

UN LENGUAJE OLVIDADO
EL MENSAJE EXISTENCIAL DEL MUNDO FIGURATIVO Y CORPORAL
Y SU RELACIÓN CON LA CONCIENCIA TRANSPERSONAL

Pablo Lazcano P.*

Resumen

En este artículo, Pablo Lazcano nos muestra desde su experiencia cómo el empeño y la preocupación por tratar forzosamente de «callar nuestra mente» o el negar el silencio, incluso en momentos de interacción social, nos impiden captar y asumir tanto los mensajes de nuestro cuerpo como la vacuidad de la existencia. Por tal motivo, hace un llamado a no limitar el desarrollo de las potencialidades del ser en aras de una adaptación ciega, para lo cual se sustenta en autores como Wilber, Berman, Grof y Vaughan, entre otros, para mostrar que los seres humanos deben encontrar el sentido no solamente a través de sus elecciones y acciones en el mundo, sino también procurando alcanzar la trascendencia del ego mediante el ejercicio y ampliación de la conciencia gracias a las distintas técnicas que ofrece la psicología transpersonal.

De esta forma, aboga por recuperar la sensibilidad propiamente humana en pos de la salud de nuestro organismo o cuerpo y de la promoción de la fuerza empática necesaria para superar los problemas y conflictos sociales y personales.

Palabras claves: Trascendencia, ampliación de la conciencia, psicología transpersonal.

Fecha de recepción: junio de 2001

* Psicólogo titulado en la Universidad de Concepción (Chile). Diplomado en Terapia Gestáltica Integrativa y estudios específicos en Psicología Educacional, Psicología de la Corporalidad y Psicología Transpersonal. Docente en la Universidad Internacional San Estanislao Koffka, en la Universidad Academia de Humanismo Cristiano y en la Universidad de las Ciencias de la Informática, en Santiago de Chile. (e-mail: plazcano@academia.cl)

Abstract

In this paper, Pablo Lazcano shows us, from his own experience, how the endeavor and worry trying to force “our mind to keep silent” or deny silence, even in moments of social interaction, prevent us from catching and assuming both our body messages and existence emptiness. For this reason, he asks not to limit the development of human being potentialities in honor of a blind adaptation supported on authors such as Wilber, Berman, Grof and Vaughan to show that human beings have to find sense not only through their choices and actions in the world, but also by trying to reach the ego transcendence through the exercise and widening of conscience thanks to the diverse techniques offered by transpersonal psychology.

In such a way, he claims for recovering the proper human sensibility in pursuit of our organism or body health and the promotion of the necessary empathic force to overcome social and personal conflicts and problems.

Palabras claves: Transcendence, widening of conscience, transpersonal psychology.

INTRODUCCIÓN

Una queja frecuente entre mis pacientes y alumnos hace referencia a la frustración que les surge ante la imposibilidad de «callar la mente», aludiendo a la desesperación que les surge por no poder parar de pensar. Los estudiantes de las psicologías humanísticas y experienciales a menudo se confunden con las aseveraciones para el bronce de sus famosos terapeutas y teóricos que aluden al racionalismo cartesiano como el principal traidor de la integración de los individuos.

En forma ejemplificadora, esta afirmación se identifica claramente en los ilustres textos de la terapia gestáltica anterior a los ochenta. Incluso algunos sostienen una posición abiertamente antiteórica, paradójicamente en escritos que hoy equivalen al abc del aprendizaje del enfoque¹.

¹ YONTEF, G. (1994). *Proceso y Diálogo en Terapia Gestáltica*. Santiago de Chile, Cuatro Vientos.

Por cierto, al igual que Berman², me ha llamado la atención desde temprana edad la aparente incomodidad que presentan muchas personas cuando aparece el silencio en los momentos de interacción. En gran parte del mundo occidental, cuando llega el silencio prolongado suele ser el momento de acabar la fiesta. Morris Berman asegura que este fenómeno refleja un problema de in-corporación, es decir, de nuestra capacidad para asumir los mensajes de nuestro cuerpo, los que se harían evidentes en los momentos del silencio. El silencio desnuda crudamente la vacuidad de la existencia. En él se amplifica el cuerpo, versus la desesperación del pensamiento frente a la indesmentible honestidad de la kinestesia. Por supuesto, semejante interferencia podría romper con los acuerdos sociales respecto de la cordialidad y el trato deferente³.

La necesidad imperiosa de llenar nuestros mundos de algo parece un contrapunto dialéctico al asomo del proceso primario, que a su vez aparece paralelo en los umbrales del adormecimiento⁴.

Si bien la tesis de que en el silencio el cuerpo habla ha sido extensamente desarrollada por las escuelas experienciales occidentales (Terapia Gestalt, numerosos enfoques corporales y Teoría experiencial de E. Gendlin), Ken Wilber, a mi juicio, entrega un marco lógico muy clarificador para comprender esta experiencia.

Wilber⁵ investiga acerca del devenir de los diversos paradigmas en psicología, y llegó a especular acerca del equívoco implícito de limitar las potencialidades del ser humano al fenómeno de la adaptación y a la concepción de ego maduro piagetana. Para él, el proceso de desarrollo de los seres humanos es el mismo proceso de desarrollo de la conciencia, hecho sostenido por el budismo, en el que se ampara para definir al ego como un cúmulo

² BERMAN, M. (1992). *Cuerpo y Espíritu. La historia oculta de Occidente*. Santiago de Chile, Cuatro Vientos.

³ BRETON, L. (1995). *Antropología del Cuerpo y Modernidad*. Buenos Aires (Argentina), Nueva Visión.

⁴ VAN DEUSEN, W. (1978). *La profundidad Natural en el Hombre*. Santiago de Chile, Cuatro Vientos.

⁵ WILBER, K. (1982). *El Proyecto Atman. Una Visión Transpersonal del Desarrollo Humano*. Buenos Aires (Argentina), Kairós/Troquel.

de identificaciones que el sujeto hace y es capaz de hacer con los objetos-contenidos de la conciencia en una determinada etapa de su crecimiento. La conciencia contenedora (*self*) está delimitada al sistema nervioso la mayor parte del tiempo, aunque los estudiosos de los fenómenos hipnoídeos regresivos sostienen que la experiencia de la corporalidad en la infancia es más bien un proceso involutivo de la conciencia, la cual mantiene intacta su inmanencia⁶. Esto es del todo compatible con los postulados de la filosofía perenne.

Desde nuestro nacimiento, las identificaciones primeras se refieren al cuerpo. Nuestro mundo posee plena riqueza sensorial, y evoluciona desde la confusa indefinición hacia el «yo soy yo», el que percibo. Sabemos que Rogers⁷ tuvo la genialidad de recordarnos la dura batalla que sostenemos en esta etapa en búsqueda de la confianza básica y autorregulatoria sustentada en la frágil sabiduría de nuestro aparataje orgánico enfrentado a la imponente socialización.

Paralelo al desarrollo de nuestro sistema nervioso incrementamos en cantidad y cualidad nuestra capacidad de intencionar nuestra conciencia. Con los años surgen elaboraciones complejas de estados interiores que, mediante la guía de nuestros congéneres, aprendemos a rotular según las descripciones culturales conocidas como emociones y sentimientos. Por supuesto que en esta rotulación gran parte de la rica experiencia sensorial queda reducida a la huella asociativa.

Hasta aquí queda la identificación del ser con sus procesos primarios pues, conforme a nuestro sistema de aprendizaje, comenzamos a reemplazar la experiencia directa por estas configuraciones mediadoras y relativas en el juego significativo-significado.

En esta etapa del desarrollo de la conciencia y acorde con la descripción piagetana, el sentido del sí-mismo puede ser explicado mediante abstracciones y relaciones de causalidad histórico-sociales. Wilber llama a esto la

⁶ GROF, S.(1984). *Psicología Transpersonal*. Buenos Aires (Argentina), Kairós.

⁷ ROGERS, C.(1961). *El proceso de convertirse en Persona*. Buenos Aires (Argentina), Paidós.

etapa cartesiana de la identificación del ego, sitio donde se promueven holgadamente las modalidades tradicionales y formales de la educación. De hecho, me parece el recurso más potente con el que cuentan la mayoría de nuestros estudiantes universitarios.

Y es de aquí en adelante cuando la confusa posibilidad de la vacuidad cobra un poderoso rol en el desarrollo de las personas.

Josep Fericla⁸ afirma que «*la mente viaja por dentro de sí misma, se descubre en todas su dimensiones, incluido el inconsciente ordinariamente bloqueado por el proceso secundario, por la cultura conformada alrededor de un lenguaje sintáctico excesivamente restringido para expresar los contenidos primarios y naturales de nuestra psique*» (p.19). La distancia abismal entre ambos procesos puede resultar simplemente intolerable, y este conflicto se vuelve en sí mismo explicativo de por qué muchas personas buscan estados distintos de la conciencia. La trascendencia puede buscarse como progresión, aunque usualmente se equivoca hacia estados regresivos. El primero es la metáfora de la expansión, y el segundo de la cómoda compresión intrauterina. El vehículo ansiado puede encontrarse en las drogas legales y las que no lo son, en las conductas compulsivas (como en el sobreconsumismo o el fanatismo), en las prácticas místico-religiosas o en la autoaniquilación.

De cualquier forma, en este estado de la identificación se pone en cuestión –velada o explícitamente– el sentido de la existencia. El sujeto existencial intentará encontrar el sentido a través de la acción individual sobre el mundo. Sin embargo, tarde o temprano cualquier intento aparecerá desesperado o absurdo frente a la evidente posibilidad de la muerte. El sujeto, siendo fundamentalmente el *self*, se ha identificado desde el ego como el principio gobernante. El proceso primario le recordará en forma permanente las fuerzas del *self*, por lo que la angustia existencial reflejará la posibilidad de la aniquilación de este sistema de gobierno a través de la intuición descarnada de la sombra, de la posibilidad de la locura o del abandono.

⁸ FERICLA, J.(1994). *El Sistema Dinámico de la Cultura y los diversos estados de la mente humana. Bases para un Irracionalismo Sistemico*. Barcelona (España), Anthropos Editorial del Hombre.

En medio de tal tormenta, volver a un estado oceánico infantil no es lo mismo que trascender al ego. Wilber llama a esto la «falacia pre-trans». El primero es la negación de sí y de las potencialidades de la conciencia para salir airoso. Lo segundo es un proceso de diferenciación, trascendencia e integración⁹. La fijación en cualquiera de las etapas de la identificación (corporal, emocional, racional o existencial) parece ser en sí el quid de la patología.

ACERCA DE LA RELACIÓN ENTRE LOS PROCESOS PRIMARIOS Y LA TRASCENDENCIA

En un sentido existencial, el *self* no se enriquece por simple adición de atributos. Tendría como propiedades la consistencia, flexibilidad y la plasticidad suficiente como para valerse beneficiosamente de cada uno de los recursos adquiridos mediante la identificación. De hecho, el *self* casi siempre se comportará de manera coherente con las necesidades de preservación de los organismos. En un sentido transpersonal, el *self* buscará la trascendencia del ego hacia una relación con el mundo cuyo único techo es el absoluto, donde están incluidos tanto lo inconmensurable como los demás seres.

Bateson¹⁰ advirtió del error que cometemos al concebirnos separados del mundo. La distinción es una de las cualidades de funcionamiento característica durante el desarrollo de los procesos formales. Se da por sentado que todos los organismos evolucionan hacia la diferenciación de sus estructuras, aunque su sobrevivencia se garantiza a partir de su intercambio abierto y fluido con el entorno. Esta capacidad de establecer relaciones de intercambio para la búsqueda del equilibrio de las fuerzas vitales parece ser propiedad de muchos sistemas, y requiere de algún grado de «inteligencia» negociadora. Luego, la inteligencia no es una dote exclusiva del ser humano. Tanto Lovelock como Lawrence¹¹ aseguran que incluso es posible concebir al planeta como un ser viviente en este mismo sentido.

⁹ VAUGHAM, F.(1986). *El Arco Interno. Curación y Totalidad en Psicoterapia*. Buenos Aires (Argentina), Kairós.

¹⁰ BATESON, G. (1985). *Pasos hacia una ecología de la mente*. Buenos Aires (Argentina), Planeta-Carlos Lohle.

¹¹ LAWRENCE, J.(1992). *Gaia. La Tierra Viviente*. Santiago de Chile, Cuatro Vientos.

El pensamiento en su cualidad analítica carece, al mismo tiempo, de la propiedad *pars pro toto* de sí mismo. No puede sino distinguir entre una gran variedad de árboles, obviando o perdiendo de vista al bosque¹². La capacidad sintética de la psique es parte de la experiencia complementaria, analógica, emocional, corporal y metafórica. La experiencia emocional nos acerca al otro y al mundo. Es la base de la empatía.

Por el contrario, las exaltaciones del ego de identificaciones cartesianas promueven las ideologías¹³. Toda ideología es por definición excluyente, y puede degenerar en extremos como el «egoísmo sagrado» de Mussolini.

En consecuencia, Berman¹⁴ nos invita a la re-erotización del mundo, a la recuperación de la sensibilidad ya no sólo en pos de la salud de nuestros organismos, sino también como el mecanismo de promoción de la fuerza empática suficiente para detener el colapso social y ecológico amparado por las ideologías sociales y económicas.

Mucha agua ha corrido bajo el puente desde los primeros intentos por acercar los descubrimientos de la ciencia a las antiguas tradiciones culturales, usualmente tratando de reubicar los hallazgos en el marco de alguna ética a la altura de su marco tan supuestamente universalista, si bien hoy sabemos que las posiciones científicas también se limitan a una comunidad científica específica que las sustenta¹⁵.

Los hallazgos de David Bohm y el análisis de Karl Pribram nos muestran un concepto ampliado de la mente al estilo de un holograma¹⁶, el cual contiene más allá de las apariencias, la posibilidad de desplegar un orden implícito compatible con la idea de inmanencia de Wilber. Este despliegue de la conciencia ha sido experimentado desde la antigüedad. Si bien la

¹² WATZLAWICK, P.(1989). *El Lenguaje del Cambio*. 4ª ed. Barcelona (España), Herder.

¹³ WESCOTT, R. (s/f). «Estados de Conciencia». En: WHITE, J.(comp.) (1979). *La Experiencia Mística*. Barcelona (España), Kairós/Troquel.

¹⁴ BERMAN, M.(1987). *El reencantamiento del Mundo*. Santiago de Chile, Cuatro Vientos.

¹⁵ GROF (1984), *op. cit.*

¹⁶ PRIBRAM, K. (s/f) «La hipótesis holográfica del funcionamiento cerebral. Un encuentro entre mentes». En: GROF, S.(comp.)(1991). *Sabiduría Antigua y Ciencia Moderna*. Santiago de Chile, Cuatro Vientos.

medicina moderna logró la imposición del juicio de realidad, hoy en día las cosas vuelven a cambiar. La posibilidad de acceder a estados de conciencia extraordinarios y sincrónicos ha dejado de ser exclusiva propiedad de los sujetos en estado de ruptura psicótica¹⁷.

He descrito las posibilidades que los aspectos más arcaicos de la psique dan al crecimiento de los seres humanos, sumando el reconocimiento que hacen científicos eminentes acerca de sus insospechados recursos. Hasta ahora la cultura aparece más como un franco opositor, más que develando la estrecha relación que existe entre los procesos primarios y la cultura *po-seen*.

LO INTERNO Y LA CULTURA

Franz Boas¹⁸ asegura que las culturas civilizadas provienen de organizaciones primarias en las que paulatinamente se reemplazó asociaciones emocionales, expresiones sensoriales y otras actividades básicas por asociaciones intelectuales. Sin embargo, cada cultura ha girado en torno a aspectos míticos que las hacen peculiares. Estas mitologías pueden darse en áreas aparentemente distantes como la religión o la economía. La fe en la industrialización nos aparece en un marco de objetividad científica y realidad incuestionablemente benéfica. En último caso, el impulso de la propaganda hacia el consumo suele basarse en aspectos de la vida emocional, tales como el miedo a la pobreza y el abandono, el rechazo del hastío inminente, y la reafirmación del ego mediante el logro del prestigio social. La apelación a este componente afectivo colectivo es el trabajo de profesionales dedicados y creativos, quienes se forman en universidades e institutos, quienes promueven los acopios de conocimiento efectivo al respecto.

En una expresión paralela, la magia, la religión, los ritos y los procedimientos de adentramiento en los misterios cósmicos forman un todo sistémico que relaciona estas prácticas con la misma sociedad y la cultura.

¹⁷ LUKOFF, D. (1990). *Crisis iniciática chamanística y psicosis*. En: TAKIWASI, 5, 101-114.

¹⁸ BOAS, F. (1964). *Cuestiones Fundamentales de Antropología Cultural*. Buenos Aires (Argentina), Solar.

El místico, el curandero o el promotor de una religión codifica para los otros los mensajes que provienen de sus tradiciones o de sus propias experiencias extáticas. Usualmente estos mensajes incluyen, a su vez, complejos entramados de imaginiería que aportan en forma significativa a la resolución de las tensiones sociales de un pueblo o de la tensión interna de un cultor de la disciplina.

Tal potencia de imaginiería puede ser espontánea (sueños) o autoinducida (trance) y porta implícitamente formas socialmente condensadas para su interpretación¹⁹. La dote del iluminado está usualmente en la capacidad para recibir los mensajes trascendentes (el estado meditativo o extático) y en su don para entregarlo (carisma).

Mas allá del don, he podido apreciar que suelen incluirse arduos y sistemáticos entrenamientos, no desprovistos de sacrificios individuales, sociales e incluso culturales. Las cualidades iniciáticas de tales aprendizajes pueden sustentar un sistema de castas, usualmente subfragmentadas en el tiempo de acuerdo con distintas interpretaciones de la experiencia inicial, y se asumen diferentes posiciones en torno a la ortodoxia. La política es la práctica mediante la cual los grupos sociales negocian sus derechos y deberes.

EL ÚLTIMO PASO: DE LA EXPERIENCIA EXISTENCIAL A LA CONCIENCIA TRANSPERSONAL

Comentamos que el agotamiento de sentido en las interpretaciones ordinarias de la existencia tiene vías lógicas de desahogo, tales como la regresión, la fijación o la trascendencia. En este último caso, Grof²⁰ investiga numerosos reportes de personas que experimentan estados alterados de conciencia debido a la práctica de la hiperventilación, una antiquísima forma de promoción de estados no ordinarios de conciencia. En ellos puede constatar la recursividad del drama muerte-renacimiento como resolución a la crisis personal. El proceso inicialmente regresivo aporta una nueva estructura de sentido, la que con el ejercicio sistemático concluye resolviendo un curso

¹⁹ FERICLA, *op.cit.*, p.35.

²⁰ GROF, S.(1994). *La Mente Holotrópica. Fundamentos Experimentales de una nueva Visión de la Conciencia Humana*. Buenos Aires (Argentina),Planeta.

de resolución hacia significados evidentemente transpersonales. Las bandas transpersonales son estados transitorios de la conciencia, en los cuales ésta se plantea en forma ampliada y develadora de contenidos arquetípicos profundos. Este paso suele marcar una reestructuración del sentido del sí-mismo, el cual deja de ordenarse desde una realidad consensual o condicionada tan históricamente. El yo incluirá ahora una supraordenación con base en estos elementos arquetípicos universalistas.

Este fenómeno de la muerte y renacimiento está presente en una gran cantidad de experiencias consagradas y en diversas culturas, y nuestra Latinoamérica es rica en este sentido²¹. La retransmisión del material simbólico ha confirmado y enriquecido la vida metafórica o figurativa de los pueblos, y aportado fuente de sentido e inspiración a sus miembros²².

El aspecto iniciático tiene que ver con el trabajo sistemático y disciplinado en torno al desarrollo del conocimiento de la tradición sagrada, rica en simbologías específicas, prácticas medicinales y técnicas «de entrada» o puertas perceptuales que facilitan el logro de estados no ordinarios de conciencia.

Son habituales los métodos rítmico-respiratorios, la concentración forzada, la fatiga perceptual, el silencio intelectual, la aceptación y la fe en las capacidades del organismo, el consumo de sustancias consagradas. La post interpretación de la vida onírica y simbólica suele realizarse de acuerdo con pautas de tradición reservadas²³.

Los aprestos a las prácticas extáticas suelen atender a la corporalidad mediante ejercicios de abstinencia y purificación (dietas, purgas, saunas o baños), a prácticas de sensibilización corporal (masajes, acalamientos, cantos y meditación en sus múltiples variantes) y apresto simbólico-rituales.

²¹ GUTIÉRREZ, R. y VILLALOBOS, M. (comps.) (2000). *Espiritualidad de los pueblos indígenas de América*. Mexico, Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.

²² PERRIN, M. (comp.) (1990). *Antropología y Experiencias del Sueño*. Cayambe (Ecuador), Abya-Yala.

²³ HUIZER, G. (s/f). «Saber y Espiritualidad Indígena desde Una Perspectiva Global». En: GUTIÉRREZ, R. y VILLALOBOS, D., *op.cit.*

Cabe destacar que los rituales comúnmente incorporan aspectos del entorno cultural, geográfico y ecológico.

AL FINAL

Me cabe destacar que el estado resultante de la experiencia transpersonal es notoriamente filiativo e integrador. Sorprende por el bienestar corporal y la fuerza o lucidez de las asociaciones subceptivas. La intuición de universalidad de la experiencia se compara con las investigaciones que demuestran símbolos comunes en culturas de prácticas trascendentalistas esparcidas a lo ancho y largo del globo y que no contaban con otras posibilidades de contacto directo²⁴.

Vaugham²⁵ ha afirmado que la experiencia transpersonal posee en sí un potencial sanador. Este potencial se encuentra sumergido en un mundo exquisitamente simbólico y afectivo, y requiere una revisión lúcida de las operaciones racionales e inconscientes mediante las cuales limitamos su desarrollo.

Es entonces el silencio y el acercamiento al mundo un camino de desarrollo de la conciencia sin fronteras, a través de la experiencia empática, de cualidad esencialmente emocional. La racionalidad puede enriquecerse profundamente al actualizarse de acuerdo con esta subordinación, la cual asegurará la compensación necesaria a la exaltación que de ella ha hecho nuestra cultura occidental. Aun así comprendo que esta afirmación no puede entenderse como una apología antiteórica. Significa para mí que cada plano de experiencia cumple una función, y que una no reemplazará a la otra. Las leyes del afecto resultan *in vivo* demasiado paradójales para el pensamiento cartesiano. El mundo racional es parte viva de nuestra experiencia, y el desarrollo requiere de su integración más que de su alienación. Incluso la regresión puede comprenderse como el merecido descanso para la dura empresa de la búsqueda del sentido de la existencia.

²⁴ NARBY, J. (1998). *La Serpiente Cósmica. El ADN y los Orígenes del Saber*. Tarapoto (Perú), Takiwasi/Racimos de Ungurahíe.

²⁵ VAUGHAM, *op. cit.*

Las prácticas curativas de nuestras culturas ancestrales latinoamericanas significan un profundo aporte a la ciencia psicológica. La aproximación a este entorno implica rigor en el ejercicio del método fenomenológico, así como una fuerte dosis de coraje y respeto, ya que no en vano hemos ocultado nuestra sombra.

Sin embargo, y más allá del natural temor a la libertad y a sus opciones, el silencio habla con las voces antiguas de la tierra y el cielo. Así lo reza una canción tradicional de la curandería amazónica, la que, como veremos, recomienda al aprendiz un momento de integración antes de seguir adelante. La cito aquí como mi deseo final hacia ustedes:

*Ábrete corazón
 ábrete sentimiento
 ábrete entendimiento
 deja a un lado la razón
 y deja brillar al sol
 escondido en tu interior*

*Ábrete memoria antigua
 escondida en la tierra
 en las plantas, en el aire
 bajo el agua
 bajo fuego
 hace ya mucho tiempo*

*es tiempo ya
 ya es hora
 ábrete corazón y recuerda
 cómo el espíritu cura
 cómo el amor sana
 cómo el árbol florece
 y la vida perdura*

cómo abriéndote al mundo, al darte, tu ser crece

ábrete corazón.