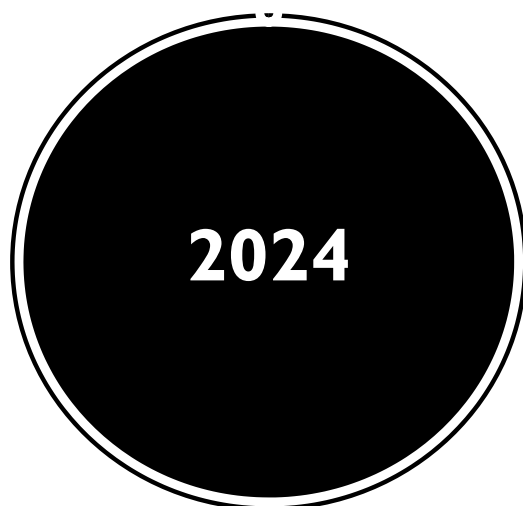




ati magazine #12

ISSN-impreso: 2788-4023
ISSN-digital: 2788-4031



ASOCIACIÓN
TRANSPERSONAL
IBEROAMERICANA

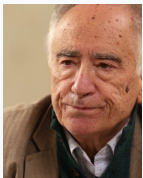
Órgano divulgativo

Dra. Nadia Rosas-Chávez

Editora

contacto@ati-transpersonal.org

Contenido



Manuel Almendro

Unas palabras desde el Proceso Oxígeme

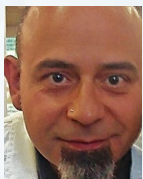
(p. 5-12)



Héctor Gil García

El perdón transpersonal y terapéutico

(p. 13-16)



Juan Antonio de la Cruz Martín

La sana-acción es Ser

(p. 17-19)



Alenka Robine

La fotografía como instrumento terapéutico y participativo

(p. 20-22)



José Delgado

Imaginación activa en el proceso de psicoterapia junguiana. Fuente de autoconocimiento

(p. 23-25)



Richard Woock Rengifo

El laberinto terapéutico (Segunda parte)

(p. 26-28)



José Daniel Puche Lacharme

**De la psiquiatría convencional a la Terapia Integral Transperso-
nal: un viaje de autodescubrimiento**

(p. 29)



Federico Infante

Obituario Eduardo Gastelumendi Dargent (Lima, 1957–2024)

(p. 29-31)



Nury Brillid Guzmán Ávila

Reseñas editoriales

(p. 32-33)



Carl Gustav Jung

Mysterium coniunctionis (cita)

(p. 34)

Un Proceso Físico, Psicológico y Espiritual hacia una Psicología de la Consciencia.

¿Psicología Transpersonal? *Rasgando el velo*

Dicen que cuando a Jesús de Nazaret se le presentó el demonio allá arriba en el monte desde dónde se veía el mundo y se le podía tentar fácilmente con el instinto del poder, le dijo: todo esto te daré y... ¡haremos una empresa!

Con más de cuatro décadas de inmersión en la clínica profesional es obvio que mi trabajo se ha convertido en una de las mayores fuentes de conocimiento personal y profesional, gracias a los pacientes. Reto y dedicación que exijo a mis alumnos basada en un compromiso real con la sociedad y con hacienda.

De forma general en organizaciones y dedicaciones he percibido dos clases de personas y compromisos: unas van a ver qué sacan y otras van a ver qué dan.

La Psicología Transpersonal nace como puente hacia la espiritualidad entendida por mi parte como disciplina que se dirige hacia el sentido último de la vida y al desarrollo evolutivo de las más altas capacidades a fin de corporizar la Consciencia Universal.

La Psicología Transpersonal que se ha movido en sus inicios europeos y americanos con la Intención puesta en Oriente, supo abrirse a la mirada espiritual, sin embargo también ha tenido que pasar por esta dicotomía, y en relación a su desviación surgió el libro *Transpersonal Psychology and Science* editado por Douglas MacDonald y yo mismo en inglés y con visos de publicarse en español (MacDonald, D.; Almendro, M. 2021).

Todo comenzó a partir de una pregunta personal que lancé a los cuatro vientos sobre qué era la Psicología Transpersonal y hacia dónde estaba yendo. Es decir, si era una disciplina que por ganar un adjetivo había perdido el sustantivo. Por lo tanto si conceptos y hechos iban o no parejos. A ello respondieron figuras importantes desde Europa, América y Asia, como Stanley Krippner, Walsh and Vaughan, etc. Y participaron

A Physical, Psychological and Spiritual Process towards a Psychology of Consciousness.

Transpersonal Psychology? *Ripping Away the Veil*

They say that when Jesus of Nazareth was presented with the devil up on the mountain where he could see the world and could easily be tempted by the instinct of power, the devil said to him, "All this I will give you and ...we will make a company!"

With more than four decades of immersion in the professional clinic it is obvious that my work has become one of the greatest sources of personal and professional knowledge, thanks to the patients. I demand challenge and dedication from my students based on a real commitment to society and the tax authorities.

In general, in organizations and dedications I have perceived two kinds of people and commitments: some go to see what they can get out of it and others go to see what they can give.

Transpersonal Psychology was born as a bridge to spirituality, understood by me as a discipline that is directed towards the ultimate meaning of life and the evolutionary development of the highest capacities in order to embody Universal Consciousness.

Transpersonal Psychology, which from its European and American beginnings has had its Intention focused on the East, knew how to open itself up to the spiritual contemplation, however, it has also had to go through this same dichotomy, and in relation to its deviation, the book *Transpersonal Psychology and Science* arose, edited by Douglas MacDonald and myself in English and with the idea of publishing in Spanish (MacDonald, D.; Almendro, M. 2021).

It all started from a personal question that I threw out to the four winds about what Transpersonal Psychology was and where it was going. That is to say, if it was a discipline that by gaining an adjective had lost the noun, leading to whether or not concepts and facts went hand in hand. Important figures from Europe, the Ameri-

La Psicología Transpersonal [...] disciplina que se dirige hacia el sentido último de la vida y al desarrollo evolutivo de las más altas capacidades

Stanley Krippner, Ken Wilber, Claudio Naranjo, Harry Friedman, Vitor Rodrigues, Jorge Ferrer, Román Gonzalvo, entre otros muchos.

Y entre numerosos correos se fueron intercambiando opiniones que nos llevaron a la creación por fin del libro con contribuciones que mostraban la preocupación por la fascinación que esta disciplina iba generando y su rápida expansión, sin que previamente hubiera una preparación, claridad y un compromiso. Se decía que la Psicología Transpersonal no podía establecerse a partir de usarla como señuelo para promocionar y rentabilizar el producto. Esto podría acabar con el poco crédito del que ya gozaba, sobre todo en instituciones de prestigio. De hecho hubo quien propuso que de poder seguir adelante habría que cambiar el nombre a Psicología Espiritual.

Por mi parte en mi autobús "transpersonal" traté de editar tres libros hasta ese momento en el que intervinieron Stanislav Grof, Frances Vaughan, Roger Walsh Dhiravamsa, Salvador Pániker, Eduardo Gastelumendi, Virginia Gadwel, entre muchos otros. A ello se les sumó posteriormente el que con un grupito pequeño con Fernando Rodríguez Bornaetxea, Enrique Galán, Jaime Llinares, José María Poveda, Octavio García Pereiro, etc. pudimos desarrollar actividades como conferencias, congresos, revistas... A partir de mi proposición de crear ATRE, la Asociación Transpersonal Española, en 1994.

Al principio en mis primeras intervenciones en los años ochenta todo consistía en explicar qué era la Psicología Transpersonal, años después explicar lo que no era, que no tenía que ver con actividades como el tarot, magias y cartomancias... ya que respetando su origen ocultista no cabían dentro del paraguas de la Psicología Transpersonal como con acierto criticó Sam Shapiro (Shapiro, 1989). En consonancia con Sam Shapiro y desde mi comienzo en el mundo transpersonal fue evidente que muchas de las personas interesadas presentaban una atracción infantil, como de jugar a la espiritualidad. Durante mi trabajo clínico —y esto pasa con mis alumnos— han venido gente rebotada de terapias o centros sectarios y "pseudo procesos". Es obvio que se hacen cursos que se convierten en una volada de fin de semana, a menos que sea un paso de inicio para lo que puede ser relevante: más que ir de curso en curso la clave parece estar en hacer un

cas and Asia, such as Stanley Krippner, Walsh and Vaughan, etc., responded to this question. Stanley Krippner, Ken Wilber, Claudio Naranjo, Harry Friedman, Vitor Rodrigues, Jorge Ferrer, Román Gonzalvo, among many others, participated.

It was among numerous emails where opinions were exchanged that led to the creation of the book with contributions that showed concern for the fascination that this discipline was generating and its rapid expansion, without having any prior preparation, clarity or commitment. It was said that Transpersonal Psychology should not be established by using it as a lure to promote and monetize the product. This could destroy the little credit it already acquired, especially in prestigious institutions. In fact, some have suggested that if it were to go ahead, the name should be changed to Spiritual Psychology.

For my part, in my "transpersonal" journey, I had been editing three books up to the time in which Stanislav Grof, Frances Vaughan, Roger Walsh Dhiravamsa, Salvador Pániker, Eduardo Gastelumendi, Virginia Gadwel, amongst many others, took part. In addition, with a small group consisting of Fernando Rodríguez Bornaetxea, Enrique Galán, Jaime Llinares, José María Poveda, Octavio García Pereiro, etc., we were able to develop activities such as conferences, congresses, magazines, etc..... Starting with my proposal to create ATRE, the Spanish Transpersonal Association, in 1994.

At the beginning, in my first interventions, in the eighties, my work mostly consisted of explaining what Transpersonal Psychology was, years later, it was explaining what it was not, reiterating that it had nothing to do with activities such as tarot, magic, card readings and fortune telling... while respecting their occult origin, they did not fit under the umbrella of Transpersonal Psychology, as Sam Shapiro rightly criticized (Shapiro, 1989). In line with Sam Shapiro and from my early days in the transpersonal world, it was evident that many of the people interested had an infantile attraction to playing with spirituality. During my clinical work —and this happens with my students— people have come from therapies or sectarian centers and "pseudo-processes". It is obvious that courses taken are weekend fly-by, unless it is an initiation step for what can be relevant: rather than going from

seguimiento bien con una persona o centro honesto y solvente; bien sea en un proceso religioso, psicoespiritual o proceso de consciencia. Para ello es crucial tener una información fidedigna del sitio en el cual el aspirante se encomienda.

Sin preguntar nada por mi parte y a raíz de una conferencia que me había sido pedida por unos Junguianos de América, la conversación final entre colegas se derivó a la asistencia de algunos de ellos al congreso de EUROTAS del año 2024.

Mi asistencia a congresos de esta asociación fue hace casi en los inicios en los que me encontré con enfrentamientos de poder entre dos facciones, sin yo formar parte de estas luchas anti-transpersonales. De hecho, por esa época se me ofreció la posibilidad de organizar la sección de la Psicoterapia Transpersonal por parte de los colegas holandeses. Pero tal fue la desilusión que rechacé el puesto, ya que los "Psicoterapeutas" que acudieron eran practicantes de yoga y otras líneas que nada tenían de experiencia clínica en psicología y medicina.

Pero retomando la conversación lo que se me dijo desde América es que en el congreso hubo muy pocas intervenciones dignas de ser escu-

course to course, the key seems to be to engage an honest and solvent person or center; be it a religious, psycho-spiritual or consciousness process. For this it is crucial to have reliable information about the place where the aspirant is entrusting themselves.

Without any involvement on my part and as a result of a lecture I had been asked to give by some Jungians from America, the conversation between colleagues led to the attendance of the EUROTAS congress in 2023 by some of them.

My participation in the congresses of this association was practically at its beginnings where I encountered power struggles between the two factions, without forming part of these anti-transpersonal struggles myself. In fact, at that time I was offered the possibility to organize the Transpersonal Psychotherapy section by my Dutch colleagues. But the disappointment was such that I turned down the position, as the "Psychotherapists" who came were yoga practitioners and others from similar disciplines who had no clinical experience in psychology or medicine.

But to return to the main conversation, what I was told from America is that there were very



chadas porque lo demás era prácticamente una venta de cursos y de ampliar cuotas de mercado en general, y especialmente allí, en donde nada se sabe de estas tendencias.

Es obvio que las palabras se gastan de forma muy rápida por la exageración de información en redes sociales, pero siguen los mismos hechos que coinciden con la oferta de poder y economía del diablo sobre Jesús. Por lo tanto cuando se satura un espacio como el europeo hay que buscar espacios nuevos y trapichear con el "he sido formado en la escuela de mi amigo o mi cuñado tal..." En conversaciones con Frances Vaughan, en su despacho rodeado de árboles y de ciervos en San Francisco, ya me prevenía de que el mayor de los egos es el ego espiritual, opiniones que también publicó, sabiendo que era una mujer de gran valía en honestidad y humildad (Vaughan, 1998).

Dada estas digresiones vemos que seguimos sin escuchar la pregunta que originó la inquietud transpersonal de los grandes iniciadores europeos y americanos: no se da el despertar interior y por lo tanto seguimos "cazando".

Efectivamente para mí fue un acicate cuando Agustín y Salvador Pániker de la editorial Kairós me dijeran que sí a un libro que aún estaba en mantillas y que concluí en el año de gracia de 1992, y entregado en 1993. Libro que hoy cuenta ya con ocho ediciones esparcidas por medio mundo. Y esto me animó a seguir en la tarea (Almendro, 1994).

No creo que este escrito sirva de algo para prevenir de la inercia del miedo a la incertidumbre que radica en la explotación de la vida exterior que culmina en los enfrentamientos destructivos colectivos a partir de sintonizar con las cósmicas fuerzas ocultas destructivas y a desintonizar con las cósmicas fuerzas luminosas. ¡Cuánta Razón! Maestro Sri Aurobindo, La Madre y algunos de los maestros indígenas semiocultos.

Al estar ya en la era del Kaliyuga, —según afirman los hindúes— y surcando ya el final de un ciclo en el proceso evolutivo, como mantengo por mi parte, vemos que lo que sucede en el mundo transpersonal no marcha de forma dife-

few interventions worth listening to at the congress because the rest were, for all practicality, a sales pitch and only wanting to expand the market shares in general; and especially there, where nothing was known about these trends.

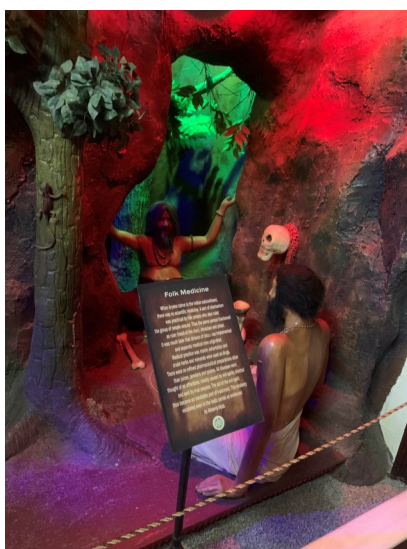
It is obvious that words are being consumed very quickly because of the deluge of information on social media, but the same facts continue to be present and coincide with the devil's offer of power and wealth to Jesus. Therefore, when a space, such as Europe, is saturated, it is necessary to look for new locations and to deal in the "I have been trained at my friend's school or at brother-in-law's place". In conversations with Frances Vaughan, in her office surrounded by trees and deer in San Francisco, she had already warned me that the biggest ego is the spiritual ego, an opinion which she had published previously, with the knowledge that she was a woman of great values in honesty and humility (Vaughan, 1998).

Given these digressions we see that we are still not hearing the question that originated the transpersonal restlessness of the great European and American initiators: the inner awakening is not happening and therefore we are still "hunting".

It was indeed an incentive for me when Agustín and Salvador Pániker of the publishing house Kairós said yes to a book that was still in its infancy and which I completed in the year of grace 1992 and delivered in 1993. This book now has eight editions and has been dispersed around the world. And this encouraged me to continue with my work. (Almendro, 1994).

I do not believe that this writing is of any use in preventing the inertia from the fear of uncertainty that lies in the exploitation of outer life culminating in collective destructive confrontations from tuning in to the cosmic destructive occult forces and being out of tune with the cosmic luminous forces. How right they are! Master Sri Aurobindo, The Mother, and some of the other semi-hidden indigenous masters.

As we are already in the age of Kaliyuga, according to the Indians, and plowing through the end of a cycle in the evolutionary process, as I



rente a lo que sucede en el mundo. Unos contra otros y otros contra unos, cada cual otorgándose el derecho a la verdad a veces disfrazada de buenismo y apropiándose del altavoz que el desbarajuste de las circunstancias ofrece para manipular a sus seguidores que tampoco —seguidos y seguidores— escuchan su propia voz interior.

El despertar interior sigue esperando y a pesar de los gritos de la Madre y de las vías ofrecidas como las de Sri Aurobindo, entre otros grandes y pocos Maestros, el paisaje exterior queda en lucha de egos, en lucha para otorgarse la propiedad de los legados, cuando el verdadero legado está en la punta de la nariz de cada ser viviente. Y después de la aparición de seres excepcionales la lucha por el legado se convierte en la Gran Prueba.

Los testimonios de Satprem con sus avenencias y desavenencias con La Madre, los terribles ascensos y descensos de la energía divina, para propiciar el descenso de la consciencia supramental, el sufrimiento imposible con las súplicas, gritos y desesperación ante el fuego del Agni kundalínico de la Madre pidiendo ya la "Transfiguración" a nivel de la Tierra, pone de manifiesto que el camino verdadero es para muy pocos, ¿sabremos lograrlo? Por eso ellos denuncian que la reacción del <<barrizal>> de los allegados en contra de la "raza divina" atados al instinto del poder y del miedo obstruyen el proceso. (Aurobindo, 1952, 2006; Madre, 1999; Satprem, 1991).

El Cuerpo de Luz está presente en algunos altos curanderos indígenas en América, y según sabemos Jesús carpintero no se convirtió en un empresario de muebles, sino que en su Cuerpo de Luz se presentó a los dimitidos en Emaús y a los incondicionales como Magdala, y discípulos. Alcanzar este estado es casi imposible y como ejemplo entendemos que aparecen las reacciones de los allegados a la Madre en Auroville, y cómo en frase lapidaria en la introducción a sus plegarias y meditaciones se dice que la carga de ignorancia y las sugerencias derrotistas, acaban por hacer insostenible la vida de Madre y tras una lucha titánicas con esas malas voluntades, esta situación provoca la muerte, a sus 95 años.

maintain for my part, we see that what is happening in the transpersonal world is no different from what is happening in the world at large. One against the other and the other against the one, each granting himself the right to the truth, sometimes disguised as the good one, while appropriating the loudspeaker when the confusion of circumstances allows the manipulation of his followers, who also - leaders and followers - are not listening to their own inner voice.

The inner awakening is still waiting and in spite of the cries of the mother and the avenues offered, such as those of Sri Aurobindo, among other few and great Masters, the outer landscape is left in a struggle of egos, in a struggle for ownership of the legacies, when the real legacy is at the tip of the nose of every living being. And after the appearance of exceptional beings the struggle for legacy becomes the Great Test.

The testimonies of Satprem with his compromises and disagreements with the Mother, the terrible ascents and descents of the divine energy which bring about the descent of the supra-mental consciousness, the impossible suffering with the pleas, cries and despair before the kundalini Agni fire of the Mother craving the "Transfiguration" of Earth, makes it clear that the true path is for very few; are we able to achieve it? That is why the testimonies denounce that the muddied reaction of the group of allies against the divine race which is tied to the instinct of power and fear, obstructs the process. (Aurobindo, 1952, 2006; Mother, 1999; Satprem, 1991).

The Body of Light is present in some renowned indigenous healers in America, and as far as we know Jesus the carpenter did not become a furniture entrepreneur, but in his Body of Light he presented himself to the resigned ones at Emmaus and the true and steadfast such as Magdala, and disciples. To reach this state is almost impossible and as an example we understand the reactions of those close to the Mother in Auroville, and how in a gravestone engraving in the introduction to her prayers and meditations it is said that the burden of ignorance and the defeatist suggestions, end up making Mother's life unbearable and after a titanic struggle with these evil wills, this situation causes her death, at 95 years of age.



Quede como epitafio que para los guerreros de esa inmensidad la paciencia es la puerta de la liberación.

De todas maneras, no es extraña la reacción fosilizadora ya que a tenor de los pocos maestros que he reconocido desde mi consciencia, sus enseñanzas ya sean védicas, del aire, del cosmos, de la tierra, de la cruz, del zafu,... en la que, una vez probadas, encarnadas, a nivel espiritual, resulta que lo que sigue es navegar en la más espantosa de las incertidumbres, en lo que no cabe ya la última treta del ego: apropiarse de la luz del espíritu.

Mi destino ha sido el Oeste y en mi reciente viaje al Este, concretamente a India participando de las estelas que llevan conmigo más de cuatro décadas presentes en mis incursiones, silencio-Zen, montañas y selvas, como han sido y son principalmente San Juan de la Cruz, Santa Teresa, Seon, Aurobindo y Madre, Krishnamurti, Ramana Maharshi y mis maestros Mazatecos y Asheninkas, desde ese Este Indio de Pondicherry el eco de la lucha de egos sigue en la brecha como constitutivo del Instinto de poder que doblega a los humanos por muy iniciados que se presenten.

It remains as an epitaph that for the warriors of this immensity, patience is the door to liberation.

In any case, the fossilizing reaction is not strange, since based on the few masters I have recognized, according to my understanding, their teachings, be they Vedic, of the air, of the cosmos, of the earth, of the cross, of the zafu, ...in which once tested, incarnated, on a spiritual level, it turns out that what follows is to navigate in the most frightening of uncertainties, in which the ego's last trick no longer fits: to appropriate the light of the spirit.

My destination has been the West, and recently the East, specifically on a trip to India where I participated in the pillars that have been present with me for more than four decades in my forays, silence-Zen, mountains and jungles, such as St. John of the Cross, St. Teresa, Seon, Aurobindo and Mother, Krishnamurti, Ramana Maharshi and my teachers Mazatecos and Asheninkas, from this East Indian of Pondicherry the echo of the struggle of egos continues in the breach as constitutive of the Instinct of power that bends humans no matter how initiated they arrive.

Hemos de estar al tanto, porque ya no hay maestros, ahora la subida y bajada la ha de hacer cada cual por su cuenta.

¡Buena Suerte! La suerte de Don Patricio Reyes Pineda...

Bibliografía Orientativa

Almendro, M. (1994). *Psicología y psicoterapia Transpersonal* [Transpersonal psychology and psychotherapy]. 8ª EDICIÓN. Kairós.

Almendro, M. (2004). *Psicología transpersonal: Conceptos claves* [Transpersonal psychology, Key concepts]. Martínez Roca, Planeta.

Almendro, M. (2018). *Psicología transpersonal: "Arribas y abajos" de una disciplina. Ciencia, supraciencia, pseudociencia.* [Article]. Retrieved from: https://www.academia.edu/42755644/Almendro_pagines.uab.cat

Almendro, M. (2009). Transpersonal Mani-fiesto. Remembering, retracing paths: Greatness and misery. Transpersonal psychology under review. *Journal of Transpersonal Research*, 1, 102-111.

We must be aware, because there are no more masters, now the ascent and descent has to be done by each one on their own.

Good luck! The luck of Don Patricio Reyes Pineda...

Almendro, M. (2023). The New Amphibians - Towards the Realm of Consciousness Experiential Consciousness and the Nature of Human Identity. In *Rodrigues V. (Ed.) Cambridge Scholars Publishing Lady Stephenson Library, Newcastle upon Tyne, NE6 2PA, UK* .

Almendro, M. (2021). The revolution we expected: Cultivating a new politics of consciousness, Claudio Naranjo. *The Journal of Transpersonal Psychology*, 2021, Vol. 53, No. 2.

Almendro, M. (2019). In Memoriam: Claudio Benjamin Naranjo Cohen. Reflective Essay (1932-2019). *The Journal of Transpersonal Psychology*, 2019, Vol. 51, No. 2.

Almendro, M. (2018). *El laberinto de la ayahuasca. Una investigación en chamanismo y las medicina tradicionales indígenas* [The Labyrinth of ayahuasca]. Kairós



- Almendro, M. (Ed.) (1998). 3ª edición. *La consciencia trans-personal* [Transpersonal consciousness]. Kairós.
- Almendro, M. (2002). *Psicología del caos*. [Chaos psychology]. Ediciones La Llave.
- MacDonald, D., & Almendro, M. (Eds.). (2021). *Transpersonal psychology and science*. U.K.: Cambridge Scholars Publishing. Saint John of the Cross. (1991). *The collected works of Saint John of the Cross*. ICS Publications
- Madre (1999) *Plegarias y meditaciones*. Traducido del francés por Shraddha Fundación Centro Sri Aurobindo: Barcelona
- Saprem. *El crepúsculo de los hombres*. (La revolte de la Terre. Traducido por Iñaki Ceballos Ibarguren y Aurora -Manuela L. De Ceballos). Edaf.
- Sri Aurobindo. (2006) Tercera edición. *The Supramental Manifestation upon Earth*. Sri Aurobindo Ashran Trust 1952/2006: Pondicherry
- Sri Aurobindo. (1990) *The Future Evolution of Man*. Sri Aurobindo Ashran Trust: Pondicherry
- Shapiro, S. (1989) Legimization and the Transpersonal Vision. *Australian Journal of Transpersonal Psychology*, Vol. 8, 68-72
- Vaughan, F. (1998) Cuestiones espirituales en psicoterapia. En Almendro, M. (Ed.) (1998). 3ª edición. *La consciencia trans-personal* [Transpersonal consciousness]. Kairós.



Manuel Almendro

Doctor en Psicología. Psicólogo Especialista en Psicología Clínica
 Miembro de la EFPA (European Federation of Psychology Association)
 Psicólogo europeo certificado en psicología y psicoterapia. Certificado EuroPsy.
 Director de Oxigeme. Tfs. y Cont. Barcelona 34 679 10 86 14 34 Madrid. España.
 almen@oxigeme.com www.oxigeme.com Col. N° 4034 Copc

El perdón transpersonal ante aquellas situaciones dolorosas de la vida es algo que nos encuentra, cual mariposa que se posa en el hombro, sin que podamos forzar que suceda.

A lo sumo, podemos trabajar para que el ego se esponje y rinda así sus defensas a una fuerza mayor: la del Amor y la paz profunda.

Como terapeutas podemos allanar el camino para que ese perdón florezca en el corazón de la persona a quien acompañamos... Podemos facilitar la apertura para que suceda la sanación profunda, cual jardinero que prepara la tierra, siembra la semilla, ve crecer al árbol, y luego espera a que éste dé sus frutos.

El trabajo desde el corazón

En el acompañamiento terapéutico es importante facilitar en la persona acompañada la comprensión de que la culpa no es un buen camino.

En este sentido, cualquier *programación* que traigamos en nuestro particular «*kit*», tanto biográfico como familiar, perinatal o transgeneracional, no es una desgracia si se mira bien, es una oportunidad. Por ejemplo: ¿cómo desarrollar una autoes-

«**Todo lo que sucede, es para ser comprendido**»

tima si nazco en una familia donde todos me aman? Mis condiciones de salida, por duras que sean, han de ser integradas, perdonadas y convertidas en un bien.

Podemos renunciar a la culpa, y recuperar de esta forma la coherencia cuando comprendemos, aceptamos y soltamos esa pesada carga.

Desde lo transpersonal, podemos contemplar cualquier situación vital, por muy dura que sea o haya sido ésta, como una oportunidad del destino para seguir creciendo y ampliando conciencia.

Todo lo que vivimos es en realidad una oportunidad para comprender y abrir el corazón. Desde esta perspectiva, cualquier programación o, dicho de otra forma: nuestra piedra en el zapato, se puede convertir en una verdadera aventura de autoconciencia y crecimiento, al tiempo que en nuestra puerta de acceso al amor incondicional.

Como reza la sabiduría antigua:

La Vida no siempre ofrece lo que queremos, sino lo que necesitamos...



La comprensión, propiciada por el proceso terapéutico, de que nuestros problemas son los hitos de un camino que conducen hacia una verdad más profunda de nosotros mismos, permite que dejemos de culparnos, así como de culpar a otros.

El acompañamiento terapéutico se convierte, entonces, en un espacio-tiempo amoroso y de acogida para descubrirnos, al tiempo que profundizamos en el sentido de la experiencia que nos toca vivir.

El sentido que para cada uno tiene la vivencia es la clave. Aunque dos personas pasen por la misma situación, cada una la vivirá subjetivamente. Hacer consciente este significado, libera: nos libera de culpas y de angustia.

El acompañamiento terapéutico desde el corazón se convierte entonces en un camino de *restauración de la coherencia cardíaca* en nuestra vida.

La simple toma de conciencia es, en muchos casos, suficiente para predisponernos a tal estado de coherencia y de bienestar integral. Pero otras veces hay que pasar a la acción, como hacemos en terapia: escribir cartas, realizar duelos, tomar decisiones, hacerse regalos, actos psicomágicos...

En el contexto de la terapia transpersonal, se puede vincular el proceso del perdón con las Leyes Biológicas del Dr. Hamer. En este caso, el perdón se correspondería con el momento clave denominado conflictolisis, coincidiendo con el paso de una fase activa del conflicto a una fase de solución de éste.

El Perdón como Proceso

El proceso del perdón transpersonal pasa por un recorrido a través de etapas similares a las de un duelo. Este proceso tiene tres momentos clave: la aceptación, el poder de la palabra y el perdón propiamente dicho.

Aceptación y emoción oculta

La aceptación es sinónimo a no resistirse al flujo de la vida... A "lo que es". Al contrario de la resignación, que es debilitante, contractiva y enfermiza, la aceptación expande.

Cuando sucede la aceptación de las circunstancias vividas, la vida vuelve a fluir. Entonces es

como si la persona, al igual que los árboles, incorporara un «anillo» más de madurez.

En este proceso de aceptación, convendrá propiciar en la persona acompañada la toma de conciencia de las emociones ocultas o profundas que hay detrás de todo acontecimiento traumático o estresante.

La emoción oculta tiene que ver con esa emoción que no pudimos gestionar en la infancia. O bien con esa emoción que "lesiona" la imagen que tenemos de nosotros mismos: la imagen que construimos para ser queridos y aceptados. Lo que no encaja, pasa a la "sombra"...

Si bien el ego trata de tapar o evitar esa emoción que considera "inaceptable", el corazón y el cuerpo sí la sienten. Por ejemplo, podemos sentir odio, pero no permitirnos ni aceptar ese sentimiento: "yo no odio, eso es malo".

Entonces comenzamos a vivirnos en incoherencia. En el núcleo de toda incoherencia está la defensa de nuestra propia imagen. Por eso, el perdón es también una renuncia al ataque y a la autodefensa. El perdón transpersonal es optar por una vía desconocida por el ego: la de la rendición y la apertura.

Por ejemplo, si me he construido y me he identificado con una imagen de mí pacífica y benévola, me será muy difícil aceptar emociones como la ira o el enfado. Esto suele suceder cuando incurrimos al llamado *bypass* espiritual. Se trata de un mecanismo por el que saltamos al nivel espiritual o transpersonal, sin haber resuelto todavía nuestros conflictos y carencias del nivel personal.

Se trata de un salto que, lejos de ser fruto de la madurez y el desarrollo natural de la conciencia, es más bien una huida o evasión. Ocurre a menudo en las personas "demasiado positivas" o "complacientes" que "solo miran por los demás", olvidándose por completo de sí mismas. En realidad, esto puede estar reflejando un alto grado de incoherencia: el desamor hacia uno mismo.

En este mismo sentido, no podemos forzar el perdón: por mucho que digamos «*ya he perdonado*», si todavía nos corroe el resentimiento por dentro, este proceso no se habrá dado a un nivel profundo.

El perdón transpersonal es optar por una vía desconocida por el ego: la de la rendición y la apertura.

Quizás suceda, incluso, que al tratar de mantener esa autoimagen pacífica y benévola, intentemos forzar el proceso del perdón, sin reconocer antes el dolor, la rabia o el miedo.

La resistencia o represión de una emoción o pulsión interior es el camino hacia la enfermedad. Esto se corresponde con la Primera Ley Biológica de Hamer: *Toda somatización comienza con un psico shock, una emoción que niego o reprimo.*

La emoción tapada y, por tanto, no gestionada, desencadena la enfermedad, que en este caso es la solución adaptativa, a la vez que llamada de atención que el organismo nos ofrece para restablecer la coherencia. En este caso, detrás de la patología suele haber una historia de emociones mal gestionadas. El corazón no entiende de razones, el corazón siente.

Cuando nos sentimos enfermos, podemos conectar con nuestro corazón y preguntarnos...

¿De qué se trata, de qué me está hablando todo esto? Sentir silenciosamente... Sentir es el verbo para escuchar al corazón.

En este sentido, la enfermedad nos aporta un mensaje que nos abre la puerta a la sanación y a la honestidad. Nos hace ser sinceros con nosotros mismos, facilitando la toma de conciencia.

El poder la palabra

En el acompañamiento terapéutico transpersonal, el poder del silencio opera conjuntamente con el poder de la palabra.

Desde el silencio interno podemos generar un espacio de escucha y empatía profunda. Desde la palabra podemos evocar realidades, así como nuevas realidades que más tarde se plasman en caminos neuronales óptimos para la persona.

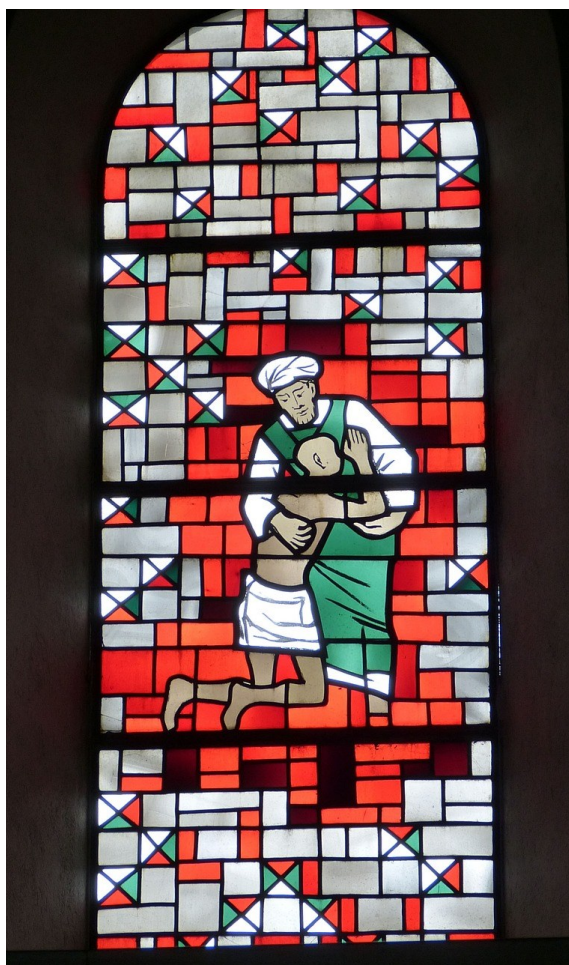
Actualmente, mediante técnicas de neuroimagen, se puede constatar que no es necesario un estímulo real para que el cerebro reaccione. Basta

con nombrar algo para que se activen las redes neuronales correspondientes. La palabra crea realidad.

En los procesos de acompañamiento descubrimos que tras un conflicto a menudo existe una palabra no dicha, una emoción no expresada, un trauma silenciado, un secreto ocultado, etc.

“La importancia de la palabra es notable. Psicológicamente, somos el conjunto de nuestras palabras, y cualquier enfermedad es una palabra, no dicha por la boca, sino por el cuerpo.”

—Christian Flèche—



El hecho de expresar es, por tanto, terapéutico en sí mismo; y si esta expresión tiene lugar en un espacio de escucha compasiva, sucede que el efecto terapéutico se multiplicará.

El perdón que libera

El perdón implica desapegarse de un juicio y su correspondiente memoria de dolor. Un cambio de decisión. Decido que no eres culpable, no mereces dolor. Es, por tanto, un camino de liberación de la mente. “Soltar” es liberarse de las creencias limitadoras, así como de los resentimientos, pensamientos y emociones dolorosas enquistadas; significa también deshacer los nudos de odio y de rencor, al tiempo que nos liberamos de la amarga y dolorosa culpa. Si decido que no hay culpa: no llamo

al dolor, y no llamo a la enfermedad o accidente. Toda enfermedad y todo dolor esconde un juicio de culpa, separación, castigo y dolor.

El perdón es un proceso que nos permite comprender en mayor profundidad los modos en que la culpa opera en nosotros. Tengamos en cuenta que la **culpabilidad** es la máxima expresión del sentimiento de separatividad. Por su parte, el perdón es un proceso que nos permite ir deshaciendo la culpa a través de la expansión de la consciencia y el cambio de percepción, de forma que pasamos de vivir-

nos, progresivamente, del estado de separatividad al sentimiento de unidad.

El perdón comienza con una sencilla decisión consciente: *“Estoy decidido a ver esta situación –lo que me ocurrió, lo que me duele...– de otra manera.”*

En esencia, el perdón tiene que ver con la comprensión, que es la otra cara de la compasión:

Para poder comprender es necesario, por una parte, asumir la **responsabilidad**, es decir, hacernos responsables de los programas de conflicto que anidan en nuestra mente. Un programa gobierna nuestra percepción hasta que nos damos cuenta de su existencia. Cuando lo vemos y comprendemos, nos hacemos responsables de lo que expresamos y proyectamos a partir de éste. Entonces se hace posible la transformación de dicho programa en opciones de respuesta más óptimas.

El perdón pide de una mirada inocente: cuando podemos comprender los miedos del otro –ponernos en sus zapatos–, sus carencias, sus heridas, todos los sinsabores de su vida; cuando podemos *respetarlo*, sin olvidar su inocencia básica como ser humano; cuando podemos conovernos en el corazón sin proyectar y sin justificarlo..., entonces, brota la compasión. Y el perdón surge espontáneamente.

Si pudiéramos leer la historia secreta de nuestros enemigos, se desarmaría cualquier hostilidad

–Henry Wadsworth–

En este proceso de perdón, tarde o temprano descubrimos que la culpa que proyectamos hacia fuera es, en realidad, la culpa que sentimos hacia

nosotros mismos. El mundo sólo es un espejo. Cuando culpamos a los demás de lo que nos sucede o sucedió, en realidad estamos reflejando nuestro sentimiento de culpabilidad. Es por ello que se puede decir que cualquier proceso de perdón hacia otros, o hacia determinadas circunstancias de la vida, acaba por conducirnos hacia el perdón con nosotros mismos.

Lo que entendemos por error, acción incorrecta o equivocada, es decir, todo aquello que genera dolor, es producido por la ignorancia y la inconsciencia. Todo “error” proviene de la inconsciencia. *La culpa, en este sentido, parte de sentir que deberíamos haber hecho algo distinto de lo que hicimos en su momento; es decir, que deberíamos haber sido más conscientes de lo que fuimos.* Conlleva la sensación de que somos incorrectos, erróneos, o intrínsecamente malos. Esta sensación de verse a uno mismo como algo erróneo o malo es tan dolorosa, que el propio programa del ego elabora un modo de escapar de tal insoportable sensación: la de culpar a los demás, proyectar.

En conclusión, el perdón es un proceso que nos brinda constantemente la opción de elegir el camino del conflicto y el dolor, o el de la paz, la salud y el amor.



Héctor Gil García

Terapeuta Transpersonal por la Universidad Europea Miguel de Cervantes, Graduado en naturopatía y especialista en Psicósomática Integrativa. Formado en medicina biológica, meditación, psicología junguiana y terapia sistémica. También es especialista en filosofía comparada de Oriente y Occidente y director de su propia escuela, Escuela Integrativa. Colabora en numerosos proyectos de salud holística y transpersonal. Autor de *Te perdono, me perdono* (Editorial Mándala). *El Viaje del Héroe* (Ed. La Parábola) y *Buda, Jesús, Platón* (Ed. Círculo Rojo).

www.hectorgilgarcia.com

Instagram: [@hector_gil_garcia](https://www.instagram.com/hector_gil_garcia)

Facebook: <https://www.facebook.com/hectorgil>

Youtube: [@hectorgilgarcia_escuela](https://www.youtube.com/@hectorgilgarcia_escuela)

El enfoque transpersonal es definido como una rama de la psicología que integra los aspectos espirituales y trascendentes de la experiencia humana, con el marco de trabajo e investigación de la psicología moderna.

Esta definición me llama la atención, por un lado, por el uso de la palabra psicología precediendo al término transpersonal, y por otro lado, por el énfasis en la cuestión del marco de trabajo e investigación moderno, cuando de lo que hablamos, en tanto que transpersonal, es de las variedades de la experiencia religiosa o religadora, de siempre, que trasciende cualquier cosa que uno pueda comprender y explicar.

Me pregunto si se precisa preceder al enfoque transpersonal de una disciplina académica que le otorgue un cierto crédito, y por otro lado, me pregunto si acaso se puede hablar de psicología moderna, como si hubiese una psicología antigua y otra nueva, más allá del crédito que pudiera otorgar el método científico en un ambiente.

Me pongo a echar un vistazo al origen de la actual disciplina académica llamada psicología. Encuentro que en el principio antes que el verbo, siempre parece haber habido disputa sobre el origen del término en sí y también sobre el origen de este término como disciplina académica.

En cualquier caso leo por ahí que la psicología es una ciencia relativamente nueva, desprendida de la filosofía a partir del siglo XVIII, a raíz de las doctrinas filosóficas del empirismo. Por tanto, la psicología es en sí misma, nueva y moderna, en cuanto a la innumerable temporalidad histórica del origen de todas las cosas.

Del empirismo se cuenta que es una teoría filosófica que enfatiza el papel de la experiencia y la evidencia, especialmente de la percepción sensorial, en la formación de ideas y de adquisición de conocimiento.

La cuestión de lo empírico, como intento de lo demostrable, desde mi punto de vista, es un arma de doble filo(sofía), ya que por un lado enfatiza el papel de la experiencia y por otro lado alude a la evidencia.

Hasta donde sabemos y experimentamos, es evidente que la experiencia de lo que llamamos percepción sensorial da lugar a que formemos ideas y a que desde ahí creamos saber.

Al mismo tiempo, los recovecos del proceso de percepción, pertenecen al reino de lo llamado subjetivo, no solo en cuanto al ser humano, sino en cada ser humano, y por tanto no puede ser considerada literalmente, en el terreno de lo llamado objetivo.



Parece ser, que la psicología como disciplina, resulta de la procuración de hacer científico y explicar la misteriosa experiencia de existir, y empezó por intentar comprender la conducta humana como una serie de juegos de rol del sueño de la vida, por seguir con Calderón, que parten de estímulos y percepciones, a partir de los cuales, parece que damos respuestas determinadas por nuestra biología, es decir, sin remedio, por tanto que bio y lógicas.

La cuestión aquí es que debido justamente a la traducción que hacemos de la experiencia de percibir (de existir, diría yo), damos unas respuestas u otras, todas ellas biológicas obviamente (es decir, sin equivocación), y pareciera, por tanto, que no se trata de modificar o sanar ninguna de esas respuestas biológicas o síntomas, sino más bien de tomar con(s)cienza de la traducción que hacemos de lo percibido. Y, aun así, esto es una especulación ignorante de la totalidad del misterio.

Por ejemplo, si percibimos la experiencia que llamamos enfermedad como un error, vamos a responder procurando formas de aniquilación de ese error para proceder a la supervivencia, con respuestas lógicas sobre la biosfera de lo que se supone orgánico. Así, por ejemplo, experimentamos miedo a partir de unas ideas y respondemos fóbica



o contra fóbicamente a partir de una traducción de error sobre lo percibido e interpretado.

Por tanto, el abordaje de los fenómenos psicológicos parece que está presente allá donde existe discurso racional, y ya, desde ahí, desde mi punto de vista, empezamos a quedarnos limitados en el abordaje de lo misterioso que nos crea, diseña y disuelve.

Hay dos tendencias a la hora de delimitar el objeto de estudio de la psicología moderna, por un lado la mente (sea eso lo que sea), bien sea su estructura, funciones o contenidos, y por otro lado, la conducta o la respuesta que damos a la experiencia.

Según leo, la idea del estudio objetivo de la conducta es algo propio de los siglos XIX y XX y se precisaría entender primero qué ocurrió para desplazar la atención de lo que llamamos mente hacia la conducta y la respuesta biológica.

En definitiva, habría que aclarar de entrada de qué hablamos cuando hablamos de la mente, o incluso, de qué hablamos cuando hablamos de esa experiencia a la que hemos dado en llamar, mente.

William James es la primera persona conocida en haber usado el término trans-personal, en 1905. Algunos consideran a James como el primer psicólogo transpersonal aunque su formación fuera otra.

En las famosas “Gifford Lectures”, publicadas como *The Varieties of Religious Experience*, James se aproximó a la religión a través del estudio de la experiencia directa del individuo. Por experiencia directa, no entiendo experiencia verdadera en forma absoluta, sino más bien, sin interferencias de “la mente”.

La experiencia religiosa, es un tema legítimo de estudio para la psicología, que debía ser investigado usando métodos empíricos y científicos, defendió James.

Se dio entonces el primer estudio que se conoce sobre las experiencias religiosas desde la perspectiva de la psicología y no desde la teología, que venía siendo el campo de estudio habitual.

Antes de continuar, recordemos también que la disciplina de la psicología, en su evolución, desciende también de la medicina, y que por tanto lleva impresa la visión y marca de lo que es salud y de lo que es enfermedad, más propiamente hablando, patología.

James no consideró la así llamada experiencia religiosa, mística o trascendente como algo patológico y por tanto desechable, a corregir, a sanar o a poner en tela de juicio (lógico), para algunos. Tampoco como una verdad irrefutable a creer a pies juntillas para otros. Lo ubicó como una dimensión de la experiencia llamada “transmarginal”, aludiendo a la dimensión del self que va más allá de los márgenes de la conciencia del ego (o función identidad e identificación) y a través de la cual lo espiritual se manifiesta, siendo lo espiritual, la experiencia esencialmente directa de un ser humano, que percibe el espíritu de la existencia más allá de su deseo.

James llegó a la conclusión de que nuestra con(s)ciencia es una pequeña y limitada parte de una con(s)ciencia más amplia, en la que se encuentran, por así decir, otras cualidades de con(s)ciencia que permiten el acceso a otras sensaciones de lo que llamamos realidad, y por tanto, a otro conocimiento.

Accedemos, de momento, a las facetas de la unidad, en espera de que podamos tener la última conversación con Dios que nos explique el propósito último del diseño de la existencia como una unidad que se proyecta múltiple. Esperamos el día del juicio final, del último juicio, a ver si así, sin juicio, accedemos a las respuestas que tanto parecemos anhelar.

James tiró del hilo de Ariadna de senderos como el Transcendentalismo Americano, la Teosofía, el Misticismo Cristiano, el Sufismo, el Budismo, el Vedanta o el Yoga, así como de sus propios experimentos con sustancias para alterar la mente, más concretamente, para alterar el estado habitual de con(s)cienza de la mente o la percepción que tenemos de las cosas.

Antes de la moderna psicología, los griegos se acercaban al misterio de lo que llamamos el interior humano, a través de dos vías, la platónica, que considera que la esencia del hombre es su espíritu, el cual se encuentra «encerrado» en un cuerpo que lo limita y no le permite manifestarse en toda su plenitud, y la aristotélica, que considera que el ser humano, al igual que los demás seres vivos, está formado por una unidad integral e inseparable de cuerpo y alma.

Mens sana in corpore sano, en una experiencia que está condicionada a Ser de una forma muy concreta, sin remedio de botica ni de la terapéutica.

El alma o el ánima sería inseparablemente el principio vital que anima y da unidad a la materia corpórea. En el caso de Platón, muchos de los fenómenos que hoy llamamos psicológicos (como las pasiones o los sentimientos) quedarían fuera de la consideración de lo propiamente espiritual. Para Aristóteles, sin embargo, quedarían integrados dentro del estudio del ser humano como una unidad holística.

El término transpersonal significa “más allá” o “a través” de lo personal, y se refiere a las experiencias, procesos y eventos que trascienden la habitual sensación de identidad, asentada en un estilo de personalidad que articula un conjunto de características o carácter.



Por tanto, como padres del desierto en predicación, podríamos decir que la alquimia o conversión de los pecados o pasiones de un alma en fijación por un deseo, transformados en virtud (de la entrega al espíritu de la existencia), hace las veces de proceso crístico, camino búdico o sendero sufí, y que, aunque muchos son los llamados y pocos los que lo eligen, ¡qué Misterio!, el camino del medio que asciende en subida de dificultad por el monte Carmelo, nos va a conducir a través del estado alterado de con(s)cienza de la Nada de bienes materiales ni de bienes espirituales, a la celebración del eterno convite del encuentro con Todo lo que Es, siempre que podamos trascender la codicia de materialización del espíritu en forma de iluminación, sanación, sabiduría o cualquier otro nombre, que creamos que nos va a eximir de la brutal experiencia de existir en una forma que será, disuelta.

La sana-acción es Ser, irremediabilmente, un proceso de crea-acción y disolución.



Juan Antonio de la Cruz Martín

Fundador y Director del Proyecto Escuela Iniciática EADA Self Discovery Transpersonal, dedicado al acompañamiento a personas en sus procesos diversos de autodescubrimiento con enfoque transpersonal, en encuadre de centro de Retiro y actividades *on line*.

EADA Self Discovery Transpersonal es un anfiteatro y vivero creativo de experiencias con metodología propia, llamada *El Proceso de Ver-se(r)*, que procura un sendero y viaje para el héroe que anhela volver a su esencia espiritual.

www.eada-selfdiscovery.com/es/

Youtube: [@EadaSelfDiscoveryTranspersonal](https://www.youtube.com/@EadaSelfDiscoveryTranspersonal)

Facebook: [EADASelfDiscoveryTranspersonal](https://www.facebook.com/EADASelfDiscoveryTranspersonal)

Teléfono del proyecto +34 622 44 47 92



El mundo de las imágenes

En mi familia, mi madre y mi tía fueron las personas quienes retrataron los momentos que se convirtieron en los recuerdos de múltiples vidas. Con amor, las imágenes estaban dispuestas y tituladas en cada uno de los numerosos álbumes de familia, luciendo en la estantería de casa y sacados a menudo en los encuentros familiares.

Bebí de esta agua muy temprano, lo que me condujo a querer andar con cámara cada vez que consideraba que estaba viviendo un momento especial. De pequeña, esperaba con impaciencia al verano para aventurarme a campamentos, a veces semanas seguidas, con las cámaras desechables en la mochila. Además de la parte lúdica que me llevaba el hecho de sacar fotografías, hacer memoria de lo vivido era muy significativo para mí. ¡La espera del revelado era interminable! Que gusto descubrirlas y visitar el reciente pasado en el presente.

La fotografía tiene este potencial: nos conecta de forma directa con nuestras emociones, imaginarios y vivencias.

Puedes probar con un familiar o amigo: coloca en la mesa una foto cada uno de algún recuerdo. Podrás experimentar lo que ocurre, entre la ilusión de contar la historia vivida y las emociones que nacen por ambas partes, es muy probable que se crea un momento de complicidad e intimidad poniendo a la luz un instante de vuestra vida.

Puedo decir que crecí rodeada de imágenes y cámaras. Mi lenguaje visual empezó a construirse siendo muy pequeña, y sin duda esta vinculado al

camino que elegí más tarde como fotógrafa profesional: dar memoria, dar visibilidad y explorar la identidad tomando la fotografía como puente de conexión con lo verdadero de cada uno.

Tal vez, a ti, lector-a, te resuena con tu propio vínculo con las imágenes:

Las imágenes están en todas partes. Impregnan nuestro trabajo académico, nuestra vida cotidiana, nuestras conversaciones y nuestros sueños. Están inextricablemente entrelazadas con nuestras identidades personales, narrativas, estilos de vida, culturas y sociedades, así como con las definiciones de historia, espacio y verdad. (Pink, 2001, p.17)

Somos conscientes que vivimos en una cultura muy visual, envueltos y bombardeados por muchos símbolos: libros, periódicos, álbumes familiares, móviles, televisión, paneles publicitarios en internet o en la calle, hasta en nuestros sueños aparecen imágenes.

Esta sobre estimulación puede llegar a anestesiarnos. Sin embargo, el mundo de las imágenes es tan fascinante que, si paras a escucharlas, se puede abrir una gran puerta a tu propia historia.

Nos ofrecen un lenguaje nuevo, un medio de expresión y comunicación y una nueva búsqueda de recursos.

La fotografía desde un enfoque arteterapéutico

Cuando hablamos de fotografía terapéutica, nos referimos a este despertar positivo que puede tener el trabajo con las imágenes en la vida de las personas.

Una de las pioneras de la fotografía terapéuti-



Alenka Robine, 2015

ca fue la fotógrafa Jo Spence. Exploraba el uso de la fotografía como medio de construcción social, de visibilización y autoconocimiento.

En 1982, le diagnosticaron un cáncer de pecho y su trabajo pasó a centrarse en cuestiones sobre la representación de la salud en relación con las condiciones de género y clase, así como en los procesos de curación de procesos personales y sociales.

Según Kandinsky, el fundamento de toda creación artística está ligado con la necesidad interior, es decir, el proceso de contacto directo con el alma humana.

Así pues, comprenderemos que todo proceso creativo está directamente vinculado al proceso de vida.

Desde la arteterapia transdisciplinaria, nos enfocamos en la vivencia estética y la *poiesis*.

Cuando conversamos de Arte, tendemos a opinar desde un juicio estético y suele ser asociado a cualidades de la belleza. Lo que llamamos bello es eso que impresiona nuestros sentidos, eso que empieza cautivando los ojos y los oídos, produciendo sensaciones deleitosas en nuestro aparato muscular.

Buscando la etimología de las palabras “vivencia” y “estética”, encontramos para “vivencia” verbos como existir o ser vivo y para “estética”: dotado de percepción o sensibilidad.

Paolo Knill, uno de los fundadores de las artes expresivas, destaca que en la vivencia estética están activos varios sentidos al mismo tiempo y que nuestra imaginación difícilmente se basa exclusivamente en la percepción de una modalidad.

La *poiesis* –que me resulta ser una hermosa palabra– se define como resultado del proceso creativo, este lugar de conexión con lo real desde un espacio de libertad interno. La *poiesis* se refiere al acto de dar forma, de hacer visible lo invisible, de dialogar con la materia.

Si entendemos la fotografía de esta manera, sin priorizar la técnica ni la teoría, estamos dejando realmente que las imágenes entren en nosotros y salgan mediante la cámara alimentando de forma circular nuestro consciente e inconsciente para comprender mejor nuestra presencia en el mundo.

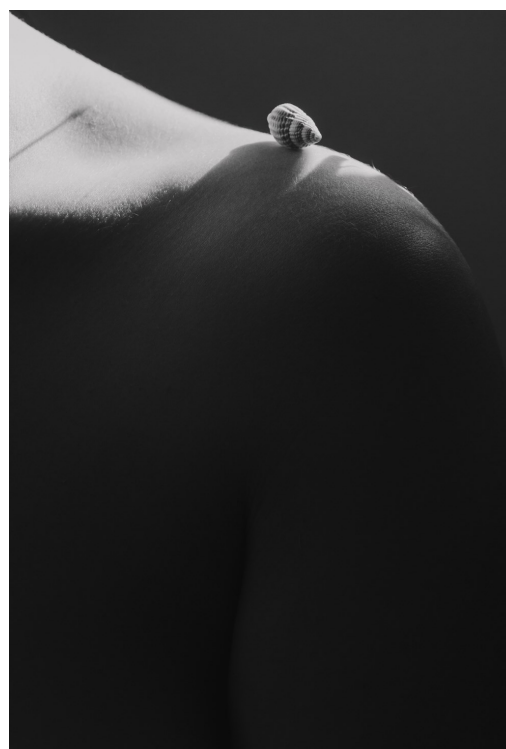


Iguazú, Alenka Robine, 2023

¿Cómo nos puede acompañar la fotografía en el proceso de autoconocimiento y crecimiento personal?

En mi trabajo, impregnado de referencias como Jo Spence pero también de otras fotógrafas como Cindy Sherman o Francesca Woodman, pongo un énfasis particular a la indagación de la personalidad a partir del autorretrato y lo autorreferencial. Lo considero una herramienta poderosa de conocimiento propio y entonces de autocuidado. Es un espejo de nuestro paisaje interior y de como nos comunicamos con nosotros mismos. A su vez, nos invita a poner el foco y reflexionar sobre cómo nos mostramos al mundo que nos rodea.

Para mí, hacer fotos es una manera de acariciar a alguien, una expresión de cariño. Nan Goldin



Inestabilidad, Alenka Robine, 2022

Mi experiencia me confirmó que en una sociedad donde prevalece el *selfie* y el mostrarse tal y como no eres, este trabajo de exploración de la identidad a través de la imagen, desde la honestidad y en búsqueda de la aceptación de los yo es fundamental y necesario para mejorar el diálogo interno y la percepción de uno mismo.

En uno de los talleres *Mirarse para Mimarse: autorretrato desde un enfoque arteterapéutico*, una participante resaltó: “Cada día de taller sentía que había estado en un viaje inmenso. Salía emocionalmente agotada, pero con mucha energía. Sentía que afrontaba la semana de otra manera y tenía muchas ganas de que llegará el siguiente domingo. Descubrí sensaciones muy nuevas y muy bonitas. Y, sobre todo, salí con muchas ganas de autorretratarme de una manera muy sana, muy limpia. Tratando de ver en mí no solo una imagen, sino algo muy interno, muy del corazón.”

El autorretrato demuestra ser un medio muy revelador en el proceso de acompañamiento terapéutico.



Taller: *Mirarse para Mimarse*, 2024

Fotografía y salud mental

Inicie a principios del año un proyecto fotográfico, documental y antropológico que retrata la mirada interna y externa.

Cuerpalmas se entregan en esta experiencia que quiere ser un espacio de autocuidado donde mirarse y escucharse. Entre fotografía, entrevistas y artes plásticas, la arteterapia transdisciplinaria se convierte por sí misma en un medio artístico.

La fotografía ofrece un lugar a la valentía y la vulnerabilidad de mostrarse, donde escucharse sin juzgarse y reflexionar en su propia mirada, a veces por primera vez.

Por lo tanto, es un instrumento terapéutico potente para la salud mental y a través de ello, también de herramienta para el cambio social.

Mi investigación en el ámbito arteterapéutico me sigue demostrando que, dentro de un marco establecido, la fotografía puede permitir iniciar procesos de creación y crecimiento personal capaz de transformar nuestra mirada y percepciones al mundo interior y exterior.



Essaouira, Alenka Robine, 2014



Alenka Robine, 1992, Caen, Normandía (Francia)

Fotógrafa profesional, artista multidisciplinar, arteterapeuta transdisciplinaria especializada en fotografía terapéutica y participativa.

Es co-fundadora del colectivo *Territorios Foto-Sensibles* y forma parte del coworking de artistas *TuPatio*.

www.alenkarobine.com

info@alenkarobine.com

+34 633358212

Instagram [@alenka__robine](https://www.instagram.com/alenka__robine)

La psicoterapia de orientación junguiana pretende que el paciente alcance un estado de liberación que consiste en la retirada progresiva de las proyecciones ingenuas mediante las cuales conforma la realidad circundante y su propio carácter, lo cual le conduce, por un lado, a una interpretación realista y sin apenas ilusiones del mundo exterior y, por otro lado, al autoconocimiento.

Este autoconocimiento facilita la obtención de resultados inesperados. Un conocimiento mínimamente detallado de la *sombra*, del inconsciente personal, puede bastar para desencadenar una confusión y un oscurecimiento de la consciencia considerables. De ahí que se haga necesario tomar en consideración una de las formas más accesibles de lo inconsciente, esto es, los sueños, como materia prima del trabajo psicoterapéutico.

Así, el análisis e interpretación de los sueños constituye uno de los principales métodos de abordaje terapéutico en un proceso de psicoterapia junguiana. Ahora bien, para avanzar y profundizar en la terapia, a veces resulta de gran ayuda seguirle la pista a las imágenes que surgen *objetiva y espontáneamente* desde lo inconsciente, como, por ejemplo, en forma de sueños, de experiencias visionarias en estado de vigilia o de estados emocionales, prestándoles atención, concentrándose en ellas y observando sus cambios. Evitando, por cierto, que desde la consciencia se introduzca algo extraño, para asegurarse de que esta no interviene arbitrariamente, dejando vía libre a la *imaginación*. Mediante esta técnica, denominada *Imaginación Activa*, la consciencia del paciente es activa en la expresión de la profundidad de la psique, permitiendo que se presenten a la consciencia aquellos contenidos de lo inconsciente antes de que estos tomen cuerpo en la realidad objetiva, anticipando sucesos que acontecerán en la vida del paciente.

Con el objetivo de ejemplificar esta técnica, la Imaginación Activa, voy a introducir un ejemplo extraordinario de mi práctica clínica. Para ello, lo primero que voy a hacer es contextualizar la experiencia, omitiendo algunos detalles personales para mantener la privacidad y proteger la identi-

dad del paciente. En segundo lugar, expondré la experiencia visionaria que tuvo lugar durante la técnica de Imaginación Activa. Como he mencionado más arriba, esta técnica consiste en que la consciencia permanezca en un estado crepuscular, semejante al duermevela, como cuando se realiza una meditación, permitiendo que las imágenes de la profundidad emerjan de forma espontánea. Se parece mucho a un sueño lúcido, pero se diferencia en que la consciencia del paciente es activa, participando e interactuando con las imágenes, las cuales le responden como si se tratase de un interlocutor real. Debo decir aquí que las imágenes que surgen de lo inconsciente son reales, es decir, surten un efecto en la consciencia del paciente y anticipan procesos, experiencias y situaciones que la persona va a vivir en el transcurso de varios años. Por último, daré algunas indicaciones interpretativas sobre la experiencia visionaria y expondré las implicaciones vitales de dicha visión.

[...] las imágenes que surgen de lo inconsciente son reales, es decir, surten un efecto en la consciencia del paciente y anticipan procesos, experiencias y situaciones que la persona va a vivir en el transcurso de varios años. [...]

1. Contextualización de la experiencia

Se trata de una experiencia visionaria de un paciente que lleva en terapia varios años. Vino a consulta porque padecía de síntomas de ansiedad y depresión provocados por una serie de conflictos intrafamiliares que ame-

nazaban la estabilidad de su vida matrimonial. Es una persona con una buena orientación vital, con una formación académica sobresaliente que le permitió conseguir el puesto de trabajo que se había propuesto. Estaba bien integrado en el entorno laboral, tenía esposa e hijos y vivía en una buena zona en la periferia de una gran ciudad española.

2. Experiencia visionaria

La experiencia visionaria que voy a pasar a relatar la tuvo el paciente tras varios años de terapia. El paciente continuó en terapia unos meses más y, posteriormente, solicitó venir a consulta cuando sintiera que lo necesitaba para afrontar y comprender sus experiencias vitales. Esto se tradujo en una sesión cada trimestre durante dos años y, posteriormente, cada seis meses o un año. Después de cinco años, el paciente no ha vuelto a necesitar psicoterapia.

Hago aquí un inciso para decir que, en la psicoterapia junguiana, el psicólogo busca que el pacien-



Ilustración 1. *La nigredo*. *Theatrum Chemicum*, 1613, IV, p. 570

te logre una autonomía para afrontar las dificultades vitales, así como para integrar en su vida los contenidos que provienen del fondo de su alma, lo antes posible. Todo ello para evitar la dependencia y, de producirse, que dure lo mínimo posible.

La experiencia visionaria fue la siguiente:

Desciendo por una escalera hacia una puerta que da acceso a otro mundo. Durante mi descenso me percato de que yo soy quien desciende y, al mismo tiempo, el lugar al que desciendo. Me dejo deslizar por su barandilla, jugando, como si fuera un niño, hasta llegar a suelo firme. Mi actitud es jovial, juguetona en el sentido de espontánea y curiosa. Al llegar al final de la escalera caigo sobre un campo de rosas rojas y sus pétalos amortiguan la caída.

Estoy maravillado por la belleza del mundo que se abre ante mis ojos. Disfruto de la belleza de las rosas, de la fragancia de las flores, del color azul del cielo y de la claridad que parece dominar el lugar. De repente, avizoro una nube oscura a lo lejos que se aproxima amenazadoramente. Avanza a gran velocidad hasta que llega al

lugar en el que me hallo.

Cuando la oscura y siniestra sombra está frente en mí, me incorporo y le pregunto: ¿qué quieres? Y la sombra me responde: ¡vengo a por todos los bienes materiales que has cosechado! En ese momento, respondo: ¡de acuerdo! Llévatelos y márchate cuanto antes, oscura sombra. La sombra responde: ¡no! Me llevaré todos tus bienes: tu casa, tu familia, tu trabajo, de todo ello te despojaré y permaneceré junto a ti aún por algún tiempo. Cuando me dice eso me siento aterrado. Siento que aquello es muy injusto, pues no he hecho nada para merecer semejante castigo. Al poco, la sombra desaparece del mismo modo que ha llegado y, en su lugar, una luz, semejante a la zarza ardiente del monte Sinaí que se le apareció a Moisés, se me presenta iluminando el campo en el que me encuentro.

Todo parece haber desaparecido, no veo imagen alguna salvo aquella presencia luminosa que, paradójicamente, parece haber surgido de la nube oscura. Le pregunto a aquella luz por su procedencia: ¿quién eres? Y la luz me responde: "soy la Fuente de la Vida. Todo cuanto ves,

todo lo que es y lo que ha sido, provienen de mí. También la sombra oscura que te ha visitado y que te despojará de tus bienes.” En ese momento le pregunto: ¿qué quieres de mí? ¿Por qué me envías esa sombra para que me despoje de todo cuanto tengo? Y la luz me responde lo siguiente: “no tengas ningún temor. Esa sombra no proviene solo de ti, sino que está presente en tus antepasados. Es la última prueba que te envío para que te desprendas de todo apego a los bienes de este mundo, a lo contingente de la existencia. Si te mantienes centrado, si permaneces en mí, entonces nada te perturbará; ni lo bueno, ni lo malo.”

En ese momento, veo cómo giro sobre un eje central que atraviesa mi cuerpo de arriba abajo y me siento en paz y en armonía con el universo. En ese estado de centramiento, la luz continúa hablando: “Siempre he estado ahí; en los hombres, con los hombres y entre los hombres. Pero el ser humano ha endurecido su corazón y no ha permitido que me manifieste en su vida. Hijo mío, abre tu corazón y permite que viva en ti. Sé como un recipiente en el que pueda derramarme; sé como un instrumento a través del cual yo me manifieste; sé dócil como un cordero, para que mi voz se exprese a través de ti; para que tus obras sean una expresión de mí. Llegarás a ser alguien más grande de lo que eres si dejas que sea yo quien tome las riendas de tu vida.”

A continuación, la voz me habla de cómo puedo escucharla y contemplarla, así como de dónde la veré: “puedes verme dentro de ti y fuera de ti. Estoy en todas partes. Me manifiesto en todas las religiones y allí podrás encontrarme. Pues en ellas me manifiesto, aunque a ninguna pertenezco. Estoy en el cristianismo, en el judaísmo, en el islam, en el budismo o en la religión de los indios. Pero me experimentarás en tu propia tradición.” Después, la luz se transforma en la imagen de un anciano con barba blanca y pelo canoso, que me mira amorosamente. Le pregunto si podía hablar de lo que había vivido y me respondió que sí, que aquellas palabras no sólo van dirigidas a mí, sino a todos los hombres que tengan oídos para escuchar.

3. Comentarios sobre la experiencia visionaria y consecuencias vitales

La experiencia visionaria que antecede anticipa una situación anímica y una serie de vivencias que se le materializaron al paciente en el transcurso de varios años.

Como vemos, la imaginación activa presenta a la consciencia del paciente lo que podríamos llamar “Lo Real”, es decir, aquella Realidad que se encuentra allende la realidad cotidiana u objetiva: la realidad óptica, la Verdad y el Sentido último de su existencia. Pero, antes de que eso ocurra, la visión le muestra a la turbada consciencia del paciente que va a ser despojado de todo aquello por lo que tan duramente ha trabajado. En este sentido, la experiencia recuerda al relato bíblico de Job. Ahora bien, a la consciencia del paciente se le desvela el Sentido de todo ese aparente sinsentido, la Justicia detrás de la injusticia y la luz allende la oscuridad. En definitiva, la paradójica esencia del arquetipo central, de la potencia espiritual que se encuentra más allá de toda manifestación vital, a la que en psicología junguiana denominamos *sí mismo*. De esa potencia depende toda su vida. Por si fuera poco, le alecciona acerca de cuál es la actitud adecuada para afrontar el “descenso a los infiernos” que le anticipa la visión, así como del propósito y significado de todo cuanto vivirá en el transcurso de su existencia en este mundo.

Bibliografía

Jung, C. G. (2007). *Mysterium Coniunctionis. Investigaciones sobre la separación y la unión de los opuestos anímicos en la alquimia*. (Vol 14), Trotta.



José Delgado González

Psicólogo de salud colegiado especializado en trastornos mentales y del comportamiento. Psicoterapeuta de orientación junguiana autor de un blog y del canal de YouTube de psicología junguiana; ha publicado varios libros de espiritualidad. Ha impartido cursos de psicología junguiana en diferentes ámbitos.

Correo electrónico: josegonzalezpsic@gmail.com

Teléfono: +34 640817953

Youtube: [@PSICOLOGIAJUNGUIANA](https://www.youtube.com/@PSICOLOGIAJUNGUIANA)

Blog: [PSICOLOGÍA JUNGUIANA](https://www.psicologiajunguiana.com)

Academia: <https://independent.academia.edu/Jos%C3%A9AntonioDelgadoGonz%C3%A1lez>



Se continúa con la segunda parte del Laberinto Terapéutico, que se inició en la edición anterior de la *ATI Magazine*.

Alguien dijo que buscamos por medio de la lógica pero descubrimos por medio de la intuición.

Esto es algo alusivo a lo que ocurre cuando transitamos por la senda de un Laberinto, pues por lo general analizamos los problemas tratando de encontrarle razón, sentido a lo que está sucediendo, muchas veces ese análisis es fructífero y encontramos la solución, sin embargo en muchas otras ocasiones la lógica se queda corta, no funciona, la razón no es suficiente... en ese momento nos conectamos con la capacidad de descubrir otras alternativas utilizando el hemisferio derecho, aquel que nos conecta con la sabiduría orgánica, con nuestra intuición. Al incursionar en un Laberinto, no se piensa, no se analiza, nos damos la oportunidad de conectarnos con esa voz interior, aquella que fluye sin buscarla, es un *Kōan* o también llamado *Serendipia*, que significa que descubrimos algo sin estarlo buscando, llega en su momento y apare-

[...] Esa magia del Laberinto nos habla con su lenguaje silencioso, y a medida que nos adentramos en él, sintonizados con la sensibilidad, con la mente abierta y receptiva [...]

ce intempestivamente.

Esa magia del Laberinto nos habla con su lenguaje silencioso, y a medida que nos adentramos en él, sintonizados con la sensibilidad, con la mente abierta y receptiva para poder escuchar esa voz

interior sin que sea contaminada por el análisis racional, y de repente... ¡Eureka!!! aparece el *insight* repentino y le damos sentido a eso que afloró, lo incorporamos en nuestro proceso del Darse Cuenta, lo asimilamos y ahora ya tenemos un descubrimiento que nos ayudará a cerrar situaciones inconclusas y pendientes en nuestro proceso de crecimiento.

Algunos de los abordajes que ha realizado el equipo del centro Sinergia a través del Laberinto con diferentes tipos poblacionales:

Hiperactividad, déficit de atención, manejo de temores, autocontrol emocional, problemas de aceptación, autoconcepto, socialización, abuso sexual, manejo de fobias, identificar situaciones inconclusas, estrés postraumático, mejoramiento de



Actividades en el Laberinto Terapéutico

la concentración, visualización de recursos, sincronización hemisférica, meditación en movimiento, procesos de autosanación, sistema inmunológico, entre otros.

Es importante aclarar que este trabajo siempre fue respaldado y acompañado por los psicólogos quienes complementaban e intervenían desde las herramientas psicológicas todo lo que afloraba en esa experiencia al interior del Laberinto, ya que es importante enfatizar que cuando se hace el ejercicio con solemnidad y entrega, se liberan emociones, hay personas que hacen catarsis, afloran recuerdos, y eso requiere de un acompañamiento profesional.

Durante 24 años que ha estado en funcionamiento del Laberinto en el centro Sinergia, se han realizado infinidad de actividades terapéuticas con diferentes tipos poblacionales, desde niños hasta personas de la tercera edad. Con cada grupo etario se intervino desde diferentes ópticas, por ejemplo, con la población infantil desplazada por la violencia se abordó sus miedos y heridas por esos procesos de desplazamiento forzado del que fueron víctimas; con grupos de tercera edad se han realizado diferentes jornadas centradas en la actualización de su proyecto de vida una vez que se produzca la desvinculación laboral o el proceso de pensión; en encuentros con parejas o prematrimoniales, identificar los retos que conlleva la convivencia con el otro; con estudiantes de colegio, prepararse para el examen de estado de último año que genera tanto estrés y miedo; con niños con déficit de atención o Hiperactividad, el Laberinto ayuda a poder focalizar sus acciones, controlar el impulso desbordado y desenfocado de sus actividades motoras; con pacientes oncológicos o enfermedades que están afectando su bienestar y calidad de vida, el Laberinto potencializa su sistema inmunológico incrementando sus defensas; personas en procesos de depresión, duelos, rupturas; ayudar a clarificar los proyectos de vida u orientación vocacional; a nivel empresarial, ayuda a identificar los hábitos, rutinas o creencias que entorpecen la sana convivencia grupal para el mejoramiento del ambiente laboral, entre muchos otros.

Es sumamente interesante de ver la gran variedad de impresiones y aprendizajes que genera el Laberinto Terapéutico, donde cada ser humano que lo recorre trae su propio historial, sus vivencias, heridas, miedos y experiencias. Algo que era muy significativo al final del recorrido en el labe-



Actividades en el Laberinto Terapéutico

rinto, era sentarse alrededor del mismo a compartir las experiencias de los participantes y el significado que cada uno le daba. El Laberinto es un mándala, como ya se ha dicho, y el círculo es una figura sagrada que por tradición ancestral se la utilizaba desde épocas primigenias para compartir lo sucedido en el transcurso del día. Por lo general, al inicio las personas tienen sus miradas desenfocadas, como en un mundo de ensueño, como asimilando la experiencia y tratando de ponerle palabras a esa vivencia. A continuación, se describen algunas expresiones de participantes después de haber tenido la experiencia en el Laberinto.

Impresiones al recorrer el laberinto (se retoma expresiones literales de personas que tuvieron la experiencia en el Laberinto):

- *El Laberinto es como la vida, vas caminando y te encuentras con curvas, cambio de dirección de manera imprevista.*
- *Cuando creía que estaba cerca del centro, me alejo [...] y cuando estoy lejos, de repente llego al centro inesperadamente.*
- *A medida que iba caminando aparecían pensamientos.*
- *Pensé que al entrar en el laberinto con la mente vacía podía ser un ejercicio sin sentido, luego comprendí que aparecen los insight y veo las cosas con más claridad. (terapeuta)*
- *Cuando me miré en el espejo al llegar al centro del laberinto fue como descubrir a otra persona.*
- *Veía a otras personas caminando en el laberinto, cada una a su propio ritmo, unas caminaban lentas, otras más rápido [...] cada persona en su propia búsqueda.*
- *El caminar en el Laberinto era como una introspección, iba hacia el centro de mi existencia, iba descubriendo nuevas facetas mías.*
- *En algún momento del recorrido sentí miedo de perderme [...] y me di cuenta que mi proyecto de vida*

estaba totalmente extraviado. (ama de casa)

- *Entré con la convicción de aclarar la confusión que tenía en mi vida por una situación que estaba pasando, y sin darme cuenta cuando llegué al centro del laberinto ya me sentía más tranquila.*
- *El laberinto me ayudó a sanar una herida que traía, a medida que entraba y lloraba, me iba liberando de esa rabia que me lastimaba.*
- *A mí me gustó el laberinto porque daba muchas vueltas y me reía mucho. (niño de 8 años)*
- *Yo caminé en el laberinto con los ojos cerrados y descalza, estaba lloviendo y para mí fue una experiencia muy profunda y confrontadora, me demoré más de una hora en recorrerlo y cuando llegué al centro tuve una sensación muy sublime. (estudiante de psicología)*
- *Es como una terapia silenciosa, solo vas caminando, siguiendo el trayecto del laberinto y te vas tranquilizando, es algo mágico.*



Recorrido del Laberinto con niños



Llegada al centro del Laberinto

Para quienes tengan dificultad de transitar por un Laberinto (sé que no accesible para la mayoría de las personas), en el mercado se consiguen laberintos en miniatura para hacer el recorrido con el dedo y si se le da la seriedad del caso, pienso que puede tener un aprendizaje también muy significativo que el realizarlo en caminata.

Se trató de ser lo más concreto posible en este artículo y se hace la invitación a los lectores inquietos que se den la posibilidad de explorar este mundo de los laberintos, no solamente desde la teoría, sino que puedan incursionar en las entrañas de este, de dejarse tocar por su magia, con la apertura que caracteriza a quienes incursionamos en este arte de lo Transpersonal.

Namaste



Richard Woocock Rengifo, Psicólogo, Universidad del Valle, Colombia. Formación en psicología Humanista, Holista y terapias complementarias. Creador centro Holístico *Sinergia*, Pasto, Colombia.

Contacto: centrosinergia@gmail.com

Número de contacto: +57 3006542118

En el transcurso de mi vida, he experimentado un viaje de autodescubrimiento y transformación que me ha llevado desde los confines de la psiquiatría convencional hacia las vastas tierras de la terapia integral transpersonal. Mi historia es la de un buscador incansable, un explorador de los reinos internos del alma y la conciencia, cuya sed de conocimiento y comprensión nunca ha conocido límites ni fronteras.

Recuerdo vívidamente aquel momento crucial en mi juventud, cuando un encuentro fugaz con la inmensidad del universo transformó mi visión del mundo para siempre. Recostado en la parte trasera de una camioneta, bajo el manto estrellado de la noche, experimenté una unión profunda con el cosmos, una conexión primordial que trascendía las limitaciones de la mente racional. Fue un despertar espiritual, una revelación que me llevó más allá de los confines de la realidad ordinaria y me sumergió en las profundidades de la conciencia misma.

Sin embargo, este despertar fue malinterpretado por aquellos que no podían comprender la magnitud de mi experiencia. Diagnosticado erróneamente con “esquizofrenia”, me vi obligado a enfrentar el estigma y la discriminación de una sociedad que no estaba preparada para abrazar la diversidad de la experiencia humana. Pero en medio de la confusión y el sufrimiento, encontré una luz de esperanza en las palabras sabias de un psicoanalista compasivo, quien reconoció la verdadera naturaleza de mi experiencia como una “reacción adolescente adaptativa”.

A partir de ese momento, mi viaje tomó un nuevo rumbo. Decidí especializarme en psiquiatría, no solo para comprender mejor mi propia experiencia, sino también para desafiar las limitaciones impuestas por el paradigma médico convencional. Me sumergí en un océano de conocimiento, explorando las fronteras de la psicología

transpersonal y la terapia integral, guiado por los maestros visionarios de nuestro tiempo.

Fue a través de la obra de figuras como Stan y Cristina Grof, Ken Wilber y Roger Walsh, que encontré un lenguaje y un marco conceptual para comprender mi experiencia y guiar mi práctica clínica. Con su inspiración, fundé la Asociación de Humanismo Transpersonal en Colombia, estableciendo un refugio para aquellos que buscan un enfoque holístico de la salud mental y el bienestar.

A lo largo de los años, mi viaje me ha llevado por caminos inexplorados y territorios desconocidos. He explorado las profundidades de la mente y el espíritu a través de prácticas como la meditación, el yoga y la psicoterapia transpersonal, abrazando la totalidad del ser humano en todas sus dimensiones. He aprendido a integrar en mi práctica clínica no solo los conocimientos de la medicina convencional, sino también las enseñanzas ancestrales y las prácticas innovadoras que amplían nuestra comprensión de la mente y el alma.

Hoy, en el apogeo de mi carrera, veo cada día como una oportunidad para seguir aprendiendo y creciendo, tanto personal como profesionalmente. Mi compromiso con mis pacientes y con mi propia evolución es inquebrantable, y mi práctica se ha convertido en un faro de esperanza y sanación para aquellos que buscan un enfoque integral de la salud mental y el bienestar.

En resumen, mi viaje desde la psiquiatría convencional hacia la terapia integral transpersonal ha sido un viaje de autodescubrimiento, transformación y redención. A través de cada experiencia y encuentro, he sido guiado por la mano invisible de la sabiduría universal, encontrando en cada desafío una oportunidad para crecer y evolucionar. Mi historia es la de un buscador de la verdad, un peregrino en busca de la luz que guía el camino hacia la plenitud y la realización.



José Daniel Puche Lacharme, Médico-psiquiatra especialista en Seguridad y Salud en el trabajo. Co-fundador de *Sasana*, Asociación de Humanismo Transpersonal. Terapeuta clínico integral con enfoque transpersonal, Coach y Teamcoach, instructor de Yoga y de Mindfulness (MBSR), docente y conferencista internacional en PNL, Inteligencia Emocional, Psicología Positiva, Coaching y terapia asistida con psicodélicos, esposo, padre y tenista.

Redes / contacto: [@josedpuche](https://www.instagram.com/josedpuche)



Eduardo Gastelumendi Dargent (Lima, 1957–2024).

Eduardo fue un médico, psiquiatra y psicoanalista peruano, fundador de la Asociación Transpersonal Iberoamericana (ATI). Trascendió el 09 de enero del 2024 luego de padecer un larga y complicada enfermedad. Fue fundador de *Takiwasi* en 1992, centro especializado en el tratamiento de adicciones con plantas maestras y sagradas.

Preocupado por la búsqueda de la verdad, estudió dos años de estudios generales de humanidades en la Pontificia Universidad Católica del Perú, pues quería ser filósofo. Decidió estudiar medicina en la Universidad Mayor de San Marcos, terminando los estudios en Brasil, en la Fundação Universidade do Rio Grande (1976-1981).

Regresó al Perú para especializarse en psiquiatría en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (1983-1986), en la sede del Hospital Nacional Guillermo Almenara Yrigoyen.

También se formó como psicoanalista en el Instituto de la Sociedad Peruana de Psicoanálisis (1982-1989). Fue aceptado como Analista en función didáctica de la Sociedad Peruana de Psicoanálisis en el año 2014.

Eduardo fue presidente de la Asociación Psiquiátrica del Perú (1999-2000) y de la Sociedad Peruana de Psicoanálisis (2014-2016). Fue miembro de la Junta Directiva de la Federación Psicoanalítica de América Latina (FEPAL) y Copresidente para América Latina del Comité de Profesiones Afines de la Asociación Psicoanalítica Internacional

(IPA). Participó de los grupos internacionales de diálogo Freud-Jung.

Uno de sus intereses teóricos era explorar la interfaz entre las diferentes disciplinas de la psiquiatría, el psicoanálisis y la neurociencia. Nunca dudó en ir más allá de la psiquiatría o del psicoanálisis. En octubre de 2023, bajo el sello editorial de la SPP publicó "El reino fuera del Yo, del Ello, Psicoanálisis y Ayahuasca", una explicación de la posibilidad de curar desde los saberes de la tradición amazónica peruana y el psicoanálisis. Tuvo una relación especial y fructífera con la Ayahuasca.

Eduardo participó en el Segundo Foro Interamericano sobre Espiritualidad Indígena (CISEI) organizado por Takiwasi en 1998, con una conferencia titulada "Madre ayahuasca y Edipo". También participó en la Maps Psychedelic Science Conference, Oakland (Ca), USA (2013). Para ser Miembro Titular de la Sociedad Peruana de Psicoanálisis, Eduardo presentó un trabajo titulado "Una mirada psicoanalítica a la experiencia con ayahuasca" (2012). Su inquietud intelectual y de búsqueda personal desde el uso de ayahuasca se expresó en varias publicaciones como:

Gastelumendi, E. (2010). Ayahuasca: Current interest in an ancient ritual. En. K. Miyoshi, Y. Morimura, K. Maeda et al. (ed.), *Neuropsychiatric disorders* (pp. 279-286). Tokio: Springer.

Gastelumendi, E. (2013). Una mirada psicoanalítica a la experiencia con ayahuasca. *Revista Psicoanálisis*, 12(1), 91-110

Este interés se mantuvo hasta el final y, a manera de testamento intelectual, Eduardo publicó

unas semanas antes de su fallecimiento un libro titulado "El reino fuera del Yo, del Ello; Psicoanálisis y Ayahuasca" (Biblioteca peruana de psicoanálisis), donde escribe: "En algún momento de mis exploraciones iniciales con la ayahuasca, me di cuenta de que la experiencia con el brebaje me llevaba al mismo lugar de comprensión de mi historia, a un similar planteamiento de preguntas existenciales fundamentales, y a experimentar insights sobre afectos y conflictos semejantes a los vividos en el psicoanálisis".

Eduardo era un intelectual profundo que sentía un compromiso personal y experiencial con la Ayahuasca. Siempre interesado entre la conexión entre la ciencia occidental con las sabidurías ancestrales amazónicas peruanas.

Eduardo es un intelectual y profesional dispuesto a trascender esquemas preconcebidos de manera audaz.

Tenía la habilidad de unir y conectar a personas con aproximaciones teóricas y terapéuticas diversas.

Era una buena persona, bondadoso, empático con gran capacidad de escucha.

Un maestro humilde y profundo que comparte su experiencia, construyendo consensos.

Nuestra solidaridad está con su esposa Guida y sus dos hijas Camila y Gabriela.

Eduardo está presente entre nosotros con su sonrisa afable y su amabilidad.



PhD Federico Infante es Doctor en Filosofía por la Universidad Humboldt zu Berlín, Psicólogo Transpersonal y docente de la Universidad César Vallejo y la Universidad Tecnológica del Perú; presidente de la Asociación Transpersonal del Perú y Coordinador Académico de Microhuasca. Entrenado en PNL, Hipnosis Ericksoniana, EMDR y Bioingeniería Cuántica.

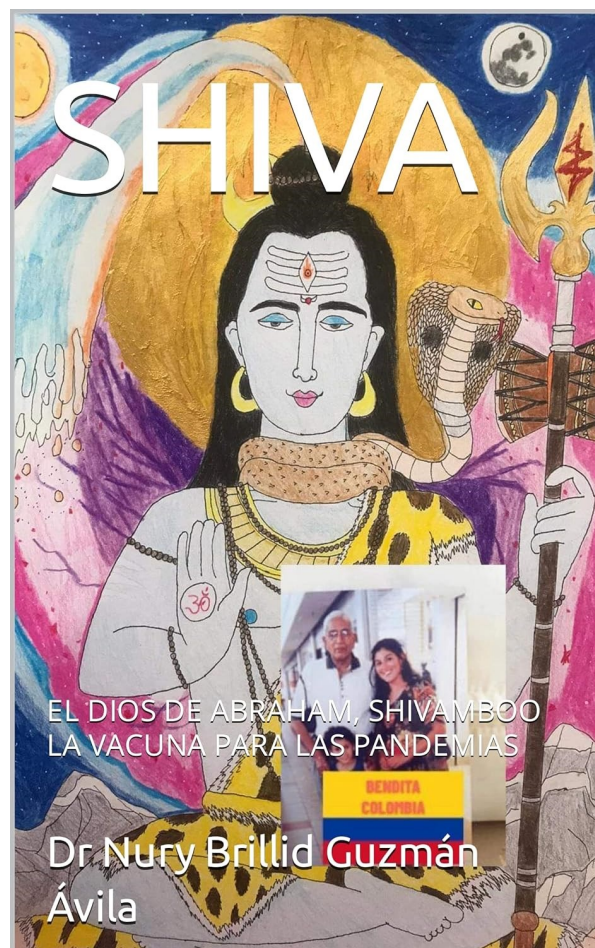
Contacto: federico.infante@gmail.com

Shiva: el dios de Abraham, Shivamboo la vacuna para las pandemias

El símbolo que lleva el señor Shiva en su mano, análogo a nuestro símbolo en psicología tiene una revelación profunda del origen de la psicología. Las serpientes igualmente que la que levanto Moisés en el desierto para salvar a Israel. En este libro estoy trayendo a la luz este misterio.

Shiva es un nombre de Dios antiguo en la tradición judía y también significan los 7 días de luto cuando alguien muere y los preceptos de sentarse en el piso, y dormir en el piso como lo hacen los yogi en india para sanar. Tomar la orina propia, Shivamboo el nectar de Dios es un camino de la medicina ayurvedica y china para sanar y emancipar este planeta y realizar nuestra divinidad nuestro yoga.

En el centro de cada corazón está el poder de sanarse cuando encontramos la integración, el yoga, la comunión de todo en todos. Este libro es la base de la psicología.



Nueva Jerusalén, El Buda de Esmeralda y Los Siete Espíritus de Dios

Este libro maravilloso revelado después de 15 años en Tailandia es una respuesta a la Psicología.

Cómo estudiante de la maestría de Psicología de la universidad Javeriana en Cali, Colombia tuve que presentar un libro en exposición llamado: "La ética del cambio". En este libro mencionan la vida del señor Buda y sus técnicas respiratorias para sanar.

La profesora menciona que la Medicina estaba enfermando más y la Psicología reforzando más enfermedades mentales ya que las técnicas que usábamos solo llegaban al intelectualismo sin remover la causa del sufrimiento mental y físico somatizado.

El señor Buda Siddhartha es el mismo señor Buda Jesús, Buddha es como en Cali se dice Dios. Y así cada tradición que nos habla de sanar y que le llamamos religión con dualidad a la espiritualidad no son si no técnicas de curar la mente más allá del yo. Este libro es una respuesta a la integración mental que debemos tener para poder sanar.



Milagros del bendito Dr José Gregorio Hernández de Venezuela en Tailandia: La curación del cáncer y el Alzheimer en Medicina y Veterinaria Mística

Es importante que la Psicología transpersonal tenga presente la ayuda del mundo espiritual.

Ángeles y santos de todas las tradiciones están siempre presentes en la ayuda del crecimiento de cada persona en el mundo.

No venimos solos a este mundo. Venimos con muchas otras entidades transpersonales que sin nuestro propio esfuerzo están al lado de cada ser para hacer las intervenciones necesarias para abrir dentro de nosotros la gracia de describir nuestra divinidad y nuestra capacidad de sanar.

El bendito doctor José Gregorio Hernández de Venezuela ha siempre estado a mi lado como del lado de mis abuelos maternos Pedro José Ávila Rojas y María Elena Molina de Ávila ellos hicieron consultorios para mí padre Alberto Guzmán, y para mi tía materna Ana libia Ávila Molina. Este santo revela al señor Shiva en el Himalaya y al ángel de oriente y el nuevo nombre de Dios como camino de sanar.



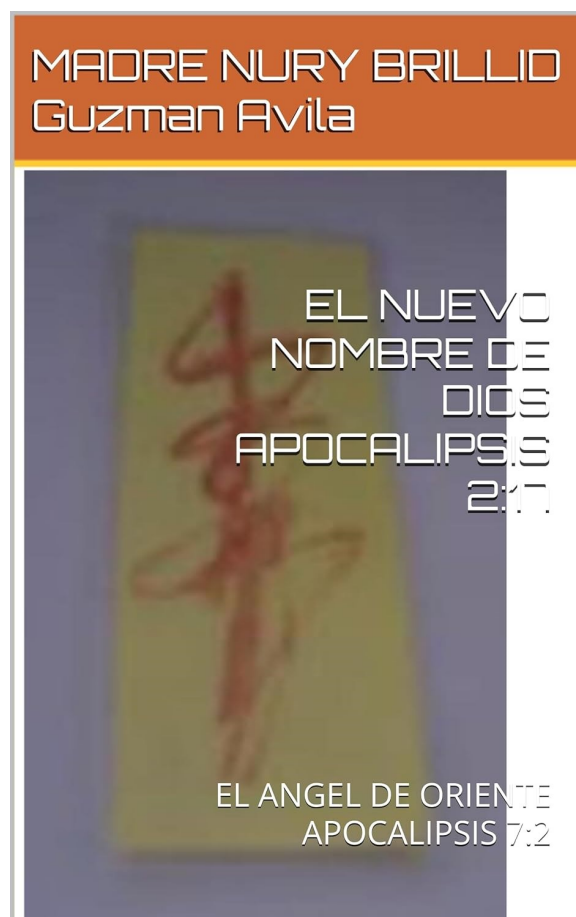
El nuevo nombre de Dios apocalipsis 2:17: el Ángel de oriente apocalipsis 7:2

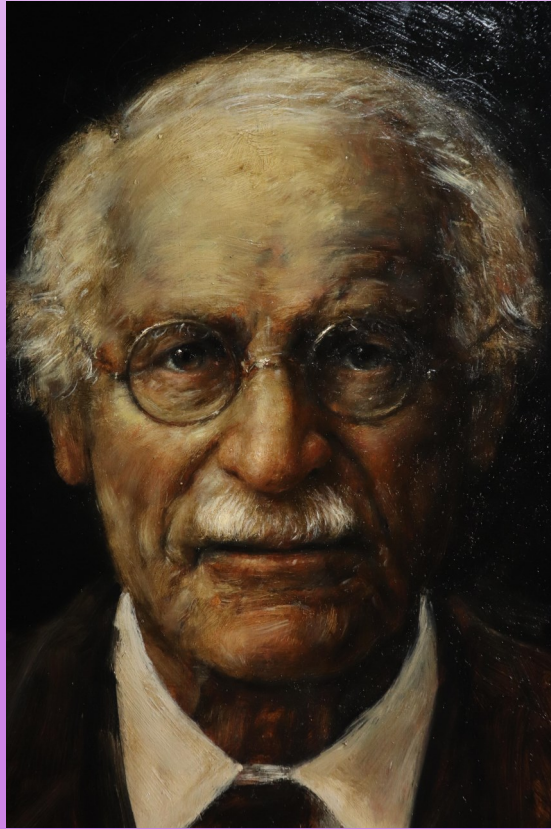
Es igualmente necesario dentro de la psicología transpersonal para la confección con el oriente y su forma de sanar.

La acupuntura, las plantas aromáticas, los te para beber o para caminar a sus alrededores y despertar el Qi en wudang van acompañado del talismán chino que invoca la presencia del santo chino que sin tu esfuerzo viene en el mundo astral al igual que el santo gregorito a sanar removiendo cáncer, removiendo endurecimiento o mundanidad en nuestro corazón

Útero, ano, pies, manos, oídos, ojos, boca, cerebro en total cualquier órgano que necesita recibir Luz, volverse sutil y así poder darnos la gracia de ver los mundos superiores.

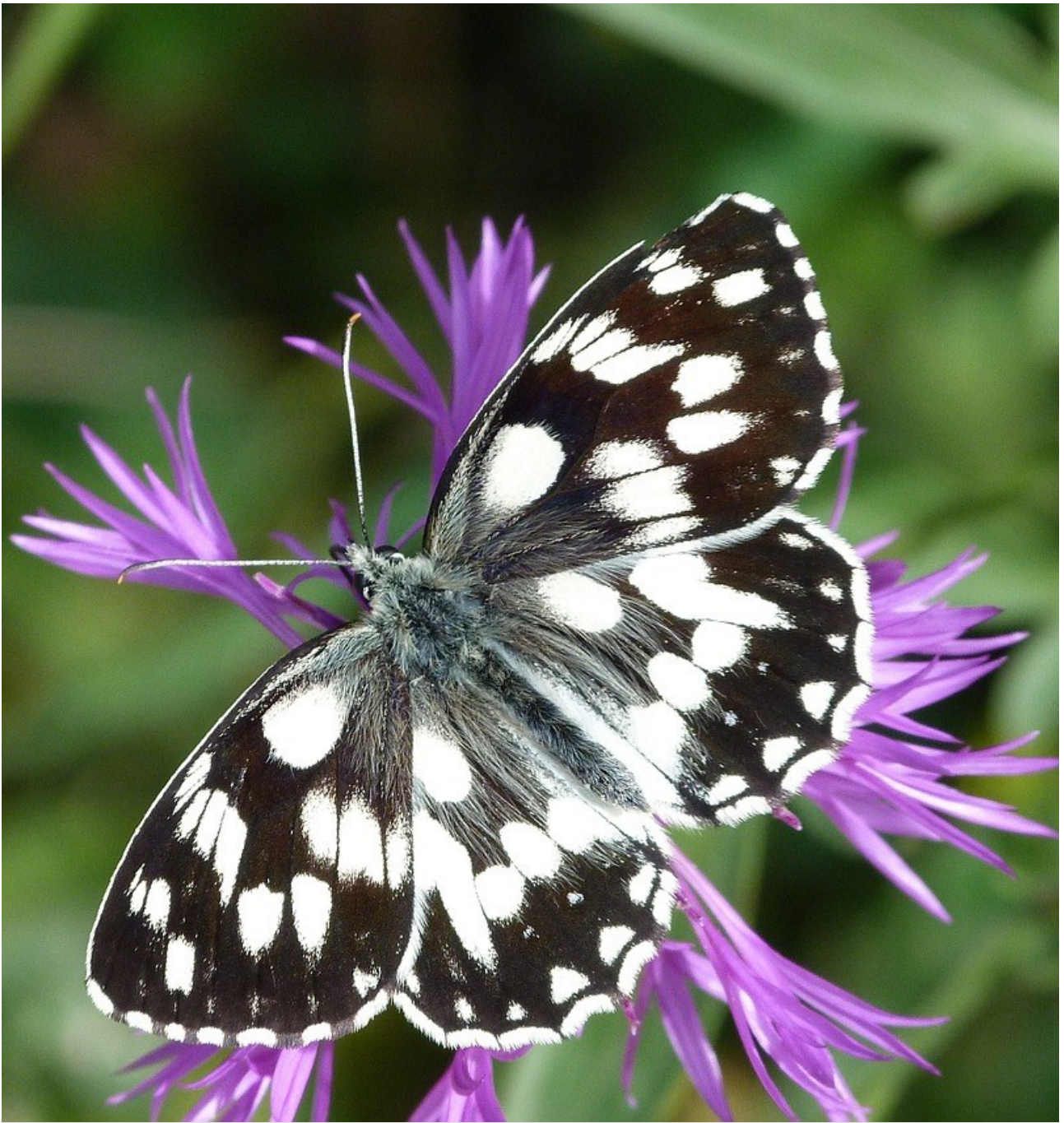
Los pulmones, los riñones, los chakras que representan los centros energéticos que necesitan tener balance de hormonas y de las energías del ying yang para sanar el santo chino lo hace todo sin nuestro esfuerzo con acupuntura.





La limitación del saber humano, que tiene que dejar sin explicar tantas cosas incomprensibles y milagrosas, no queda liberada en absoluto de la tarea de aproximar a la comprensión esas revelaciones del espíritu difícilmente comprensibles que se han encarnado, por ejemplo, en el dogma. De lo contrario, crece de una manera amenazadora el peligro de que tanta luz haga que el tesoro de conocimiento supremo que está oculto en el dogma se disuelva en la nada como un fantasma exangüe y se convierta en presa fácil de los ilustrados triviales y los racionalistas superficiales. En mi opinión, sería un gran paso adelante que al menos alguna vez se comprendiera hasta qué punto la verdad del dogma está enraizada en el alma, que no es obra humana.

Carl Gustav Jung



Hazte socio de la **Asociación Transpersonal Iberoamericana**

¡Únete a nuestro equipo por tan sólo 30€ al año!

Toda la información en:

www.ati-transpersonal.org



ati magazine #12



**ASOCIACIÓN
TRANSPERSONAL
IBEROAMERICANA**

Para suscribirte a este Magazine envía un mail a:

contacto@ati-transpersonal.org

Para conocer más sobre la Asociación Transpersonal Iberoamericana o registrarte como miembro ingresa a:

www.ati-transpersonal.org

En Facebook:

www.facebook.com/ati.transpersonal

Para artículos académicos:

www.transpersonaljournal.com