber and Stan Grof, who are among the most influential—posit access to so-called «transpersonal realms»—which comprehend the experiences of unity with the Cosmos that Maslow named «Peak Experiences»—as the aim of therapy, or at least as one of its highest peaks. Stan Grof includes in these realms (and thus within the aims of therapy) the «illusory experiences» of previous reincarnations, divine archetypes, etc. Here a Metatranspersonal Psychology is posited that does not regard access to transpersonal realms as the aim of therapy: this aim can only consist in overcoming the overvaluation that causes us to take the relative as absolute, the illusory as true, the put as given, the interdependent as independent, etc.

KEY WORDS

Transpersonal Psychology, Existential Psychology, Buddhism, Dzogchen.

¹Este artículo y otro titulado «Fenomenología metaexistencial de los estados de conciencia» (del cual una primera parte apareció en el No. 8 de la revista *Filosofía* del Postgrado de Filosofía de la ULA, pero que debido a cambios recientes en la Directiva de dicha revista no seguirá apareciendo en ella, sino que aparecerá en su integridad en el No. 2 de la revista *Utopía y praxis latinoamericana*, con sede en Maracaibo), resumen los núcleos teóricos del libro en preparación *Más allá de la mente. Pasos hacia una psicología metatranspersonal y una fenomenología metaexistencial de los estados de conciencia*, a ser publicado por el Consejo de Publicaciones de la ULA.

Stanislav Grof ha dividido la psique humana en cuatro niveles o reinos, que son: (A) la barrera sensorial; (B) el inconsciente individual; (C) el nivel de nacimiento y muerte y (D) el dominio transpersonal.² Por su parte, Ken Wilber habla de tres niveles básicos de experiencia, que son: (A) el del ego; (B) el existencial, y (C) el mental.³ Dando continuidad a la obsesión de Maslow con las indefinidas «experiencias pico», Grof parece creer que la psicoterapia (en un sentido amplio del término) tiene su resultado óptimo cuando desemboca en experiencias del reino transpersonal, mientras que Wilber identifica la liberación individual (o sea, lo que aquí designaré como Suprema Cordura) con una «comprensión del nivel mental».⁴ Y un error análogo parece encontrarse en casi todos los otros psicólogos transpersonales.

Para que se entienda claramente el significado del error de Grof, se debe tener en cuenta que, para éste, el segundo de los niveles o reinos —el señalado con la letra B— corresponde al reino biográfico, del que se había ocupado Freud, entre otros.⁵ El tercero —

²Cfr. Grof, Stanislav, 1985, español 1988.

³Wilber, Ken, 1977, español 1990.

⁴Wilber, Ken, 1977, español 1990, p. 26, línea 2 del ¶ 2. Wilber habla de «liberación», cuyo equivalente sánscrito (*moksha*; *mukti*) indica la realización en varias tradiciones hinduistas, mientras que su equivalente tibetano (*thar-pa*; *grol-ba*) expresa la realización propia del budismo hinayana (*uno mismo* se libera del sufrimiento). «Iluminación», en cambio, expresa la realización de las formas mahayana, vajrayana y atiayana de budismo (que aspiran a liberar a *todos los seres*). Dada la temática que abordo en este trabajo (que pertenece a la psicología), en vez de hablar de «Iluminación» hablaré de «Suprema Cordura».

⁵Freud abrió una nueva época en el estudio de la psiquis en el Occidente, al afirmar, como médico y "científico" y fuera de cualquier círculo "esotérico", que el individuo debe recordar y, en un sentido, revivir, las situaciones dolorosas y traumáticas que le han afectado durante su vida. Desde tiempo atrás, sólo en ciertos círculos místicos se insistía en la necesidad de enfrentarnos a nuestras angustias y a nuestro dolor: la "ciencia", como la sociedad profana, nos enseñaba a escapar de todo lo que nos produjera desagrado y a vivir en un mundo de ilusiones.

Sin embargo, Freud pensó que la "salud mental" consistía en un buen funcionamiento egoico; o sea, en la acción efectiva de los mecanismos "represivos", que nos permiten evadir el dolor causado por el funcionamiento en términos de un ego y reprimir los contenidos "ego-asintónicos" (los aspectos de nosotros mismos que contradicen nuestra autoimagen). La salud consistía en adaptarse a la sociedad, sin importar que esta última estuviera enferma: la "salud" era la adaptación a una enfermedad, o lo que es lo mismo, el contraer una patología generalizada. El ideal era el óptimo funcionamiento de los mecanismos psicológicos que nos permiten "creernos el cuento" que tenemos que creernos para estar motivados por los incentivos que ofrece el Establecimiento y ser como los demás individuos humanos, sin sufrir «anormalmente» por ello. Además, el análisis freudiano hacía aumentar la preocupación del individuo consigo mismo, que es lo que constituye la fuente del sufrimiento y de toda neurosis.

Así, pues, Freud daba un primer paso hacia el encuentro con el dolor y la angustia primordiales, comparable al que había dado Søren Kierkegaard en el campo de la filosofía, aunque jamás propuso que para alcanzar una mayor autenticidad fuera necesario vivir siempre en la *Angst*: su objetivo era, por el contrario, optimar el funcionamiento de los mecanismos que nos permiten evadir el sufrimiento. Lo que aquí propongo no es vivir en el dolor (como en Kierkegaard y los existencialistas) sino reencontrarlo para poder usarlo como «trampolín» hacia la Suprema Cordura.

En términos del esquema freudiano, el «superyó» debía controlar al «ello» a fin de producir y mantener un «yo» bien adaptado y capaz de controlar las pasiones y los instintos que lo afectaban; en otras palabras, los mecanismos «subconscientes» debían, en la medida de lo posible, permitir al «consciente» controlar el «inconsciente», impidiendo que los «impulsos» asociados a éste dirigiesen la conducta del individuo y lo hicieran traicionar sus aspiraciones, ideales y objetivos «conscientes». Usando términos

indicado por la letra C— corresponde al reino perinatal, abierto al estudio por Rank al profundizar sobre la base de trabajos ya existentes de Freud y desarrollado también por Nandor Fodor y Lietaert Peerbolte y, más adelante y con todavía mayor profundidad, por la antipsiquiatría y por ciertas ramas de la psicología transpersonal.⁶ Finalmente, el cuarto —

sartreanos, diríamos más bien que, por medio del autoengaño o «mala fe», la conciencia debía darse a sí misma la impresión de que las pasiones eran algo ajeno a ella que la afectaba y de que, por medio de una lucha tenaz, ella lograba un cierto grado de dominio sobre éstas.

En toda sociedad «civilizada», el eje del control social es la «represión» interna del individuo, cuya base es lo que Freud llamó «superyó» y que David Cooper explicó como una constelación jerarquizada de «otros internalizados». El otro más importante en el superyó es el otro original, quien por lo general es la madre —aunque luego las *opiniones* y *puntos de vista* de otros otros pueden ser colocados en posiciones de mayor importancia que los de la madre u otro original—. En todo caso, una vez constituido el superyó, sólo podemos vernos a nosotros mismos con los ojos de los otros internalizados. Las miradas culpabilizadoras «esculpen» y sostienen una negativa, «oscura» imagen de nosotros mismos —que Jung llamó *sombra*; que, siguiendo el concepto freudiano de «fantasías inconscientes», Laing asimiló al de *phantasia inconsciente*, y que luego Cooper redefinió en términos muy similares al de la sombra en Jung— mientras que las miradas de admiración «esculpen» una positiva «autoimagen ideal» que corresponde, en la mayoría de los casos, al ideal de la sociedad, y que nos vemos impulsados a tratar de encarnar a fin de escapar del infierno en el que nos sumen las miradas culpabilizadoras. Ahora bien, en nuestros días, la mayoría no logra encarnar esa «imagen ideal», sino que desarrolla un *ego*, *identidad consciente* o *autoimagen habitual*, adaptado en lo posible a la sociedad, que se encontrará entre los extremos representados por la imagen oscura y negativa y la autoimagen ideal, más cerca de la una o de la otra en la medida en la que los otros significativos —externos e internalizados— vean al individuo en mayor medida como la una o como la otra.

En la medida en la que negamos ser la ilusoria imagen oscura y negativa, y nos hacemos autoimagen positiva/ideal o autoimagen habitual, nos afirmamos como ilusoria-imagen-oscura-y-negativa-que-debe-ser-negada, poniéndonos así bajo el poder de esa fuente de mal que es la ilusoria imagen oscura y negativa. Ahora bien, puesto que, al hacernos la imagen oscura y negativa, a nivel consciente hemos de creernos autoimagen, nos vemos obligados a proyectar fuera de nosotros la ilusoria imagen oscura y negativa que ya hemos constituido y que no logramos ignorar, identificándola con otros individuos y odiándola en ellos, en la creencia de que la imagen oscura y negativa *es* esos individuos. Este es el origen de algunos de los peores males imperantes.

A fin de hacernos autoimagen positiva e ideal, e incluso autoimagen habitual, hemos de recurrir al autoengaño, al cual nos impulsan los «dobles constreñimientos normalizadores» (cfr. explicación en nota sobre «doble constreñimiento») constituidos por miradas, expresiones y palabras de los otros que conforman el superyó. Esto nos permite conciliar el concepto freudiano de «represión» con el concepto sartreano de «mala fe». Como afirma Sartre, es la conciencia la que se engaña a sí misma; no es un ente externo a ella — como el subconsciente de Freud, en el que yacería el superyó— el que la engaña. Ahora bien, el autoengaño o mala fe del que habla Sartre es realizado bajo la presión hipnótica de los otros significativos, originalmente desde «fuera de nosotros» y luego —después de su internalización y de la constitución del superyó— desde el «interior» de nuestra propia psiquis.

Quizás lo más importante a señalar con respecto a Freud sea que la estructura triádica del psiquismo (consciente-subconsciente-inconsciente o yo-superyó-ello) no es algo *a priori* que siempre haya caracterizado a los seres humanos, sino el resultado de la civilización y de la represión que ella requiere. Esto implica que el «inconsciente» no es un clóset para esqueletos (Bateson) que exista *a priori*, sino el resultado de ocultarnos contenidos por medio del autoengaño que Sartre designó como «mala fe».

⁶En el reino perinatal, Grof distingue 4 «matrices perinatales» (MPBs), de las cuales la primera (MPB1) corresponde a la experiencia de la unión original simbiótica del feto con el organismo materno durante la existencia intrauterina. La segunda (MPB2) corresponde al propio inicio del parto biológico y su primera etapa clínica, en la cual se perturba el equilibrio original de la existencia intrauterina —en primer lugar por las señales químicas de alarma y a continuación por las contracciones musculares— y que, al desarrollarse plenamente, hace que el feto se vea periódicamente constreñido por espasmos uterinos, en un momento cuando el cuello del útero todavía permanece cerrado y en consecuencia no existe camino de salida. La tercera (MPB3) es aquélla en que prosiguen las contracciones uterinas pero, al contrario de lo que sucedía en la anterior, el cuello del útero está ahora suficientemente dilatado y permite la propulsión del feto hacia el

marcado por la D— corresponde al reino transpersonal, abierto al estudio por Jung y por Roberto Assagioli y desarrollado por psicólogos originalmente humanistas y luego transpersonales como Maslow y Sutich (así como por Hubbard, el fundador de la dianética y la cientología), y transformado luego en el objeto de estudio de la psicología transpersonal en general, así como ya lo había sido, en parte, de la antipsiquiatría. Lo grave es que —como se verá en mayor detalle más adelante— para Grof el reino transpersonal está constituido por todo tipo de experiencia de unión con el universo, de arquetipos divinos, de «reencarnaciones anteriores» y así sucesivamente, no importa cuán delusorias tales experiencias puedan ser.

A su vez, para que se comprenda cuál es el error de Wilber al identificar la liberación con «una comprensión del nivel mental», considérense las siguientes palabras suyas:⁷

«El nivel del ego es aquella banda de la conciencia que abarca nuestro rol, la idea que tenemos de nosotros mismos, nuestra imagen, con sus aspectos consciente e inconsciente, así como la naturaleza analítica y discriminatoria de nuestro intelecto, de nuestra «mente». El segundo nivel principal, el nivel existencial, incluye la totalidad de nuestro organismo, tanto somático como psíquico, y por consiguiente comprende nuestro sentido básico de la existencia, de nuestro ser, unido a nuestras premisas culturales que en muchos sentidos moldean esta sensación básica de la existencia. Entre otras cosas, el nivel existencial constituye la referencia sensorial de la imagen que tenemos de nosotros mismos; es decir, lo que uno *siente* cuando evoca mentalmente el *símbolo* de su propia imagen. Constituye, a fin de cuentas, la fuente persistente e irreductible de un concienciamiento individual independiente. El tercer nivel básico, que aquí denominamos mental, es el conocido comúnmente como conciencia mística, y comprende la sensación de ser fundamentalmente uno con el universo. Así como el nivel del ego incluye la mente, y el nivel existencial incluye la mente y el cuerpo, el nivel mental incluye la mente, el cuerpo y el resto del universo.»

exterior —lo cual supone una gran lucha por la supervivencia, aplastantes presiones mecánicas y frecuentemente un alto grado de anoxemia y sofocación, y, en su fase terminal, puede poner al feto en contacto íntimo con materias biológicas tales como sangre, mucosa, líquido fetal, orina e incluso heces—. Finalmente, la MPB4 está relacionada significativamente con la tercera etapa clínica del parto, que es el nacimiento propiamente dicho, en el que el agonizante proceso de la lucha del nacimiento llega a su fin; culmina la propulsión por el canal del parto, y el intenso dolor, la intensa tensión y la intensa excitación sexual son sucedidos repentinamente por el alivio y la relajación: el bebé ha nacido y, después de un largo período en la oscuridad, se encuentra por vez primera con la intensa luz del día (o de la sala de partos); con el corte del cordón umbilical se completa la separación física con respecto a la madre y comienza la existencia del bebé como individuo anatómicamente independiente.

Para Grof, en el predominio de una u otra MPB influyen las vivencias tempranas del individuo y otra serie de circunstancias que pueden incluir situaciones de la vida posterior tales como enfermedades, situaciones vitales particulares, experiencias psicodélicas u otros tipos de «estado alterado» o experiencia paranormal, etc.

Si el mapa de Grof fuese válido, la verdadera salud no radicaría en pasar a la MPB4 ni en regresar a la MPB1, sino en lograr la autoliberación de las experiencias de todas las matrices en lo que he designado como «gnosis anoica» (cfr. nota 29). La repetición o el mantenimiento de esta autoliberación haría la apertura de la MPB4 inseparable de la seguridad y el carácter oceánico de la MPB1, al tiempo que la compasión abarcaría las pasiones de la MPB2 y la MPB3, haciendo que éstas ya no representasen problema o dolor alguno.

⁷Wilber, Ken, 1977, español 1990, p. 24, ¶ 2. Aunque Wilber no lo dice, su división de la experiencia en niveles jerárquicos, entre los cuales los «superiores» comprenden a los «inferiores», está basada en el *Taittiriya Upanishad*. Cabe señalar también que, aunque en otros textos Wilber distingue un número bastante mayor de niveles, no importa cuál sea el número de niveles que considera, sigue incurriendo en el error que aquí se denuncia.

Podemos ver, pues, que para Wilber la liberación consiste en la *comprensión* (término que, cabe agregar, implica algo conceptual) del plano en el cual se tiene la *sensación de ser fundamentalmente uno con el universo*.

El error que comparten Wilber, Grof y la gran mayoría de los psicólogos transpersonales, consiste en no distinguir entre (1) lo que los budistas llaman «Iluminación» y que constituye la Suprema Cordura —la autoliberación de toda comprensión en términos de pensamientos, ideas o conceptos, independientemente de que éstos sean (a) burdos o discursivos, (b) sutiles o intuitivos, o (c) «supersutiles»—,⁸ y (2) las experiencias condicionadas de los reinos transpersonales que se encuentran signadas por el error o delusión «samsárico»⁹ básico que se considerará más adelante —y, en particular: (a) las experiencias de los «reinos sin forma» que, según el budismo, constituyen la cúspide del *samsara* o experiencia cíclica condicionada y signada por el error, y (b) aquella en la cual ni el *samsara* ni el *nirvana* están activos y que la enseñanza dzogchén¹⁰ llama «kunllí lungmatén»¹¹ (la cual, según Yigme Lingpa,¹² en nuestra época muchos yoguis confundirán con el *dharmakaya* o primer nivel de Iluminación)—.

El objetivo final, óptimo y radical de toda psicoterapia es la cordura o salud mental, y si bien la mayoría de los psicólogos transpersonales estaría de acuerdo en que ésta no debe ser definida como «normalidad» en el sentido de adaptación funcional libre de conflictos a la pseudorrealidad social, es importante señalar que la misma no depende de establecerse en el reino transpersonal, sino de la captación correcta de la realidad —o, lo

⁸En base a su compartimentalización abismal del psiquismo (denunciada ya por Herder), Kant estableció que las ideas eran propias de la razón y los conceptos propios del entendimiento, mientras que las intuiciones de los sentidos no eran conceptuales. En este artículo yo utilizo, en cambio, ambos términos —concepto e idea— como sinónimos e indico con ellos algo que trasciende las imprecisas compartimentalizaciones de Kant, pues funciona y es determinante no sólo en las regiones por él establecidas y designadas como razón y entendimiento, respectivamente, así como en la capacidad de juzgar (que para Kant imprecisamente se encuentra entre ellas), sino también en lo que el königsbergiano llamó sensibilidad.

En la totalidad de este trabajo, cuando uso los términos «idea» y «concepto», estoy indicando *comprensiones* —independientemente de que las mismas sean enunciadas discursivamente «pronunciando mentalmente» secuencias de palabras, o sean captadas en la «mudez mental» que es propia de la intuición—. En otras palabras, por «ideas» o «conceptos» entiendo tanto los pensamientos que Descartes designó como «discursivos», como los que dicho autor denominó «intuitivos» —y, además, dentro del significado de los términos en cuestión, incluyo los pensamientos que la enseñanza dzogchén designa como «supersutiles» y que comprenden estructuras tales como la «triple proyección»: la ilusión de que hay una experiencia, algo experimentado y alguien que experimenta.

Puesto que *definitio fit per genus proximum et differentiam specificam*, todos los conceptos o ideas son *relativos*: se definen por inclusión en un género más amplio que los contiene y por contraste con los que dentro del mismo género constituyen sus contrarios. Lo absoluto (como base), en cambio, es la naturaleza común de todos los entes y de todos los conceptos o ideas. Y el error que para muchos budistas del *mahayana* constituye la «segunda noble verdad» consiste en tomar lo relativo como algo absoluto, lo dependiente como independiente, lo insubstancial como substancial, lo puesto como intrínseco o dado, etc.

⁹Samsárico: perteneciente al *samsara* o «existencia cíclica» signada por el sufrimiento y la insatisfacción que constituyen la primera verdad del Buda y por el error o la delusión que constituye la segunda noble verdad del Buda (causa de la primera). Las cuatro nobles verdades serán consideradas más adelante.

¹⁰*rDzogs-chen*.

¹¹*Kun-gzhi lung-ma-bstan*.

¹²*Jigs-med gLing-pa*.

que es lo mismo, de la ausencia de delusión¹³ o error—. Esta corrección no se mide en términos de consonancia con alguna interpretación científica de la realidad, pues lo que significa es —en términos de Korzybsky— que no confundimos los mapas conceptuales con el territorio de lo dado, ni creemos que un mapa es absolutamente correcto y cierto mientras que su contrario es absolutamente incorrecto y falso. En otras palabras, la verdadera cordura corresponde a la ausencia de lo que denominaré «valorización delusoria» (o sobrevaluación conceptual) y que consideraré en mayor detalle más adelante.

El error o delusión en la base del «malestar de la civilización»

«Delusión» significa que las propias percepciones no corresponden a la realidad, sino que la deforman. El mero hecho de que tengamos que ocultar a nuestra conciencia los contenidos «ego-asintónicos» y de que tengamos que falsear nuestra percepción de la realidad a fin de mantener nuestras ideologías implica ya que somos víctimas de un error o una delusión. Del mismo modo, en la medida en la que nuestros actos producen resultados contrarios a los que deseamos obtener, somos víctimas de un estado mental de delusión o error —y es un hecho que nuestros intentos de obtener placer, felicidad y seguridad constantemente resultan en dolor, infelicidad e inseguridad—.

Un ejemplo extremo de lo anterior es la crisis ecológica que, según los científicos, de seguir todo como va, pondrá fin a la vida en el planeta antes de la mitad del próximo siglo,¹⁴ y que es consecuencia directa de nuestros intentos de producir un paraíso terrenal

¹³El criterio de salud mental o cordura como ausencia de delusión fue propuesto por la psicología fenomenológico-existencial; ahora bien, lo que el existencialismo considera como «sano» es la no evasión del Infierno por medio del autoengaño que Sartre denominó «mala fe». Mi criterio es metaexistencial en la medida en la que identifica la salud, no con el vivir en el Infierno, sino con el atravesar el reino en cuestión y —como Dante en la *Divina comedia*— establecerse en la gnosis anoica (cfr. nota 29) que devela la verdadera naturaleza no-dual, no-plural y no-conceptual de la realidad y que la obra literaria en cuestión representa con el Cielo. (Para una discusión del término «metaexistencial» cfr. los trabajos de mi autoría citados en la nota 1 a este artículo.)

Por otra parte, cabe señalar que, para la Real Academia de la Lengua, «delusión» es sinónimo de «ilusión». Sin embargo, en mi uso de los términos hay una diferencia entre los significados de ambos: «ilusión» indica, por ejemplo, la percepción de un pelo que cae por parte de alguien que sufre de catarata, el ver una concha como amarilla cuando se sufre de ictericia, el percibir lucecitas o bolitas al cerrar los ojos o al mirar al cielo, el ver algo bidimensional como tridimensional, etc. En cambio, «delusión» es creer que una ilusión —de cualquier tipo, indicado o no arriba— no es mera ilusión sino una realidad absolutamente verdadera (substancial y autoexistente como tal, etc.), o bien el tomar lo relativo como absoluto, lo interdependiente como independiente, lo que nosotros valorizamos como intrínsecamente valioso, etc.

¹⁴Pero ¿estará justificado el afirmar que nuestro proyecto científico-tecnológico ha producido resultados tan horribles? El conocido manifiesto *A Blueprint for Survival* (equipo editorial de la revista *The Ecologist*, 1971), apoyado en un documento por los científicos más notables del Reino Unido y por organizaciones tales como The Conservation Society, Friends of the Earth, The Henry Doubleday Research Association, The Soil Association y Survival International, afirma que:

«Un examen de la información relevante asequible nos ha hecho tomar conciencia de la extrema gravedad de la situación global en nuestros días. Pues, si permitimos que persistan las tendencias imperantes, la ruptura de la sociedad y la destrucción irreversible de los sistemas que sostienen la vida en este planeta, posiblemente hacia el final del siglo, sin duda dentro de la vida de nuestros hijos, serán inevitables.»

A su vez, Michel Bosquet advertía hace ya varias décadas que:

«La humanidad necesitó treinta siglos para tomar impulso; le quedan treinta años para frenar antes del abismo.» (Senent, Juan, Philippe Saint-Marc y otros, 1973)

por medios tecnológicos y de poner fin a la muerte, el dolor y todo lo que deseamos evitar. Intentando alcanzar el cielo por medio de la Babel tecnológica, hemos producido un infierno y llegado al borde de nuestra extinción. En efecto, sacrificamos a las generaciones futuras en su totalidad y a muchos miembros de las generaciones actuales a cambio de un aparente confort que sólo es asequible a unos pocos «privilegiados», pero que ni siquiera a ellos proporciona la felicidad. Como todos los otros miembros de la civilización tecnológica, quienes viven en la opulencia están siempre asediados por la insatisfacción, la ansiedad y la neurosis, y carecen de un sentido vital vivencial que justifique su existencia.

Todo parece sugerir, pues, que el tipo de percepción en la base del proyecto moderno está signada por un error o una delusión. Y como lo han señalado Gregory Bateson¹⁵ y Anthony Wilden, entre otros, el núcleo teórico de este error o delusión está constituido por:¹⁶

«...una creencia esencialmente religiosa en la (supuesta) existencia real de ficciones populares tales como el «ego autónomo», estructuras cerradas, individuos atomísticos y entidades aisladas...»

Una de las características más esenciales de nuestro error o delusión es la fragmentación de un mundo que en sí mismo —como lo sugiere con gran fuerza la física actual— constituye un continuo perfectamente indiviso.¹⁷ Esto puede ser ilustrado con la historia oriental según la cual un grupo de hombres en la oscuridad intentaba determinar la identidad de un elefante, al que no podían ver y, a ese fin, cada uno de ellos agarró una parte del paquidermo, llegando a una conclusión diferente sobre la identidad del mismo: el que tomó la trompa dijo que era una manguera; el que asió la oreja creyó que era un abanico; el que puso la mano sobre el lomo pensó que era un trono; el que abrazó una pata concluyó que era un pilar y, finalmente, el que agarró la cola la lanzó lejos de sí aterrorizado, pensando que era una serpiente.¹⁸

Arturo Eichler ha señalado que podría ser exagerado situar la destrucción total de los sistemas que sostienen la vida dentro de nuestro siglo, pero al mismo tiempo ha dicho que sólo una transformación total *inmediata* podría *quizás* hacer posible nuestra supervivencia más allá de la primera mitad del próximo siglo (comunicación personal).

Por su parte, Lester Brown, del Worldwatch Institute en Washington, D. C., afirmó en el Foro Global sobre el Medio Ambiente y el Desarrollo para la Supervivencia que tuvo lugar en Moscú del 15 al 19 de enero de 1990, que:

«Si no podemos invertir en el futuro próximo algunas de (las) tendencias (imperantes), corremos el riesgo muy real de que la degradación ambiental pueda producir ruina económica, como ya lo ha hecho en partes de Africa, y de que las dos puedan comenzar a alimentarse mutuamente, haciendo cualquier progreso futuro extremadamente difícil... ...para el año 2030, o bien habremos producido un sistema económico mundial ambientalmente sostenible, o habremos fracasado claramente y, mucho antes de eso, la degradación ambiental y la ruina económica, alimentándose mutuamente, habrán llevado a la desintegración social. Lo haremos para el 2030 o habremos fracasado claramente.» (Brown, Lester, 1990)

¹⁵Bateson, Gregory, 1979, española 1982, primera reimpresión 1990.

¹⁶Wilden, Anthony, 1972, 2a edición 1980.

¹⁷Cfr. el apéndice «La física refuta el error» al primero de los ensayos en Capriles, Elías, 1994.

¹⁸Esta historia aparece en un sutra budista. Luego, reaparece en los países islámicos, en textos de los poetas sufíes. Según el *Hadiqah* de Sana'i, los hombres eran ciegos, mientras que el *Masnavi* de Rumi los coloca en la oscuridad. Recientemente, ha sido utilizada por el lama tibetano Namkhai Norbu Rinpoché, en textos sobre la teoría de sistemas y también en obras anteriores del autor de este artículo.

El error en cuestión es la *avidya* o des-Sabiduría, que una versión mahayana, vajrayana y atiyana¹⁹ de la enseñanza budista de las «cuatro nobles verdades» identifica como la segunda noble verdad. Para dicha versión, las cuatro verdades serían:²⁰ (1) La vida normal es *duhkha*: falta de plenitud, insatisfacción, frustración y recurrente dolor y sufrimiento. (2) Hay una causa del *duhkha*, que es la *avidya* o ausencia de Sabiduría holista no-conceptual: el error o delusión esencial al que me he estado refiriendo. (3) Hay una superación del *duhkha*, que es lo que el budismo llama «Iluminación» (y que aquí designaré como Suprema Cordura) y que radica en la develación no-conceptual de lo *dado* más allá de toda ilusoria fragmentación y en la manifestación de la sabiduría conceptual sistémica que emana de esta develación. (4) Hay un sendero por el cual podemos desplazarnos desde el estado de *duhkha* y *avidya* hasta el estado de plenitud, Sabiduría y Suprema Cordura que los budistas llaman «Iluminación».

Los mecanismos de ocultación que Sartre explicó como «mala fe» o autoengaño por la conciencia y que Freud interpretó como «represión» u ocultación por el «subconsciente», los cuales dependen de nuestra visión fragmentaria y se encuentran en la base de mecanismos tales como el «matiz hedónico», etc., nos impiden descubrir que nuestra condición habitual es carencia de plenitud e insatisfacción que no pueden ser superadas en tanto que ella persista, y darnos cuenta de que ella produce repetida frustración, reiterado dolor y recurrente sufrimiento. Por ello, a fin de superar el error y el *duhkha* que le es inherente, debemos antes que nada darnos cuenta de que éste signa la totalidad de nuestra experiencia. Shantideva comparó el *duhkha* con un pelo, el individuo normal con la palma de una mano y el *bodhisattva* o individuo encaminado hacia la Suprema Cordura con el globo del ojo, diciendo que en la palma de la mano el cabello del *duhkha*, que pasa desapercibido, puede permanecer indefinidamente, pero en el globo del ojo, en donde su presencia se vuelve evidente e insoportable, tiene que ser extraído de inmediato.

El error llamado *avidya* nos hace peores que los hombres con el elefante de la fábula oriental, pues nuestra sensación de ser entes intrínsecamente separados e independientes del resto de la naturaleza y en general nuestra percepción fragmentaria del universo como un conjunto de entes intrínsecamente separados, autoexistentes e inconexos, nos lleva a desarrollar el proyecto tecnológico destinado a destruir las partes del mundo que nos molestan y a apropiarnos las que nos agradan —y, así, a destruir el sistema único del que somos parte y del que dependemos para nuestra supervivencia—. Incapaces de captar la unidad de la moneda de la vida, desarrollamos poderosos corrosivos para destruir el lado que consideramos indeseable —muerte, enfermedad, dolor, molestias, etc.— y conservar el lado que consideramos deseable —vida, salud, placer, confort, etc.—. Poniendo estos corrosivos sobre el lado de la moneda que queremos destruir, abrimos un hueco a través de la numisma y, en consecuencia, destruimos también el otro lado.

¹⁹Hay distintas maneras de clasificar los «vehículos» o niveles de enseñanza y práctica budista. Los tibetanos los clasifican en nueve o en siete vehículos, que resumen en tres, los cuales en la versión más generalizada son hinayana, mahayana y vajrayana, y en otra versión más esotérica son sutrayana (que incluye el hinayana y el mahayana), vajrayana y atiyana.

²⁰La segunda noble verdad, sobre todo, es explicada de distintas maneras. La que he empleado aquí es la que considero más esencial, pues *avidya* es la causa profunda de *trshna*, el intento de aferrar que para el hinayana constituye la segunda noble verdad. Por qué la *avidya* es causa de *trshna* fue explicado en Capriles, Elías, 1994 (tercer ensayo el libro).

A fin de ilustrar el estado de conciencia fragmentaria y restringida o de «pequeño espacio-tiempo-conocimiento»²¹ inherente a la *avidya* o al error, el Buda Shakyamuni utilizó también el ejemplo de una rana que, habiendo estado confinada toda su vida al fondo de un aljibe, pensaba que el cielo era un pequeño círculo azul. Como señala Gregory Bateson, cuando este tipo de conciencia capta un arco, no se da cuenta de que el mismo es parte de un circuito: el árbol individual que se encuentra frente a nosotros no nos permite ver el bosque. En consecuencia, cuando un arco nos molesta, dirigimos en su contra nuestras poderosas armas tecnológicas, destruyendo el circuito del que el arco es parte: prendiendo fuego al árbol frente a nosotros, incendiamos el bosque en el que nos encontramos, ocasionando nuestra propia destrucción.

Para que el concepto de error o delusión quede suficientemente claro, debemos definir el término «valorización delusoria» (o sobrevaluación conceptual).²² Este indica el proceso mediante el cual una función vibratoria que parece emanar de —o estar concentrada en— el centro del pecho a la altura del corazón, *carga* las ideas de *valor*, de manera tal que, o bien las confundimos con el territorio que describen y las tomamos por entes-en-sí (como sucede, por ejemplo, en la percepción), o bien las tomamos por la verdad absoluta —o por algo absolutamente falso— acerca de lo que interpretan.²³ Es cuando la valorización delusoria (o sobrevaluación) se hace más pronunciada y la sensación en el centro del pecho asociada a la función vibratoria en la raíz de la valorización delusoria (o sobrevaluación) se hace más perceptible, que se dice que uno está siendo afectado por una *pasión*.

²¹Cfr. Tarthang Tulku, 1977. El estado de pequeño espacio-tiempo-conocimiento, asociado a un bajo volumen bioenergético (kundalini o *thig-le*), es un estado de restricción del foco de conciencia, de modo que éste abarca sólo un fragmento a la vez del continuo de lo dado y tiene límites bastante impermeables. Este estado es la condición del funcionamiento del error que constituye la segunda noble verdad, pues sin él no serían posibles la percepción fragmentaria, la ilusión de separatividad y la ocultación que Sartre llamó mala fe y que Freud designó como represión. No obstante, para superar el error no basta con ampliar el espacio-tiempo-conocimiento: dicha ampliación sólo producirá experiencias ilusorias del tipo que los budistas designan con el término tibetano ñam (*nyams*), el vocablo chino *mo-ching* y la palabra japonesa *makyo*, y que los sufíes designan con el término árabe jal (*hal*) —las cuales deberán ser reconocidas y liberadas a fin de superar el error—.

El volumen bioenergético cambia interdependientemente con la bioquímica cerebral y puede ser modificado por prácticas tales como el kundalini yoga, el yantra yoga y las prácticas de *rtsa/rlung/thig-le*. Por las razones ya consideradas, este cambio no es suficiente para la superación del error y, en el individuo que no está preparado, puede más bien producir estados de locura.

Esto se debe al hecho de que la ampliación y permeabilización de la conciencia puede permitir la captación de contenidos ego-asintónicos (incompatibles con la propia autoimagen) y así amenazar el funcionamiento egoico y el sentido de identidad de la persona. Del mismo modo, puede hacer que se vivencie en su desnudez el dolor inherente a la sobrevaluación, activando circuitos autocatalíticos (de realimentación positiva, o sea, que aumentan a partir de su propia realimentación) de dolor y angustia, y así sucesivamente.

En consecuencia, la juventud que aspire a transformar la conciencia y la sociedad deberá evitar el hedonismo psicodélico que caracterizó a los hippies en los años sesenta y que produjo, de manera inmediata, psicosis y suicidios, y de manera mediata, una reacción dialéctica conservadora y represiva que se manifestó en el auge de grupos espirituales basados en el dominio y el engaño, en la popularización de drogas ilegales no psicodélicas que estimulan el ego y en una reacción política hacia la derecha.

²²Aquí y en todo el artículo el término «conceptual» debe ser entendido como se explicó en la nota 8: como incluyendo (a) los pensamientos burdos o discursivos, (b) los sutiles o intuitivos y (c) los supersutiles.

²³Para una consideración más detallada del concepto de «sobrevaluación», remito al lector a mi ensayo *Teoría del valor: crónica de una caída*, en Capriles, Elías, 1994.

La Suprema Cordura como ausencia de error o delusión

Las experiencias de cualquiera de los niveles o reinos de Grof y de Wilber son error en tanto que son valorizadas delusoriamente (o conceptualmente sobrevaluadas). Un famoso libro de psicología transpersonal se titula *Más allá del ego*, pero los ensayos que contiene se limitan en su mayoría a proponer una ampliación de la conciencia que dé acceso al reino transpersonal y las experiencias de unidad cósmica (y así sucesivamente) que lo caracterizan. Ahora bien, si el individuo se identifica, no con el ente limitado que es designado por su nombre, sino con algo mucho más amplio —el universo entero, el continuo libre de divisiones sugerido por la nueva física, Dios, la naturaleza búdica, etc.— lo que habrá hecho será *ampliar su ego*, haciendo que su identificación delusoria con un concepto o serie de conceptos produzca resultados más agradables y, por lo tanto, sea más difícil de reconocer como tal y en consecuencia de superar.

En términos budistas, cuando, sin superar la valorización delusoria (o sobrevaluación conceptual) en la raíz del error humano básico o *avidya*, el individuo amplía el campo de su conciencia, entrando a los reinos transpersonales y ampliando así su propio ego, lo que aquél ha logrado no es la superación del error en el estado de Suprema Cordura que los budistas llaman «Iluminación», sino el acceso a los «reinos superiores» de la existencia cíclica o *samsara* cuyo núcleo es el error llamado *avidya*. Para el budismo, la mayor parte de nuestra experiencia cotidiana pertenece al *kama loka*, *kamadhatu* o «reino de la sensualidad», mientras que las experiencias sensuales más agradables constituyen el «reino de los dioses de la sensualidad». Ciertas experiencias de apreciación estética pueden darnos acceso al *rupa loka*, *rupadhatu* o «reino de la forma». Estos dos reinos tienen en común la habitual distinción entre figura y fondo que resulta de la limitación de la atención a un segmento del campo sensorio (que es percibido como figura), mientras que el resto del campo es sumido en una especie de «penumbra de la atención» (y constituye el fondo); cuando nuestra atención se hace panorámica, de modo que parece haber superado la distinción habitual en cuestión, dándonos acceso a reinos transpersonales, y además el cognoscente se identifica con la pseudototalidad conocida, se dice que hemos accedido al *arupa loka*, *arupadhatu* o «reino sin forma».²⁴ Ahora bien, en vez de superar el error y el *samsara*, quien asciende hasta los reinos sin forma hace que el error y el *samsara* se vuelvan, de manera sostenida, sumamente agradables, lo cual hace sumamente difícil superarlos.

El ascenso de un individuo a los «reinos superiores» gracias a la aplicación de métodos espirituales o de otras actividades o circunstancias, ha sido comparado con el de una flecha disparada hacia arriba. Puesto que la flecha sube por impulso de la energía limitada de la acción y la fuerza de gravedad la atrae hacia abajo, tarde o temprano tendrá que caer. Yung-chia Hsüan-chüeh escribe:²⁵

«Cuando la fuerza que impulsa la flecha se haya agotado

²⁴En el budismo se ha discutido mucho si los *arupa loka* representan o no una superación de la distinción figura/fondo (por ejemplo, los *mahasanghika* afirmaban que lo *arupa* comprendía *rupa* o figura en un sentido sutil). Como señala Tarthang Tulku en *op. cit.*, en los *arupa loka* se ha ampliado el espacio/tiempo/conocimiento pero de manera limitada y todavía no se ha alcanzado la condición de Gran Espacio-Tiempo-Conocimiento.

²⁵Este fue uno de los cinco herederos espirituales de Hui-neng Wei-lang (sexto patriarca del ch'an o zen en China). Cfr. Yoka Daishi (Yung-chia Hsüan-chüeh)/Taisen Deshimaru, español 1981.

ésta volverá a caer al suelo
y su ascenso sólo habrá creado karma adverso
para tiempos venideros.»

En el Tibet, el individuo que, por medio de la aplicación de técnicas espirituales, ascendía a los «reinos superiores» —y, en particular, a los reinos sin forma—, era comparado con un ave que emprendía el vuelo y que tarde o temprano tendría que descender. Hoy en día podemos remplazar el pájaro por un aeroplano y comparar el hacerse ser-para-otros y el hacerse un ego con la sombra del aeroplano. El avión se remonta y se mantiene en el aire gracias al combustible que alimenta sus motores (las acciones o prácticas en la base de los hábitos saludables relevantes) y a las circunstancias contributivas que le permiten mantenerse en el aire (condiciones tales como un medio ambiente especialmente calmo, la admiración de discípulos, la amplitud de la fama personal, la ausencia de confrontación con opiniones adversas, etc., y que pueden incluir también objetos o sustancias). A medida que el avión asciende, su sombra se va ampliando y haciendo menos precisa, hasta que, habiendo alcanzado una altitud dada, la misma parece haber desaparecido. Esto es similar a lo que sucede con el practicante que asciende hacia la cúspide de la existencia condicionada, cuyo sentido-de-sí se expande hasta abarcar todo el cosmos y, finalmente, da lugar a la ilusión de «ser alguien que ha trascendido toda noción-de-sí». La sombra del aeroplano (el sentido-de-sí del individuo), sin embargo, no ha desaparecido; ya que el aparato no podrá seguir volando indefinidamente —pues la cantidad de combustible es limitada y las condiciones contributivas favorables en algún momento serán sustituidas por otras desfavorables—, tarde o temprano el mismo tendrá que descender y volver a encontrar su sombra. Puesto que el individuo que «desciende» de las alturas está acostumbrado a la amplitud de los cielos (que en este caso representan la panoramificación de la conciencia), lo más probable es que cuando el mismo encuentre su «sombra» —que jamás había desaparecido, aunque hubiese permanecido invisible por algún tiempo— y se sienta de nuevo confinado a los estrechos límites de ésta, experimente una terrible sensación de claustrofobia que lo lleve a rechazar su experiencia. Y, puesto que el rechazo de la experiencia transformará en dolor las sensaciones que se encuentren manifiestas, y dado que en las condiciones en que se encuentra el individuo su volumen bioenergético²⁶ puede ser bastante alto, todo lo anterior podría hacerlo vivenciar experiencias infernales.

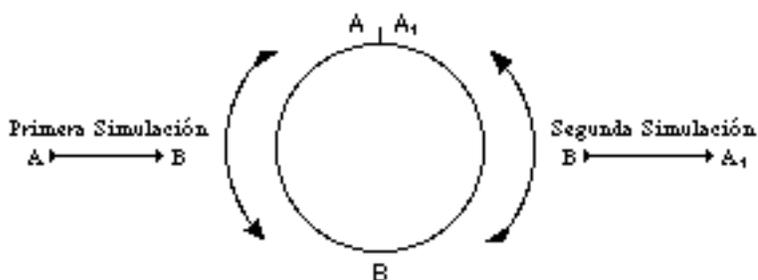
El combustible que sostiene el *high* espiritual es la acción (sánscrito: *karma*) repetida que establece hábitos o actitudes saludables. Los budistas lo designan con la palabra sánscrita *hetu*, que significa «causa principal», y lo comparan con la semilla que permite que se produzca una planta. A su vez, las condiciones contributivas —que incluyen la acción de objetos o sustancias, el medio ambiente, etc.— se comparan con la luz, la humedad, la tierra, el calor, etc. Cuando el combustible de la acción que ha generado hábitos se agote o las condiciones contributivas cambien —en términos del símil, cuando se acabe el combustible del avión o cuando las condiciones atmosféricas o mecánicas hagan imposible la continuación de su vuelo— el individuo tendrá que volver a enfrentar su «sombra». Considérese el diagrama de la espiral de simulaciones de Laing:²⁷

«La elusión es una relación en la cual uno simula estar fuera de su «sí-mismo» original; entonces, simula estar de regreso desde esta simulación, con el objeto de que parezca que uno ha regresado al punto de partida. Una doble simulación simula la no-simulación. El único modo de descubrir el propio estado original

²⁶El volumen bioenergético es lo que los hindúes denominan *kundalini* y que constituye uno de los dos sentidos principales de la palabra tibetana *tiglé* (*thig-le*). Su aumento va asociado a modificaciones de la bioquímica cerebral. Para mayores detalles, cfr. la nota 21.

²⁷Laing, Ronald D., 1961/1969.

es deshacer la primera simulación, pero una vez que uno añade a ésta una segunda simulación, hasta donde puedo ver, no hay fin para la serie de posibles simulaciones. Soy. Simulo no ser. Simulo que soy. Simulo que no estoy simulando estar simulando...



«Las posiciones A y A₁ en el perímetro del círculo están separadas por una barrera impermeable que es más delgada y transparente de lo que uno puede imaginar. Comience en A y muévase hacia B. En vez de regresar en la dirección de las agujas del reloj a A, continúe en la dirección contraria hacia el punto A₁. A y A₁ están «tan cerca y no obstante tan lejos». Están tan cerca que uno dice «¿no es A₁ tan bueno como A, si es indistinguible de A?»»

Si lo que uno valora es el estado que Laing representó con el punto A, creará que ha llegado a A, pues no podrá aceptar que lo que ha alcanzado no sea más que su imitación.

El punto A corresponde a nuestra verdadera naturaleza, que no es personal sino universal y que, por no ser pensable o conceptuable, los budistas del mahayana llaman *achintya* o «lo impensable». Chuang-tse comparó su vivencia con la del bebé que...

«...mira todas las cosas durante todo el día sin pestañear; ello es posible porque sus ojos no están enfocados en ningún objeto particular. El va sin saber que va y se para sin saber lo que está haciendo. No tiene idea de separación con respecto a su medio ambiente y se mueve con él. Estos son los principios de la salud mental.»

El punto B es nuestra condición habitual signada por el error, en la cual valorizamos delusoriamente (o sobrevaluamos conceptualmente) la idea de que somos el ente finito y limitado que es indicado por nuestro nombre, que creemos distinto y separado del resto de lo representado por el punto A del diagrama.

Finalmente, el punto A₁ constituye la falsa impresión de haber recuperado la vivencia de la condición representada por A: los reinos sin forma que, según el budismo, constituyen la cúspide del *samsara*, o, lo que es lo mismo, de la experiencia signada por el error llamado *avidya*.

Puesto que, una vez que ha llegado a B, el individuo se siente separado de la plenitud del universo, éste experimenta una poderosa sensación de «ausencia de plenitud» que intenta colmar por todos los medios. Ahora bien, en tanto que ha sido condicionado para aferrarse a su identidad separada, en sus intentos por recuperar la totalidad y la plenitud se esforzará por mantenerse como individuo. Y, en consecuencia, en vez de retornar a A preferirá avanzar a A₁, identificándose con una espuria totalidad conceptual que es hecha posible por una limitada panoramificación del foco de atención consciente.

En cambio —como lo sugirió Norman O. Brown— el «regresar a A» después de haber llegado a ser adultos condicionados puede ser comparado con el regresar al «sentimiento oceánico» que, según Freud, caracterizaba al infante, pero conservando todas las capacidades del adulto que ha completado el proceso de

aprendizaje —y desarrollándolas aún más, pues el individuo se ha liberado de la autointerferencia que emana de la autoconciencia sobrevaluada—. ²⁸

El acceder a los reinos transpersonales y al «nivel mental» no puede, pues, constituir la verdadera y absoluta cordura; si nos aferramos a una condición que parece ilimitada y que parece abarcar el universo entero, será porque no podemos evitar la valorización delusoria (o sobrevaluación conceptual) de nuestra experiencia; puesto que en la mayoría de los estados de los reinos no-transpersonales ésta resulta en mayor o menor medida dolorosa, tratamos de evitar este dolor aferrándonos a los reinos transpersonales. Nada de esto sucedería si superásemos la valorización delusoria (o sobrevaluación conceptual), pues sin ella ninguno de los posibles reinos de experiencia sería sufriente, ni habría idea alguna de un «yo» que deba evitar el sufrimiento.

En coincidencia con varias filosofías místicas orientales, Alfred Korzybsky sugirió que cuando creemos que nuestros mapas conceptuales son el territorio de lo dado, o cuando los tomamos como representaciones absolutamente verdaderas o absolutamente falsas de éste, nos encontramos en un error o bajo una delusión. La verdadera cordura consiste en la autoliberación de la confusión de los mapas con el territorio y de la valorización delusoria (o sobrevaluación) de los mapas conceptuales en general —y, por consiguiente, en la autoliberación de las experiencias de todos los reinos—. No importa en qué reino de experiencia nos encontremos, no debemos dejarnos llevar por ninguna idea sobrevaluada: ni por los pensamientos discursivos cuya cadena nos atrapa en un círculo de confusión, pasión y error, ni por las ideas de tipo intuitivo que intervienen en la percepción sensorial. Al descubrir que ha sido engañado por una idea, el practicante de sistemas tales como el dzogchén (*rdzogs-chen*) mira la idea que esté presente en el momento a fin de descubrir su naturaleza esencial, con lo cual crea las condiciones para la autoliberación de ésta en la manifestación de la «gnosis anoica»²⁹ que devela la impensable naturaleza de los pensamientos y de toda la realidad, haciendo que el error desaparezca en la vivencia de lo absolutamente verdadero —el estado representado por A—, lo cual puede ser comparado con el despertar de un sueño a la «vida real» o con la caída de un velo.

Podemos sobrevaluar un pensamiento acerca de nuestras posibilidades para el futuro o cualquier otra cosa práctica, un razonamiento acerca de la naturaleza última de la realidad, la captación de un grupo de personas que pasan, la percepción de dioses o demonios, o la experiencia de un estado de mayor espacio-tiempo-conocimiento en términos de conceptos tales como «el ser», «lo Uno», «Dios», «la naturaleza búdica» y así sucesivamente.³⁰ No importa cuál sea la experiencia teñida conceptualmente que él enfrenta, reconociendo que se trata de una interpretación en términos de ideas, el individuo

²⁸Esta autointerferencia es ilustrada por el poemita inglés: «Muy feliz era el ciempiés, hasta que el sapo una vez, le dijo: «¿qué orden al andar siguen tus remos?», lo cual forzó su mente a tal extremo, que, enloquecido, a una zanja fue a caer, mientras pensaba cómo hacer para correr.»

²⁹Esta gnosis mística es una «gnosis anoica»: (1) la denomino «gnosis» porque se trata de una función de nuestra capacidad cognoscitiva y porque ciertas corrientes gnósticas llamaban «gnosis» a la revelación de lo absoluto; (2) agrego el adjetivo «anoica» porque en dicha gnosis no interviene la mente (*noia*) entendida como dualidad noético-noemática —o sea, como dualidad entre el sujeto mental y el objeto mental— y como valorización delusoria o entendimiento conceptual sobrevaluado.

³⁰Cuando un aumento del «volumen bioenergético» (*kundalini* o *thig-le*) produce una ampliación del foco de la conciencia, pueden surgir estados de mayor espacio-tiempo-conocimiento. Entonces el impulso habitual a conceptualizar la experiencia y vivenciarla en términos del concepto que le fue aplicado nos puede hacer entender los estados en cuestión en términos de conceptos tales como «el ser», «lo Uno», «Dios», «la naturaleza búdica» y así sucesivamente.

mira a la cara la idea que está presente en el momento y, en vez de hipnotizarse con su contenido, ve *lo que ella (es)* —creando las condiciones para que la percepción se autolibere y la dualidad sujeto-objeto desaparezca por sí sola junto con la actividad vibratoria que produce la valorización delusoria (o sobrevaluación) y el error—. ³¹ Es entonces que se devela, más allá de la relatividad del sujeto y el objeto, y de las ideas que se definen por sus contrarios, la condición absoluta representada por A.

Quienes se apegan al nivel transpersonal carecen de una práctica como ésta y, en consecuencia, pueden quedar atrapados también en los otros niveles, y en particular en estados de extremado sufrimiento. En cambio, quienes se liberan de toda valorización delusoria (o sobrevaluación conceptual) no pueden volver a caer en una condición de sufrimiento; puesto que ya no se sienten separados de la plenitud constituida por el «cuerpo» del universo en su totalidad —e incluso cuando funcionan en reinos no transpersonales de experiencia reconocen el carácter ilusorio de su separatividad— vivencian una plenitud absoluta libre de toda carencia y cuidan del resto del universo como de su propio cuerpo; dado que no se experimentan como egos separados, carecen de egoísmo y de todos los males que se derivan de éste.

Ahora podemos explicar el título de este artículo. La enseñanza dzogchén designa como «mente» el funcionamiento de nuestro psiquismo en términos de la valorización delusoria de ideas y conceptos y, en particular, de estructuras tales como la dicotomía noético-noemática (sujeto-objeto), y contrasta este funcionamiento con la gnosis anoica que constituye la Suprema Cordura. ³² La psicología metatranspersonal es, pues, la que nos conduce más allá de la mente, permitiendo que se establezca firmemente la gnosis anoica.

El término «metatranspersonal» es al vocablo «transpersonal» lo que el adjetivo «metachamánico» (que acuñé en un trabajo anterior) es a la palabra «chamánico». Como se verá a continuación, lo metachamánico es aquello que emplea elementos aparentemente chamánicos para fines que van mucho más allá de los del chamanismo como tal. Del mismo modo, la psicología metatranspersonal es la que reconoce la necesidad de ganar acceso a los reinos transpersonales pero no considera que éste sea su objetivo final; para ella, la finalidad de la terapia consiste en la capacidad de transitar por todos los reinos de experiencia sin apegarse a ninguno y logrando la autoliberación de las vivencias de todos ellos.

Ahora bien, en el caso de Grof, en particular, hay una relación muy estrecha entre lo transpersonal y lo chamánico (y por lo tanto, con respecto a la psicología de éste, mi propuesta metatranspersonal está íntimamente ligada a mi anterior propuesta metachamánica). En efecto, Grof «mete en el mismo saco» de lo transpersonal (y por ende

³¹Para que esto funcione, el practicante deberá haber obtenido lo que se conoce como «introducción directa» (que en términos del *zen* corresponde a un primer *satori*). Por otra parte, lo que describí corresponde tan solo al nivel «inferior» de autoliberación y no es ni con mucho suficiente para emprender la práctica. Para emprenderla, es indispensable acudir a un maestro que haya recibido el linaje de una auténtica tradición de sabiduría. Además, se puede consultar mi libro al respecto (Capriles, Elías, 1990).

³²«Mente» es «sem» (*sems*) en tibetano y «chit» (*chitta*) en sánscrito. Cabe señalar que este uso del término «mente» para indicar el núcleo del error llamado *avidya* y del *samsara* que de él se sigue no es exclusivo de la enseñanza dzogchén; el *Bodhicharyavatara* de Shantideva, uno de los más importantes textos de la filosofía *madhyamaka* dentro del budismo mahayana, nos dice (IX--2):

«Se está de acuerdo en que existen dos verdades: la convencional y la absoluta. Lo (absolutamente) verdadero se encuentra más allá del ámbito de la mente; ésta (y su ámbito) son lo que se conoce como «lo convencional».»

considera como saludables, valiosas y terapéuticas), por una parte, las experiencias de carácter chamánico (experiencias de demonios y otros seres y reinos sobrenaturales, vivencias de «reencarnaciones anteriores», identificación con animales, plantas y minerales, etc.) y las vivencias conceptualmente condicionadas de unidad con el cosmos y/o de conciencia panorámica, y, por la otra, las vivencias de superación de toda valorización delusoria (o sobrevaluación conceptual) que constituyen la Suprema Cordura.

Aunque las culturas chamánicas tenían una visión pancomunicativa que hacía que los individuos humanos se relacionaran comunicativamente con los fenómenos naturales y que, en consecuencia, conservaba el orden ecológico necesario para la vida, el chamanismo también tiene graves defectos. Michel J. Harner ha señalado que el chamán sudamericano piensa que la «realidad» a la que gana acceso por medios chamánicos —que es distinta de la cotidiana y que en nuestra cultura sería considerada como «sobrenatural»— es la «verdadera realidad», y que su visión cotidiana y la de los otros individuos de la sociedad constituye una «falsa realidad».³³ La información sobre culturas chamánicas de otras regiones sugiere que lo que dice Harner puede aplicarse al chamanismo en general: aunque algunas tribus y culturas puedan atribuir una mayor o menor realidad a la visión cotidiana del individuo normal, todas atribuirán un alto grado de realidad —y por lo general mayor que el de la «realidad cotidiana»— a las experiencias chamánicas «sobrenaturales», que también son sostenidas por la valorización delusoria (o sobrevaluación conceptual). Es posible que la mayor amplitud del foco de la conciencia y la mayor intensidad de la experiencia asociadas al mayor volumen bioenergético (*kundalini* o *thig-le*) que se encuentra en la raíz de dichas experiencias, sean lo que hace que éstas parezcan más verdaderas a los chamanes que las que se producen en su vida cotidiana.

En el Tíbet y su zona de influencia cultural, la cultura popular ha conservado importantes elementos chamánicos,³⁴ que los representantes de los dos sistemas religiosos más importantes nunca intentaron desalentar. Tanto los lamas bönpo como los budistas se referían a los espíritus y demonios locales como entes con existencia propia capaces de provocar enormes males y, en general, alentaban la creencia en entidades sobrenaturales que podían perjudicar o beneficiar a los seres humanos. La razón para esto era que, en tanto que las propensiones para experimentar la realidad «sobrenatural» y convertirse en sus víctimas potenciales todavía estén presentes, no se ganará mucho con simplemente decirse a uno mismo que ésta no existe. En consecuencia, a los más valientes e inteligentes entre los alumnos que deseaban liberarse del error y la delusión, los lamas de ambos sistemas enseñaban prácticas, consideradas sumamente peligrosas, que les permitían vivenciar la realidad «sobrenatural» con sus dioses y demonios y, eventualmente, reconocer que ésta era ilusoria y así liberarse de su influencia y poder. La repetición de la práctica permitía la progresiva neutralización de la tendencia a vivenciar la «realidad sobrenatural» a la que se accedía por medios chamánicos o yóguicos como algo autoexistente, independiente de los procesos mentales del practicante y absolutamente verdadero. Y, aprendiendo a no tomar en

³³Harner, Michael J., español, 1973.

³⁴Decir que la cultura popular «ha conservado» elementos chamánicos parece implicar que el enfoque liberador y metachamánico de los sistemas espirituales tibetanos es un desarrollo logrado a partir del chamanismo. Esto es contrario a lo que se propuso en Shah, Idries, 1964, español 1975: para Shah, el chamanismo es una degeneración del enfoque liberador que he designado como «metachamánico». La tesis de Shah encaja perfectamente dentro del enfoque indogrecorromano que postula procesos de temporalidad llamados evo o eón (en sánscrito, *kalpa*) y que divide estos procesos en eras de creciente degeneración.

serio visiones y experiencias que parecían tan reales, el practicante también lograba liberarse de la sensación de que sus experiencias cotidianas de tipo no-chamánico eran algo autoexistente, independiente de sus propios procesos mentales y absolutamente verdadero. En otras palabras, liberándose de la valorización delusoria (o sobrevaluación conceptual) durante las experiencias de tipo chamánico, lograban liberarse de ésta —y por ende del error en general— también en su vida cotidiana.

El dzogchén y algunos otros sistemas espirituales tibetanos consideran que, tanto nuestra experiencia de la realidad cotidiana, como la vivencia de la realidad «sobrenatural» a la que acceden los yoguis, son delusorias. Esto no significa que consideren a ambas realidades como meras alucinaciones; ellos reconocen la existencia de algo *dado* que, al ser procesado e interpretado por nuestros procesos mentales, es vivenciado como el mundo en que vivimos, con todos sus entes.³⁵ La «delusión» surge cuando no reconocemos que los entes no existen de manera intrínseca y absoluta, y no podemos ver que dependen de otros entes y de nuestros procesos mentales para existir *de la manera en que existen para nosotros*. Así, pues, la delusión es, para los tibetanos, una confusión acerca del modo de existencia de los entes (incluyendo a los sujetos humanos): cuando creemos que nuestros objetos y nosotros mismos existimos intrínseca y sustancialmente (en el sentido de ser autoexistentes y no necesitar de la mente y/o de otros objetos o sujetos para existir), que lo relativo es absoluto, estamos en un error y somos víctimas de una delusión. Ese error o delusión es el resultado de la valorización delusoria (o sobrevaluación conceptual).

La delusión engendra una serie de respuestas emotivas que producen sufrimiento, insatisfacción y frustración recurrentes. Si creemos en la existencia intrínseca de la «realidad sobrenatural», podemos ser víctimas de demonios y espíritus, como lo han sido tantos tibetanos y miembros de culturas tribales; si creemos en la existencia intrínseca de los entes, creencias y valores de la realidad cotidiana, lucharemos por mantener nuestras identidades, posesiones, etc., y con ello crearemos: (1) constante incomodidad, insatisfacción y frustración personal; (2) contradicciones y conflictos sociales, y (3) en última instancia, una crisis ecológica como la actual.

Para concluir esta sección, cabe señalar que, cuando el individuo que se ha liberado del error enfrenta lo que otros experimentan como una contradicción y que produce en ellos respuestas emocionales, no lo valoriza delusoriamente (o sobrevalúa) y, por ende, no lo percibe como una contradicción. El método que los japoneses llaman *koan* (en chino, *kung-an*), utilizado en el budismo zen (en chino, *ch'an*), consiste en confrontar al alumno con lo que éste percibe como una contradicción irresoluble y exigirle que la resuelva. En tanto que esté en el error, el alumno se esforzará día y noche por resolver el *koan*. Ahora bien, tarde o temprano, su intento de entender en términos de ideas sobrevaluadas se desplomará y el alumno ya no percibirá una contradicción en lo que intentaba resolver. Entonces, aunque sea por corto tiempo, éste se encontrará en un estado de libertad ilimitada, más allá del yugo de la concepción sobrevaluada y, por ende, de todo límite. Del mismo modo, lo que Gregory Bateson llamó «doble constreñimiento patógeno» (*pathogenic double bind*)³⁶

³⁵Y aunque quizás aceptarían una explicación sincrónica jungiana de las experiencias de dioses y demonios, etc., correspondientes a los reinos chamánicos de experiencia, prefieren una explicación basada en la inexistencia de la separación entre algo interior y algo exterior al individuo.

³⁶Este término ha sido traducido muchas veces como «doble vínculo», lo cual constituye un grave error. Siguiendo su traducción al francés como *double-contrainte*, yo lo traduzco como «doble constreñimiento».

producirá un efecto terrible en el niño que tenga las propensiones para ello, pero no producirá el mismo efecto en un adulto normal y no producirá absolutamente ningún efecto en quien se haya liberado del error y la valorización delusoria (o sobrevaluación).

El mandala, el sendero descendente y la serie de metanoias

C. G. Jung se dio cuenta de que los mandalas que, en sueños o alucinaciones, se les manifestaban espontáneamente a algunos «pacientes» neuróticos, eran mapas que mostraban el camino a la cordura —la cual, en su forma suprema, no es reductible a la mera superación de las neurosis (que Jung entendió correctamente como procesos espontáneos potencialmente curativos), pues consiste en la superación del error humano básico—. Jung señaló que el centro del mandala representa la esencial no-dualidad y no-pluralidad, tanto del universo «físico» como de la conciencia, mientras que la periferia representa el mundo de la dualidad y la pluralidad —el cual, en tanto que estas dos características sean tomadas como absolutas, autoexistentes y dadas, es un mundo de engaño y error—.

A pesar de que Jung escribió «comentarios psicológicos» para las traducciones de dos importantes textos de la enseñanza dzogchén,³⁷ el famoso estudioso del psiquismo humano no logró apreciar varios de los múltiples niveles de significado del mandala, sobre todo dentro de la enseñanza en cuestión. Consideremos las tres regiones de un mandala:

(1) La periferia representa el estado normal, en el cual estamos totalmente inmersos en el error y completamente engañados: puesto que estamos confundidos y al mismo tiempo confundidos acerca del hecho de que estamos confundidos, consideramos que nuestros juicios y percepciones son esencialmente correctos. (2) Los cuatro fieros guardianes (*dharmapala*) o las cuatro *dakini* airadas en la zona intermedia, que custodian las puertas al centro, representan la dinámica de la transición entre la periferia y el centro. (3) La figura central en unión erótica masculino-femenina es el Adi-Buda o Buda Primordial, que representa la gnosis anoica en su no-dualidad, su no-pluralidad, su desnuda no-conceptualidad y su ausencia de error y de engaño.

Consideremos estas tres «zonas» del mandala en tanto que etapas en la vía a la Suprema Cordura. (1) En la periferia, el error o contradicción básica está activo pero no ha sido descubierto como tal. (2) En la zona intermedia, representada por los guardianes

Para una explicación del mecanismo en cuestión cfr. Bateson, Gregory, recopilación 1972 (y, en particular, «Toward a Theory of Schizophrenia», «The Group Dynamics of Schizophrenia», «Minimal Requirements for a Theory of Schizophrenia» y «Double Bind, 1969»). En otro de mis trabajos (Capriles, Elías, 1986), me he ocupado del concepto de «doble constreñimiento», distinguiendo entre doble constreñimiento «patógeno», doble constreñimiento «terapéutico» y doble constreñimiento «normalizador». Este último tipo, que no fue considerado como doble constreñimiento por Bateson *et al.*, es el que constriñe a la víctima a asimilar una contradicción, ignorando, mediante una operación de mala fe sartreana, que ha asimilado contradicción alguna y por ende sin que ello produzca ningún conflicto; en otras palabras, es el que la constriñe a «normalizarse» adaptándose a una sociedad hipócrita y autocontradictoria.

Cabe señalar que la «evidencia» reciente que supuestamente habría sustentado las teorías genéticas y orgánicas de lo que se conoce como «esquizofrenia», no podría socavar la hipótesis *double-bind*, pues Bateson no concibió su teoría como mutuamente excluyente con aquéllas. Por el contrario, de antemano explicó cómo, de haber una base genética para la supuesta entidad nosológica así designada (y lo mismo podría aplicarse a una base orgánica), su existencia sería compatible con su propia teoría. En cambio, Laing sí descartó explícita y radicalmente las teorías genéticas y orgánicas.

³⁷Me refiero a Evans-Wentz, W. Y., compilador y Kazi Dawa Samdup, traductor, 1927, y Evans-Wentz, W. Y., compilador y Kazi Dawa Samdup, traductor, 1977.

airados, el error o contradicción básica ha sido descubierto como tal y se ha transformado en el más extremo conflicto. (3) En el centro, el error o contradicción básica se ha disuelto en la gnosis anoica que hace patente la condición absoluta no dual y libre de error. La contradicción constituida por el error y representada por la periferia tiene que transformarse en conflicto si va a ser superada en la manifestación de la gnosis anoica que hace patente la verdadera condición de la realidad.³⁸

³⁸La gente normal, que siente que su impresión de ser un sí mismo separado y sustancial es algo bien fundado y absolutamente verdadero, siente terror ante su propia insustancialidad —representada por el centro del mandala—. Así pues, en la etapa periférica, los guardianes de las cuatro puertas representan el terror de la insustancialidad que impide que la gente pase al centro del mandala —un miedo que es expresado etimológicamente por la palabra *pánico*—.

La normalidad es un estado caracterizado por un foco restringido de atención consciente que es muy poco permeable —el cual es absolutamente necesario para que podamos considerar como entidades sustanciales a nuestras personas y el resto de los entes, y para que podamos conservar nuestra autoimagen habitual y nuestro habitual sentido-de-sí (los cuales, según la teoría sartreana de la mala fe, tienen como condición la ocultación «intencional» de muchos hechos y ocurrencias, y, según la teoría freudiana, tienen como condición la represión ejercida por el «subconsciente»)—. El aumento del volumen bioenergético (en tibetano, *thig-le*; en sánscrito, *kundalini*) hace que el foco de atención consciente del individuo se amplíe y se vuelva más «permeable», pero no puede *producir o causar* la condición de Suprema Cordura que los budistas llaman «Iluminación». En el individuo no preparado que se aferra a la ilusión de sustancialidad, en vez de resultar en la develación del centro del mandala, esta ampliación-permeabilización del foco de atención consciente puede producir perturbaciones o inducir estados de locura.

La palabra *pánico*, que indica un poderoso e incontrolable temor «irracional», se deriva del nombre del dios *Pan*: el dios que representa la totalidad. *Pan* puede hacerse patente debido a la *pan*-oramificación de la conciencia que tiene lugar cuando el volumen bioenergético aumenta suficientemente, con lo cual se hace patente nuestra propia insustancialidad y (en la medida en que se nos ha enseñado a aferrarnos a nuestra supuesta identidad separada y a temer la desaparición de esta identidad, y en la medida en que la neurosis impera en nuestra época) pueden eventualmente desencadenarse experiencias de terror. Por otra parte, la ampliación y permeabilización del foco de atención consciente puede permitir el acceso a la conciencia de contenidos ego-asintónicos, los cuales representan una amenaza para el funcionamiento egoico y la autoimagen del individuo. Más aún, la panoramificación en cuestión hace que el individuo experimente en toda su intensidad cualquier dolor que se pueda manifestar, lo cual puede desencadenar circuitos autocatalizadores (o sea, de realimentación positiva) de dolor, angustia y malestar.

Así pues, para quienes se encuentran en la periferia del mandala, los guardianes representan el temor a la insustancialidad cuya develación es representada por el centro —o sea, ellos representan el *pánico* en el sentido etimológico de esta palabra—. Atemorizados por los guardianes (los temores) que bloquean la entrada a lo que ellos toman por una calle ciega que conduce a un abismo, los seres poseídos por el error se aferran a dicho error —o sea, a la periferia—. Como lo expresó R. D. Laing (Laing, Ronald David, 1967) en un contexto especial, ellos piensan que en la dirección al centro «hay un abismo, hay bestias salvajes».

La gente entra a la zona intermedia cuando ya no puede aferrarse al engaño y sentirse cómoda con él. Ahora bien, puesto que el error comprende un tropismo a aferrarse a dicho error, la incomodidad en cuestión hace que el individuo se aferre con mayor fuerza a la fuente de dicha incomodidad —un tropismo que Laing compara con lo que le sucede a alguien que está recostado de un autobús y, cuando éste comienza a andar, se aferra a la barra del autobús, que es el objeto más cercano pero también el más peligroso—. Este tropismo explica el proceso autocatalítico característico de la zona intermedia del mandala, que conduce al individuo a un nivel umbral en el cual, si están dadas todas las condiciones necesarias —incluyendo el conocimiento de las instrucciones y otras condiciones favorables—, la tensión inherente al engaño se rompe y él o ella «entra» al centro.

Después de haber «entrado» al centro, debe mantenerse un volumen bioenergético alto con el objeto de mantener a los guardianes airados o las dakinis airadas bien despiertos y alerta, de modo que en el momento en el que el individuo abandone el centro no caiga en la tranquilidad de la periferia (lo cual le permitiría sentirse cómodo en el error): la dinámica representada por los guardianes airados o las dakinis

El principio del mandala es central para diferentes tradiciones místicas de la humanidad y aparece en la literatura y en las artes plásticas de muchas civilizaciones. Para explicar este hecho, no hay necesidad de establecer vínculos genéticos entre distintas tradiciones y civilizaciones: si los pacientes de Jung podían alucinar mandalas o soñar con ellos y así obtener mapas espontáneos del proceso que tenían que seguir para «curarse», no hay duda de que todos los verdaderos místicos estarán naturalmente familiarizados con la dinámica que los mandalas representan.

Idries Shah ha contado la historia del discípulo del sufí murciano Ibn El-Arabi que soñó que Maaruf Kharki estaba rodeado de llamas. Pensando que el gran maestro estaba en el infierno, el hombre fue presa de una gran tribulación, que lo hizo buscar a El-Arabi para pedirle una explicación. El maestro le dijo que las llamas no significaban que Maaruf estuviera en el infierno; que las mismas representaban aquello que quien había tenido el sueño tendría que atravesar para alcanzar el estado de Maaruf —una región de experiencia que los sufíes a menudo denominan «el abismo de fuego»—.

El principio del mandala constituye también la esencia de la *Divina comedia* de Dante, y la dinámica de aquél corresponde de una manera muy precisa a la estructura del «más allá» en la famosa obra del gran poeta florentino. Guiado por Virgilio, Dante abandona el reino de los vivos —la periferia del mandala— y desciende al Infierno. Según Gregory Bateson, el «circuito de realimentación positiva» que impulsa el proceso de reducción al absurdo del error humano básico que tiene lugar en la experiencia del individuo y ese proceso mismo (trátese de una neurosis, una psicosis o de la primera etapa en la vía tradicional a la Suprema Cordura) son lo que Freud llamó *Tánatos* o «instinto de muerte». La entrada de Dante al Infierno significa que la contradicción que caracteriza a la periferia del mandala se ha transformado en conflicto, y que el conflicto se está desarrollando, siendo guiado y catalizado de manera ciega y díscola por el *Tánatos*.

El descenso de Dante por el infierno hacia su círculo más bajo y la entrada del poeta al Purgatorio a través de la abertura que se encuentra en el fondo del Infierno, corresponden al desarrollo del conflicto hacia el umbral en el cual la ocurrencia de la gnosis anoica reorienta el proceso en una dirección claramente saludable, introduciendo un mecanismo de interrupción y autoliberación espontánea de los tanáticos «circuitos de realimentación positiva». Todavía Dante no puede quedar «unido con Beatriz» y establecido en el Cielo (que en la *Divina comedia* no representa los reinos de los dioses de la sensualidad, de la forma o de lo sin forma, sino el estar establecido en la gnosis anoica) porque tiene que

airadas lo atraparán y la agitación consiguiente funcionará como recordatorio para que aplique las instrucciones.

Más adelante, cada vez que el individuo abandone el centro, si un volumen bioenergético alto está «alimentando a los guardianes airados o a las dakinis airadas», la dinámica que éstos representan lo empujará automática y espontáneamente hacia el centro.

Finalmente, una vez que las propensiones a salir del centro hayan sido neutralizadas, la persona ya no se apartará más de él. Entonces, los guardianes airados o las dakinis airadas representarán sus propias actividades espontáneas libres de acción, las cuales ayudarán a otros a alcanzar la Suprema Cordura —aunque dichos otros ya no serán percibidos como «seres sensibles y samsáricos» a ser ayudados—. A pesar de que no hay actividad de la mente, la conducta espontánea del individuo —simbolizada ahora por los feroces *dharmapala* o las *dakini* airadas— repelerá a aquéllos que no estén preparados, haciéndolos percibir a quien ha alcanzado la Suprema Cordura como chocante y crudo, y atraerán en cambio a quienes sí estén preparados, creando las condiciones para que éstos pasen rápidamente al centro. El practicante se habrá convertido en un lama-heruka, tan chocante como una deidad airada, y sus actividades serán los *dharmapala* feroces o las *dakini* airadas.

«purgar» o «purificar» sus errores y pasiones díscolas, tan profundamente arraigados, por medio de la transformación de la contradicción en conflicto cada vez que ella surja y la subsiguiente autoliberación del conflicto en la gnosis anoica. Sin embargo, este proceso ya no pertenece al Infierno, que no tiene salida, sino al Purgatorio, pues la gnosis anoica ya le ha proporcionado a Dante una vislumbre del Cielo y, en consecuencia, el poeta sabe que el conflicto y el sufrimiento que enfrenta no son eternos, sino que constituyen elementos claves de la purificación que tiene que sufrir para establecerse en el Cielo. Y el proceso ya no es catalizado únicamente por el *Thánatos*, sino también por la Sabiduría holista que resulta de la autoliberación repetida de la contradicción básica (el error) y del conflicto en la gnosis anoica.³⁹

Una vez que el error ha sido «purgado» en una medida suficiente por medio de su autoliberación repetida en la gnosis anoica, Dante asciende por los Cielos hasta establecerse en el Empíreo —o sea, en el centro mismo del mandala—.

En la terminología que emplea David Cooper en *La muerte de la familia*,⁴⁰ la vía a la Suprema Cordura es un proceso de *metanoia*⁴¹ que nos conduce desde la *eknoia* (el estado normal de masificación en

³⁹Bateson ha explicado este proceso en términos de la relación entre el proceso primario, que es analógico y está relacionado con el funcionamiento del hemisferio derecho del cerebro, y el proceso secundario, que es digital y está relacionado con el funcionamiento del hemisferio izquierdo.

Mientras que las primeras computadoras eran analógicas y funcionaban en base a un aumento continuo o una disminución continua de cantidades (por ejemplo, mediante el aumento continuo o la disminución continua de la magnitud de una corriente eléctrica), las computadoras actuales son casi todas digitales y tienen un funcionamiento binario en base a las alternativas de «sí» y «no». El cerebro humano, en cambio, procesa *ambos* tipos de señales. El hemisferio cerebral normalmente situado a la derecha procesa las señales analógicas, mientras que el hemisferio cerebral normalmente situado a la izquierda procesa las señales digitales. Nuestra experiencia y nuestros actos son el resultado de la combinación de ambos procesos (así como del funcionamiento de una o dos regiones más de nuestro encéfalo y sistema nervioso central); en consecuencia, no pueden ser reducidos ni al uno ni al otro.

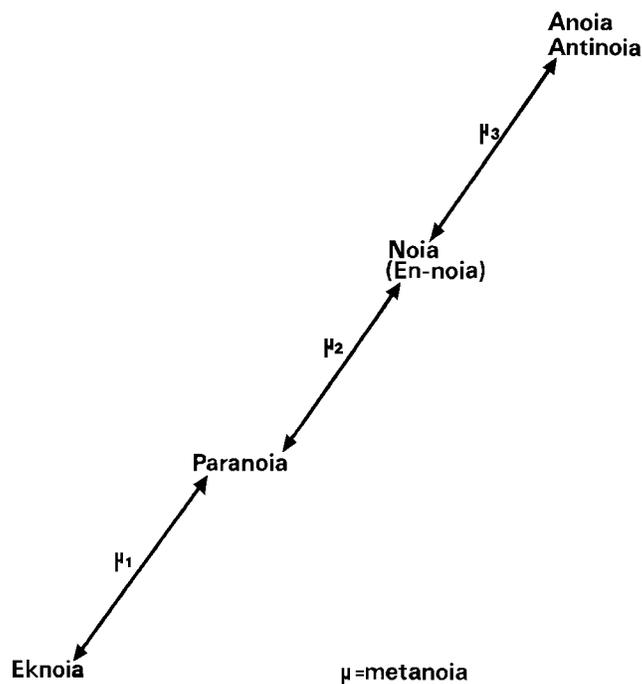
En términos de los conceptos introducidos por Sigmund Freud en su *Proyecto de una psicología para neurólogos* de 1895, el funcionamiento analógico del cerebro humano corresponde al proceso primario, mientras que su funcionamiento digital corresponde al proceso secundario [cfr. (1) Wilden, Anthony, 1972, 2a edición 1980; (2) Bateson, Gregory, 1972, español 1976, y (3) Bateson, Gregory, 1979, 5a reimpresión 1980, español 1982, primera reimpresión 1990). En efecto, las características que Freud atribuyó al proceso primario corresponden a las del procesamiento de señales analógicas, y las que atribuyó al proceso secundario corresponden a las del procesamiento de señales digitales. Según Fenichel (Fenichel, Otto, 1945) el proceso primario carece de negativos, no posee ninguna indicación de tiempo y modo verbales, pone el énfasis en las relaciones y *no en quién es quién en ellas*, y es metafórico. El proceso secundario, en cambio, tiene negativos, especifica tiempo y modo verbales, pone el énfasis en quién es quién en las relaciones, y es literal.

Nietzsche prefiguró la distinción que hizo Freud entre un proceso primario y un proceso secundario cuando señaló que el «inconsciente» (concepto que prefiero no utilizar) del cual emana la creatividad no es crítico, y que el creador sólo puede criticar lo creado después de haberlo creado.

Aunque muchas de las teorías de Freud han perdido credibilidad, las más recientes investigaciones neurológicas y de la conducta han sustentado la división en dos tipos de proceso mental —primario y secundario— que estableció Freud en el *Proyecto* de 1895. En efecto, los trabajos de Jacques Lacan, los de Gregory Bateson, Jay Haley y otros miembros del grupo de Palo Alto, los del neurofisiólogo Karl Pribram y sus asociados, y los de Anthony Wilden, han puesto el *Proyecto* de Freud en el centro de las teorías de vanguardia, tanto en el campo de la neurofisiología como en el de la psicología y la psiquiatría. Cfr. (1) Freud, Sigmund, 1895, español 1974; (2) las obras de Jacques Lacan en general; (3) Bateson, Gregory, 2 *op. cit.*; (4) Pribram, Karl H. y Merton Gill, 1976; etc.

⁴⁰Cooper, David, 1971, español 1976, 4a reimpresión 1981. Como ha señalado Joseph Berke (Barnes, Mary y Joseph Berke, 1970), muchos de los términos empleados por Cooper eran utilizados frecuentemente por Ronald Laing en conversaciones con sus colegas.

el cual el individuo se encuentra «fuera de la propia mente») hacia la *noia* (la mente centrada, desaglutinada y desmasificada) y la *anoia* (o «no-mente»).⁴² El problema que veo en el mapa de Cooper es, por una parte, que establece una serie demasiado rígida de *metanoias* sucesivas y un orden impreciso en la sucesión de estadios del proceso en cuestión, y, por la otra, que dicho autor parece creer que episodios espontáneos de locura en individuos no preparados —siempre y cuando no sean abortados institucionalmente— pueden por sí mismos conducir a una cordura como la que caracteriza a un maestro de dzogchén, zen, sufismo, etc. Considérese el siguiente diagrama.⁴³



La cordura consiste en un movimiento fluido (metanoia 3) entre la noia y la eknoia. Y si bien la anoia es sin duda alguna una condición transpersonal, ella debe implicar la autoliberación de nuestros conceptos e ideas: no debemos confundir los estados de los reinos sin forma, ni la condición que la enseñanza dzogchén designa como «kunllí lungmatén», con la anoia en el sentido propio del término.

Por otra parte, la desindividuación absoluta constituida por la anoia sólo puede desarrollarse interdependientemente con la individuación (similar a la que concibió Jung) constituida por la noia. En efecto,

⁴¹Este término, con el que se designa la conversión religiosa, podría ser traducido como «cambio de mente» o «transición a un nuevo estado mental». Cooper no habla de un «proceso de metanoia», sino de «metanoias sucesivas».

⁴²Recordemos el venerable significado que da a este término Erasmo de Rotterdam en su *Elogio de la locura*. En este caso, se lo utiliza específicamente en el sentido del término chino *wu-hsin*, empleado en el budismo *ch'an*, que también significa «no-mente» y que indica la superación de toda sensación de que hay un sujeto de la experiencia y la acción.

⁴³Cooper, David, *op. cit.* Para Cooper, una primera metanoia debe llevarnos de la eknoia a la paranoia; una segunda metanoia debe llevarnos de la paranoia a la noia o en-noia, y una tercera, repetida metanoia debe permitirnos fluir entre la noia (o en-noia) y la anoia, hasta que finalmente quedemos establecidos en esta última.

entre lo que, en nuestros días, tiene que ser superado si hemos de sobrevivir, se encuentran, por un lado, el extremo egoísmo y el ciego individualismo que nos han llevado al borde de nuestra destrucción —los cuales han de desaparecer en la anota— y, por el otro, la serialización impersonal que nos ha sido impuesta por las instituciones modernas —la cual ha de ser superada con el establecimiento de la nota—.

Lo primero significa que hemos de liberarnos progresivamente del error representado por la valorización delusoria (o sobrevaloración) del «yo», que nos hace sentir que somos el centro del universo y nos vuelve extremadamente egoístas.⁴⁴ Lo segundo significa que hemos de liberarnos del poder y la influencia de los «otros internalizados» que constituyen nuestro superyó, con quienes nos encontramos aglutinados y que hacen imposible que obremos de manera genuinamente autónoma.

Recorriendo la vía a la Suprema Cordura, dejamos de funcionar como autómatas controlados por otros que son autómatas controlados por otros que son autómatas controlados por otros... *ad infinitum*. Esto, no obstante, no significa que lleguemos a «ser nuestros propios amos», ni tampoco que desarrollemos un «yo» más centrado, fuerte y poderoso. Debemos superar, tanto la escisión interior entre un aspecto que controla y otro que es controlado, como la sensación de un «yo» central y verdadero. Así, pues, nos liberamos de la influencia de otros, pero al mismo tiempo nos liberamos de nosotros mismos, pues ya no surgen la sensación y la idea de un «yo» que deba ser mantenido, protegido y desarrollado, que deba ser importante para otros, etc.

Aunque la red de «otros internalizados» que para David Cooper corresponde al «superyó» freudiano es una constelación de *relaciones*, ella funciona en términos de *imágenes* —expresiones, inflexiones de la voz, etc.— de los «otros significativos» en sus relaciones con nosotros o con otros otros —quizás en parte porque, como señala Gregory Bateson,⁴⁵ las imágenes pasan por los «interfaces» humanos con mayor facilidad y economía—. Así, pues, aunque debemos entender a los individuos humanos como sistemas de relaciones, también debemos tener en cuenta que las relaciones interpersonales tienen un carácter *muy personal*, pues son procesadas como *imágenes de personas o de sus voces, etc.*, y no tendrían sentido sin referencia a las *personas* en relación.

Durante los años sesenta, se desarrolló el movimiento "humanista", que fue el predecesor directo del movimiento transpersonal. El término fue utilizado para agrupar autores y terapeutas diversos que iban desde Carl Rogers, la gente de Esalen —incluyendo a Perls, Hefferline, Goodman y otros Gestalistas— y Maslow, hasta Janov y su "*primal therapy*". Una de las ideas básicas en algunos sectores del llamado "movimiento humanista" fue que la salud no consistía en tener buenas defensas para evadir el dolor y los contenidos que el psicoanálisis llamaba "ego-asintónicos", sino en tener la menor cantidad de defensas posibles, de modo que uno pudiese estar en contacto con su propio dolor y consciente de los contenidos que normalmente se veía impulsado a ocultar.

En el plano de la terapia, métodos como el *primal* de Janov tenían como fin el hacer que se descubriese un dolor primario, del que uno había tratado de escapar construyendo su ego y perfeccionando su funcionamiento egoico. Un "cliente" de Janov había experimentado un sentimiento profundamente desasosegador al presenciar una de las escenas de una obra de teatro; Janov le aconsejó que actuara como el actor, a fin de entrar de lleno en ese sentimiento, y cuando el "cliente" lo hizo, se sintió impulsado a emitir un terrible grito. Janov hizo de la supuesta necesidad de emitir este grito —que llamó «*primal scream*»— uno de los axiomas de su sistema: sus "clientes" debían retornar al estado en que sintieran un impulso incontenible a emitir el grito, y dejarse llevar por dicho impulso: el grito constituiría una liberación.

Janov había reconocido la necesidad de reencontrar un estado primario de "infierno", pero no había entendido que éste debía ser atravesado, como en la *Divina*

⁴⁴La disolución o autoliberación de la ilusión egoica y del error en general es *abrupta e instantánea*, pero la repetición contante de esta autoliberación va diluyendo *progresivamente* dicha ilusión y dicho error en la vida diaria, hasta que finalmente ellos pueden desaparecer definitivamente.

⁴⁵Bateson, Gregory, 1979; español, 1982, reimpresión 1990.

comedia, hasta llegar al Cielo. Contentándose con obtener un desahogo de la tensión en una manifestación emotiva primaria, perdió la oportunidad de usar dicha tensión para reconocer y liberar la apariencia de dualidad que se encuentra en su base. En efecto, toda tensión implica que hay dos polos contrapuestos, y requiere que la conciencia se sienta distinta de su objeto y lo rechace. Cuando la sensación de tensión se hace insoportable, ésta se transforma en el objeto de la conciencia, la cual, creyéndose un sujeto mental autónomo, se siente distinta de ella y la rechaza, generando más tensión: ésta es la mejor oportunidad para buscar el sujeto mental que se cree distinto y separado de la tensión y ver si en verdad existe un sujeto tal, distinto y separado de ella. Al hacerlo, podríamos descubrir, más allá del pensamiento, que no hay tal sujeto, ni una dualidad entre la conciencia y la tensión — con lo cual la aparente dualidad entre el ilusorio sujeto y su objeto podría eventualmente disolverse como una pluma que cae al fuego—. La tensión se autolibera y el individuo tiene una primera vivencia del estado que constituye la Suprema Cordura; así nace una Sabiduría holista que luego se desarrollará paulatinamente y se adquiere la capacidad de liberarse instantáneamente, en la vida cotidiana, de la dualidad, la tensión y el error.

Aunque Janov no haya afirmado que éste fuese el objeto de su terapia, lo único que ella lograba era una catarsis aun más superficial que la *kátharsis* de Aristóteles: una relajación momentánea de la tensión. Puede ser cierto que sólo se pueda eliminar un trauma haciendo consciente su recuerdo y reviviendo la experiencia traumática, pero no meramente para expresar las emociones que no pudieron ser expresadas y debieron ser contenidas en la experiencia original. Si lo hiciéramos, obtendríamos una mera relajación que no eliminaría la causa de toda tensión, que es la sobrevaluación de una ilusoria dualidad; la relajación sería momentánea y daría lugar a una nueva acumulación de tensión que no sabríamos cómo liberar, de modo que seguiríamos a la merced de las situaciones de nuestra vida diaria. Es por esto que muchos «clientes» de Janov volvían a someterse una y otra vez a su terapia para vivir la sensación *primal* y emitir un nuevo grito.

La única purificación definitiva e irreversible es del tipo ilustrado por la *Divina comedia*, que neutraliza de manera definitiva e irreversible el error humano básico que es la fuente de todo mal, resultando en una transformación radical e irrevocable de la experiencia del individuo: eliminada la causa, todos los efectos negativos de ésta dejan de manifestarse. Al alcanzar el punto de mayor tensión, debemos captar la apariencia de dualidad que da lugar a la tensión y determinar si la misma está justificada por lo que hay allí, o se trata de una mera apariencia; al no encontrar el sujeto mental que se cree un ente separado y distinto de la tensión y del flujo de experiencia, la ilusoria dualidad puede disolverse por sí sola, tarde o temprano, en la manifestación de la gnosis anoica que devela la naturaleza no-dual y no-plural de la realidad.

Cuando evadimos la frustración, la insatisfacción, la infelicidad, la angustia, el miedo, el dolor y la ilusión de dualidad en la base de todas estas experiencias, no hay modo de superarlos; la ilusión en cuestión tiene que revelarse como tal y transformarse en conflicto, o de otro modo no será jamás superada, ni mucho menos lo serán sus consecuencias negativas. Pero nuestro objetivo no debe ser ni el de los existencialistas que recomiendan vivir en el infierno que consideran como la autenticidad misma, ni el de los "psicólogos humanistas" que quieren que vivamos sin defensas pero sin los medios de superar la delusión que es causa del sufrimiento, ni el de la *terapia primal* que busca una mera catarsis mediante la explosión emotiva. El objetivo es la Suprema Cordura, y para lograrlo se requiere una preparación consciente y el conocimiento de las instrucciones orales de alguna tradición mística.

Las terapias de grupo, los "maratones de desnudez" y otros métodos de la psicología de hoy adolecen de un defecto parecido al que he estado criticando. Aunque se hace que el individuo enfrente algo que siempre había rehuido, no se logra que éste supere la ilusión en la raíz de todo sufrimiento. Por lo general, lo más que puede esperarse es una experiencia de catarsis a través del desahogo emocional, y una habilidad para estar más abierto ante el otro, o, lo que es lo mismo, una menor necesidad de fingir. Pero a veces hay un precio: el individuo expone su *phantasia inconsciente* —que corresponde a la sombra en Jung—⁴⁶

⁴⁶No se debe confundir la «sombra» en el sentido junguiano del término, con la «sombra del aeroplano» en el ejemplo con el que se ilustró el ascenso a los «reinos sin forma». Mientras que la sombra del aeroplano representa nuestro ser-para-otros y nuestro ego, la sombra en el sentido junguiano es el cúmulo de fantasías sobre nosotros mismos que nos vemos impulsados a excluir de nuestro ego y a ver como el ego de otros individuos.

En Capriles, Elías, 1976 y en Capriles, Elías, 1986, se explicó (recurriendo a categorías sartreanas y a los distintos tipos de lo que Sartre llamó «mirada del Otro») la formación de la sombra o *phantasia inconsciente* como el resultado de la percepción del infante por la madre u otro original (y por otros otros significativos en posiciones de autoridad) como un objeto reprochable y vergonzoso, en las ocasiones en las que dicho infante manifiesta conductas que el otro significativo en una posición de autoridad considera inaceptables; se explicó el origen de la identidad ideal como el resultado de la aprobación y admiración de otros hacia él o ella cuando el infante exhibe conductas socialmente deseables, y se explicó la identidad consciente como el resultado de la interacción de los dos tipos ya considerados de percepción del infante por otros significativos. Del mismo modo, se analizó la génesis de las desviaciones sociales (sin negar por ello las posibles influencias genéticas o prenatales, etc.) en términos de la medida en la que la madre u otro original otorga al infante su mirada aprobatoria —o se niega a otorgársela, haciendo que el niño luego se vea obligado a intentar obtener aprobación y admiración de otros niños o individuos desviados, que admiran características y conductas que la sociedad en general rechaza (y que proyectan una sombra que puede ser en gran medida contraria a la proyectada por los individuos «bien adaptados» a la sociedad).

En las tradiciones espirituales tibetanas, quizás sean dos los métodos principales que conducen a la reintegración de la sombra o *phantasia inconsciente* y a la superación de toda identificación, tanto con ésta como con el ego o identidad consciente. (1) En el vehículo supremo, conocido como dzogchén y basado en el principio de la autoliberación, se reconoce directamente, en una gnosis anoica, la naturaleza esencial —pura y prístina, vacía e impensable, radiante y lúcida, gozosa y extática— del concepto en términos del cual estamos interpretando la realidad —con lo cual éste se autolibera instantáneamente—. Y, a medida que esto va neutralizando nuestras propensiones, nos vamos liberando de la sombra y del ego, de la *phantasia inconsciente* y de la identidad consciente. (2) En los vehículos inmediatamente «inferiores» al dzogchén —los tantra internos o superiores— el principio es el de la transformación de uno mismo, por medio de la visualización, en deidades (las cuales en aproximadamente el 50% de los casos son del género/sexo contrario al que exhibe el organismo del individuo y por ende están asociadas al *animus/anima* y a la sombra) que encarnan y representan diversos aspectos de la sombra o *phantasia inconsciente* (o bien de nuestra autoimagen ideal), pero que deben ser percibidas como manifestaciones e imágenes de nuestra naturaleza primordialmente pura; visualizándose de esta manera, el individuo realiza prácticas con el sistema bioenergético del organismo destinadas a incrementar su volumen bioenergético (*kundalini* o *thig-le*) y así a panoramificar la conciencia —lo cual, a su vez, hace posible la manifestación de la gnosis anoica que devela nuestra naturaleza vacía y primordialmente pura, radiante y luminosa, gozosa y extática, y por ende muestra el carácter ilusorio tanto del ego como de la sombra—. Cfr., en particular, Norbu, Namkhai, 1986, español 1996 y Norbu, Namkhai, aún sin publicar.

En el dzogchén este descubrimiento de nuestra verdadera naturaleza o esencia en una gnosis anoica se llama tawa (*lta-ba*) o Visión. El permanecer en esta Visión, de modo que todos los conceptos que surjan se autoliberen al surgir y así se vayan neutralizando nuestras propensiones a la valorización delusoria en general y en particular a creernos un ego y (por implicación negativa) una sombra, se conoce como gompa (*sgom-pa*) o Contemplación. Y la acción desde este estado de Contemplación se conoce como chöpa (*spyod-pa*) o Conducta.

Esta Conducta o chöpa implica la superación del impulso a adoptar exclusivamente conductas virtuosas y espirituales de las que uno pueda sentirse orgulloso (y que proyecten una enorme, crepuscular

como si ésta fuese su verdadero ser; él o ella se muestra "tal como es", y así se hace creer que su verdadera identidad, su verdadero ser, es lo que muestra al otro, que en verdad no es más que *phantasia*. No es que esto no lo creyera (por implicación negativa) desde antes, ni tampoco que no sea más auténtico mostrarlo que ocultarlo; el problema es que la terapia no lo ha ayudado a liberarse del error que constituye la raíz de todos los problemas, sino que, por el contrario, lo ha dado por sentado, afirmado y sostenido.

Tenemos que bajar al laberinto y enfrentar al Minotauro, pero no para darle vida creyendo que éste es una realidad absolutamente verdadera y nuestra verdadera identidad, sino para darle muerte, descubriendo que nunca fue más que una ilusión. Liberados de la *phantasia inconsciente* —o, en otras palabras de la *sombra*— habremos erradicado de nuestro psiquismo la fuente de gran parte del mal que hacemos a otros y a nosotros mismos. La clave, es el tesoro de instrucciones de las tradiciones milenarias y la relación con un auténtico maestro. Estos elementos pueden permitirnos acceder espontáneamente a la Suprema Cordura, poniendo fin al sufrimiento y librándonos de toda neurosis o desequilibrio. El *Lankavatara Sutra* afirma que:

«Las cosas no son lo que parecen, pero tampoco son algo distinto de lo que parecen ser.»

No somos nuestro ego o identidad consciente, pero tampoco somos nuestra sombra o *phantasia inconsciente*.

BIBLIOGRAFIA

Referencias directas

Barnes, Mary y Joseph Berke (1971), *Two Accounts of a Journey Through Madness*. Harmondsworth, Pelican.

Bateson, Gregory (recopilación 1972), *Steps to an Ecology of Mind*. Nueva York, Ballantine, y Londres, Paladin (hay versión española de mala calidad: 1976, *Pasos hacia una ecología de la mente*. Buenos Aires, Ediciones Carlos Lohlé). De este trabajo se hace referencia en este artículo a: (1) Bateson, Haley, Weakland y Jackson, 1956, «Toward a Theory of Schizophrenia»; (2) «The Group Dynamics of Schizophrenia» (mismos autores, más William F. Fry); (3) «Minimal Requirements for a Theory of Schizophrenia», y (4) «Double Bind, 1969» (sólo Gregory Bateson).

Bateson, Gregory (1979), *Mind and Nature. A Necessary Unity*. Nueva York, Dutton. Aquí hemos citado la versión española (1982; primera reimpresión 1990): *Espíritu y naturaleza*. Buenos Aires, Amorrortu editores S. A.

Brown, Lester (1990), «Picturing a Sustainable Society». En *The Elmwood Newsletter*, Vol. 6, Nº 1, equinoccio de primavera de 1990. Berkeley, The Elmwood Institute.

sombra), de modo que uno pueda manifestar distintos tipos de conducta, incluyendo algunos de los que los convencionalistas religiosos se sentirían profundamente avergonzados (por supuesto, siempre y cuando éstos no causen el menor daño a los otros seres sensibles ni al medio ambiente natural) —y de modo que las sensaciones negativas resultantes ayuden al practicante a reConocer y así a liberar el impulso a creerse lo que otros ven como ella o él—. Esta conducta del «yogui loco» (cuyo arquetipo se conoce como Dorlle Trolo) tuvo entre sus más excéntricos representantes al yogui tibetano Drugpa Kunlé, cuya biografía apareció en Dowman, Keith, 1980. El poema «Llamando al maestro desde lejos» del lama Dudllom Rinpoché expresa la conducta del dzogchén en los siguientes términos:

«La descuidada locura de romper el aferramiento a un estilo... ¡que esta vida humana transcurra en este Estado de desnuda y desinhibida soltura!»

- Capriles, Elías (1976), *The Direct Path. Providing a Background for Approaching the Practice of rDzogchen*. Kathmandú, Mudra Publishing.
- Capriles, Elías (1986), *Qué somos y adónde vamos*. Caracas, Unidad de Extensión de la Facultad de Humanidades y Educación de la UCV.
- Capriles, Elías (1990), *The Source of Danger is Fear. Paradoxes of the Realm of Delusion and Instructions for the Practice of the Dzogchen Upadesha*. Mérida, Editorial Reflejos
- Capriles, Elías (1994), *Individuo, sociedad, ecosistema*. Mérida, Consejo de Publicaciones de la Universidad de Los Andes.
- Chislovsky, Alberto (1994), *Jung y el proceso de individuación. Un enfoque mítico-simbólico*. Buenos Aires, Ediciones Continente.
- Cooper, David (1971), *The Death of the Family*. Harmondsworth, Pelican (hay versión española: 1976, 4a reimpresión 1981, *La muerte de la familia*. Barcelona, Ariel).
- Descartes, René (esta edición española, 1983), *Discurso del método y Reglas para la dirección de la mente*. Barcelona, Orbis: Historia del Pensamiento.
- Descartes, René (español 1981), *Reglas para la dirección de la mente*. Buenos Aires, Aguilar. Cfr. en particular la Regla IX; cfr. también la Regla VIII.
- Dowman, Keith (traductor, 1980), *The Divine Madman*. Londres, Rider & Company.
- Downing, Christine, compiladora, *Espejos del yo*. Barcelona, Kairós. (Contiene trabajos de Jung, Campbell, von Franz, Rich, Harding y otros.)
- Equipo editorial de la revista *The Ecologist* (1971), *A Blueprint for Survival*. Reproducido en versión ampliada por Pelican Books, Harmondsworth, U.K.
- Erasmus, Desiderius (Erasmus de Rotterdam) (sin fecha), *Elogio de la locura (Moride encomium)*. Historia del pensamiento, Editorial Orbis.
- Evans-Wentz, W. Y., compilador y Kazi Dawa Samdup, traductor (1927), *The Tibetan Book of the Dead*. Oxford, Oxford University Press.
- Evans-Wentz, W. Y., compilador y Kazi Dawa Samdup, traductor (1977), *The Tibetan Book of the Great Liberation*. Oxford, Oxford University Press.
- Fenichel, Otto (1945), *The Psychoanalytic Theory of Neurosis*. New York, Norton.
- Freud, Sigmund (1895; español 1974), *Proyecto de una psicología para neurólogos y otros escritos*. Madrid, Alianza Editorial.
- Grof, Stanislav (1976), *Realms of the Human Unconscious*. Nueva York, Dutton.
- Grof, Stanislav (1980), *LSD Psychotherapy*. Pomona, Calif., Hunter House.
- Grof, Stanislav y Christina Grof (1980), *Beyond Death*. Londres, Thames & Hudson.
- Grof, Stanislav (1985, español 1988), *Psicología transpersonal. Nacimiento, muerte y trascendencia en psicoterapia*. Barcelona, Kairós.

- Grof, Stanislav (1985), *Beyond the Brain*. Albany, N.Y., SUNY Press.
- Grof, Stanislav (1986), *Psychology and Consciousness Research*. Washington, D. C., *ReVISION* magazine, Vol. 9, Nº 1, verano/otoño 1986.
- Grof, Stanislav (1987), *The Adventure of Self-Discovery*. Albany, N.Y., SUNY Press.
- Grof, Stanislav (1989, español 1992), *Emergencia espiritual. Las crisis de transformación personal*. Buenos Aires, Planeta: Nueva Conciencia.
- Grof, Stanislav y Christina Grof (1990; español 1995), *La tormentosa búsqueda del ser. Una guía para el crecimiento personal a través de la emergencia espiritual*. Barcelona, Los libros de la liebre de marzo.
- Grof, Stanislav, compilador, *La evolución de la conciencia*. Barcelona, Kairós. (Contiene trabajos de Grof, von Franz, Walsh, Vaughan, Kübler-Ross, Thompson, White, Varela, Metzner y otros.)
- Harner, Michael J. (español, 1973), *Alucinógenos y chamanismo*. Madrid, Editorial Labor.
- Herder, Johann Gottfried (1799), *Verstand und Erfahrung, Vernunft und Sprache, eine Metakritik der reinen Vernunft*. En *Gesammelte Schriften* (1938 y siguientes), F. Schultz. Mi agradecimiento a S. Pöchlinger por la ayuda prestada en la consulta del texto.
- Herder, Johann Gottfried (1800), *Kalligone*. En *Gesammelte Schriften* (1938 y siguientes), F. Schultz. Mi agradecimiento a S. Pöchlinger por la ayuda prestada en la consulta del texto.
- Janov, A. (1970), *The Primal Scream: Primal Therapy—The Cure for Neurosis*. Nueva York, G. P. Putnam's Sons.
- Janov, A. ((1972a), *The Primal Revolution: Toward a Real World*. Nueva York, Simon & Schuster.
- Janov, A. (1972b), *The Anatomy of Mental Illness*. Nueva York, G. P. Putnam's Sons.
- Jung, Carl G. (inglés 1960), *Collected Works*. Princeton, Princeton University Press.
- Kant, Immanuel (traducción Pedro Ribas, español 1978/1983), *Crítica de la razón pura*. Madrid, Alfaguara.
- Kant, Immanuel (traducción Pablo Oyarzún, español 1991/1992), *Crítica de la facultad de juzgar*. Caracas, Monte Avila Editores.
- Kierkegaard, Søren (1844; esta edición española 1984), *El concepto de la angustia*. Barcelona, Orbis: Historia del Pensamiento.
- Kierkegaard, Søren (traducción R. Lowrie, inglés 1941), *Fear and Trembling*. Princeton, Princeton University Press.
- Kierkegaard, Søren (traducción R. Lowrie, inglés 1941), *The Sickness Unto Death*. Princeton, Princeton University Press.
- Lacan, Jacques (1957), «L'instance de la lettre dans l'inconscient ou la raison depuis Freud», *La Psychanalyse*, Nº 3, 1957, pp. 47-81.
- Lacan, Jacques (español 1971/1972), *Lectura estructuralista de Freud*.
- Laing, Ronald D. (1961/1969), *Self and Others*. Londres, Tavistock (empastado, *The Self and the Others*), y Harmondsworth, Pelican (cartulina, *Self and Others*).

- Laing, Ronald David (1967), *The Politics of Experience and the Bird of Paradise*. Empastado: Londres, Tavistock. Cartulina: Harmondsworth, Pelican.
- May, Rollo (1958), *Existence*. Nueva York, Basic Books.
- Norbu, Namkhai (compilado por John Shane, inglés 1986; revisado y traducido por Elías Capriles, español 1996), *El cristal y la vía de la luz*. Barcelona, Editorial Kairós.
- Norbu, Namkhai (compilado y traducido por Elías Capriles, aún sin publicar), *La vía de autoliberación y la «Gran Perfección»*.
- Pribram, Karl H. y Merton Gill (1976), *Freud's «Project» Re-assessed*. Nueva York, Basic Books.
- Sartre, Jean-Paul (1936/1937), «La transcendence de l'Ego». París, *Recherches Philosophiques*, 6; reeditado en forma de libro como *L'imagination*. Hay traducción española de esta última.
- Sartre, Jean-Paul (31 edición, 1980), *L'être et le néant. Essai d'ontologie phénoménologique*. París, NRF Librarie Gallimard.
- Sartre, Jean-Paul (1939), *Esquisse d'une théorie des émotions*. París, PUF.
- Sartre, Jean-Paul (1940), *L'imaginaire. Psychologie phénoménologique de l'imagination*. París, NRF Librarie Gallimard. Hay versión española de 1948.
- Senent, Juan, Philippe Saint-Marc y otros (1973), *La contaminación*. Barcelona, Salvat, Biblioteca Salvat de Grandes Temas.
- Shah, Idries (1964, español 1975, traducción Pilar Giralt Gorina), *Los sufíes*. Barcelona, Luis de Caralt Editor, S. A.
- Tarhang Tulku (1977), *Time, Space and Knowledge. A New Vision of Reality*. Emmerlyville, California, EE. UU., Dharma Publishing.
- Walsh, R. y F. Vaughan, compiladores (1980, español 1982), *Más allá del ego. Textos de psicología transpersonal*. Barcelona, Kairós.
- Wilber, Ken (1977, español 1990), *El espectro de la conciencia*. Barcelona, Editorial Kairós.
- Wilber, Ken (1979, español 1984), *La conciencia sin fronteras. Aproximaciones de Oriente y Occidente al crecimiento personal*. Barcelona, Kairós.
- Wilber, Ken (1980, español 1988), *El proyecto Atman. Una visión transpersonal del desarrollo humano*. Barcelona, Kairós, 1989.
- Wilber, Ken (1981), *Up from Eden: A Transpersonal View of Human Evolution*. Garden City, Doubleday/Anchor.
- Wilber, Ken (1982), «Physics, Mysticism and the New Holographic Paradigm: A Critical Appraisal». En Wilber, Ken, compilador (1982), *The Holographic Paradigm and Other Paradoxes. Exploring the Leading Edge of Science*. Boulder, Shambhala.
- Wilber, Ken (1983/1990, español 1991), *Los tres ojos del conocimiento. La búsqueda de un nuevo paradigma*. Barcelona, Kairós.
- Wilden, Anthony (1972; 2a edición 1980), *System and Structure*. Londres, Tavistock.

Yoka Daishi (Yung-chia Hsüan-chüeh)/Taisen Deshimaru (español 1981), *El canto del inmediato satori*. Barcelona, Visión Libros.

Zweig, C y J. Abrams, compiladores (español 1992), *Encuentro con la sombra*. Barcelona, editorial Kairós. (Contiene trabajos de Carl C. Jung, Joseph Campbell, Marie-Louise von Franz, Robert Bly, Ken Wilber, Nathalie Branden, Sam Keen, Larry Dossey, Rollo May, M. Scott Peck, James Hillman, John Bradshaw, etc.)

Referencias indirectas

Assagioli, Roberto (1976), *Psychosynthesis*. Nueva York, Penguin.

Bateson, Gregory, *Perceval's Narrative*. Stanford, Stanford University Press.

Brown, Norman O. (1959), *Life against Death: The Psychoanalytical Meaning of History*. Western University.

Cooper, David (1967), *Psychiatry and Antipsychiatry*.

Cooper, David, *The Grammar of Life*. Harmondsworth, Pelican.

Cooper, David (1978, español 1979, reimposición 1981), *El lenguaje de la locura*. Barcelona, Ariel.

Dabrowski, Kazimierz (1966), *Positive Disintegration*. Londres, Little Brown & Co.

Dabrowski, Kazimierz (1964), *Personality Shaping Through Positive Disintegration*. Londres, Little Brown & Co.

Dabrowski, Kazimierz, con A. Kawczak and M. M. Piechowski (1964), *Mental Growth Through Positive Disintegration*. Londres, Gryf Publications.

Dabrowski, Kazimierz (1972; español 1980), *La psiconeurosis no es una enfermedad*. Lima, Ediciones Unife.

Correia De Sousa, Clovis, hijo (1982), *Introdução à psicologia tibetana*. Petrópolis, Vozes.

Dante Alighieri (esta edición, 1979/83), *La divina commedia*. Milán, Ulrico Hoepli.

Esterson, Aaron, *The Leaves of Spring*. Harmondsworth, Pelican.

Evans, Richard ((1976, español 1978), *Conversaciones con Ronald Laing*. Barcelona, Gedisa.

Foucault, Michel (francés, 1964/1972; español 1967/1986), *Historia de la locura en la época clásica* (2 volúmenes). México, Fondo de Cultura Económica (Breviarios).

Goffman, Ervin (1969), *Asylums*. Harmondsworth, Pelican Books.

Goffman, Ervin (1972), *Stigma*. Harmondsworth, Pelican Books.

Goffman, Ervin (1973), *Relations in Public*. Harmondsworth, Pelican Books.

Haley, Jay, *The Family of the Schizophrenic: A Model System*.

Haley, Jay (sin fecha), *Técnicas e poder de Jesucristo y otros ensayos*. Sin lugar de publicación, Editorial Tiempo contemporáneo.

Hillman, James (1967), *Insearch: Psychology and Religion*. Nueva York, Charles Scribners.

- Kopp, Sheldon B. (1972; italiano 1975), *Se incontri il Buddha per la strada uccidilo. Il pellegrinaggio del paziente nella psicoterapia*. Roma, Astrolabio/Ubaladini.
- Laing, Ronald David (1960; esta edición 1969), *The Divided Self*. Nueva York, Pantheon Books.
- Laing, Ronald David (1969), *The Politics of the Family*. Londres, Tavistock. Versión española (3a reimpresión 1986), *El cuestionamiento de la familia*. Barcelona, Paidós Estudio.
- Laing, Ronald D., H. Philipson y A. R. Lee (1966), *Interpersonal Perception: A Method of Research*. Londres. Tavistock.
- Laing, Ronald David (1970/1971), *Knots*. Londres, Tavistock (1970); Harmondsworth, Penguin (1971).
- Laing, Ronald D. y David Cooper (español 1973), *Razón y violencia. Una década de pensamiento sartreano*. Buenos Aires, Paidós.
- Laing, R. D. y Aaron Esterson (1971), *Sanity, Madness and the Family*. Londres, Tavistock.
- Laing, Ronald D. (1979, español 1982), *Sonetos y aforismos*. Barcelona, Grijalbo: Crítica.
- Laing, Ronald D. (1982, español 1983), *La voz de la experiencia*. Barcelona, Grijalbo: Crítica.
- Maslow, Abraham H. (1964), *Religions, Values and Peak Experiences*. Cleveland, Ohio University Press.
- Maslow, Abraham H., *El hombre autorrealizado*. Barcelona, Kairós.
- Perls, Fritz (1976), *The Gestalt Approach and Eye-Witness to Therapy*. Nueva York, Bantam.
- Perls, F. S, R. F. Hefferline y P. Goodman (1951), *Gestalt Therapy*. Nueva York, Julian Press.
- Ruesch, J y G. Bateson (1951), *Communication: The Social Matrix of Psychiatry*. Nueva York, Norton.
- Ruitenbeek, H. M., compilador (1972), *Going Crazy: The Radical Therapy of R. D. Laing and Others*. Nueva York, Bantam.
- Scheff, T. J., compilador, *Mental Illness and Social Process*. Nueva York, Harper & Row.
- Singer, June (1972), *Boundaries of the Soul: The Practice of Jung's Psychology*. Garden City, Anchor/Doubleday.
- Singer, June (1983, español 1986), *Energías del amor*. Barcelona, Kairós 1987.
- Speck, Ross V. *Psychotherapy of the Social Network of a Schizophrenic Family*.
- Sullivan, Harry Stack (1962), *Schizophrenia as a Human Process*. Nueva York, Norton.
- Sullivan, Harry Stack (español 1968), *La fusión de la psiquiatría y de las ciencias sociales*. Buenos Aires, Ed. Psique.
- Suzuki, Daisetz T., Erich Fromm y Richard de Martino (francés 1971), *Bouddhisme Zen et Psychanalyse*. París, Presses Universitaires de France: L'Actualité Psychanalytique, Bibliothèque de l'Institut de Psychanalyse.
- Szasz, Thomas, *The Myth of Mental Illness*. Harmondsworth, Pelican.

Szasz, Thomas, *Ideology and Insanity*. Harmondsworth, Pelican.

Szchazman, Morton (1972), *Soul Murder*. Harmondsworth, Pelican.

Tart, Charles T. (1975), *States of Consciousness*. Nueva York, Dutton.

Tarhang Tulku, compilador (1975), *Reflections of Mind*. Emmerlyville, Ca., Dharma Publishing. (Contiene trabajos de Tarhang Tulku, Gay Gaer Luce, Claudio Naranjo, Charles T. Tart, Arthur Shreman, Ralph Davies, Theodore M. Jasnós, Kendra Smith, Peggy Lippit, James L. Gauer, James Shultz y Tilden H. Edwards, Jr.)

Töndrup, Lama Dénis, compilador (1983), *Bouddhisme et psychologie moderne*. St. Hugon F 73 Arvillard (Savoie), Éditions Prajña. (Contiene trabajos de Dénis Töndrup, Jean-Pierre Schnetzler, Georges Verne, Janine Kiss y otros.)

Walsh, R. (1984), *Staying Alive: The Psychology of Human Survival*. Boulder, Shambhala.

Watts, Alan (1961, español 1972), *Psicoterapia del Este, psicoterapia del Oeste*. Barcelona, Kairós.

Winnicott, Donald W., *Play and Reality*. Harmondsworth, Pelican Books.

Winnicott, Donald W. (1958, español sin fecha), *Escritos de pediatría y psicoanálisis*. Barcelona, Laia.

Woodman, Marion y Elinor Dickson (1996), *Dancing in the Flames. The Dark Goddess in the Transformation of Consciousness*. Boston y Londres, Shambhala Publications.

Zuk, Gerald and Ivan Borszormenyi-Nagy, *Family Therapy and Disturbed Families*.