

7. TÓPICOS RELACIONADOS

En este capítulo quisiera revisar, desde el punto de vista de una visión espectral global del desarrollo y la patología, algunos puntos concretos sobre el diagnóstico diferencial, las relaciones existentes con los sistemas COEX de Grof, el narcisismo, los sueños y la relación existente entre la psicoterapia y la meditación.

El diagnóstico diferencial

A la luz de una visión espectral global del crecimiento y del desarrollo convendría subrayar una vez más el gran cuidado que debe prestarse al diagnóstico diferencial. La ansiedad psíquica, la ansiedad existencial, la ansiedad psiconeurótica y la ansiedad borderline, por ejemplo, son fenómenos muy diferentes que requieren, por consiguiente, modalidades de tratamiento también muy diferentes. En consecuencia, la eficacia del tratamiento dependerá, en gran medida, de la exactitud del diagnóstico inicial, lo cual, a su vez, exige una comprensión

cabal del espectro completo de niveles de conciencia, de los niveles de estructuración del self, de las necesidades, las motivaciones, las cogniciones, las relaciones objetales, los mecanismos de defensa y las patologías propias características de cada uno de los diferentes estadios de organización y desarrollo estructural.

En la actualidad, el diagnóstico y el tratamiento suele basarse en modelos menos comprensivos que el propuesto aquí, lo cual supone necesariamente el colapso y la reducción de diferentes categorías diagnósticas y tratamientos muy diferentes. El modelo de Kohut -cuyas categorías diagnósticas fundamentales son el Hombre trágico (borderline) y el Hombre culpable (neurótico)-, por ejemplo, no tiene en cuenta los niveles espirituales y, por consiguiente, se ve obligado a reducir las categorías superiores a esos dos criterios inferiores. Sin embargo, esta manera de concebir las cosas lleva necesariamente también a la reducción de toda la patología existencial al «Hombre trágico» borderline, como si la única tragedia existencial del cosmos fuera la separación entre el niño y su madre.

Gran parte de toda la confusión terapéutica existente entre los diversos teóricos procede de lo que en otro lugar he denominado «falacia pre/trans» (Wilber, 1980b), que consiste en confundir las estructuras pre-rationales con las estructuras trans-rationales por el simple hecho de que ambas son no-rationales. Este sencillo error termina abocando a dos situaciones igualmente lamentables: *eleva* las estructuras pre-rationales (fantásmica, mágica y mítica) al estatus trans-racional (por ejemplo, Jung) *y reducir* las estructuras trans-rationales al infantilismo pre-racional (por ejemplo, Freud). Es particularmente frecuente, en este sentido, cometer el error

de reducir el samadhi (la identidad sujeto-objeto propia del nivel sutil o causal) a estados autistas, simbióticos u oceánico-narcisistas. Del mismo modo, Atman, el self universal único, suele confundirse con el self monádico autista propio de F-1. Alexander (1931), por ejemplo, ha llegado a calificar al Zen como un entrenamiento en esquizofrenia catatónica. En mi opinión, mientras no se reconozca y se estudie en profundidad el espectro global del crecimiento y del desarrollo, estas confusiones teóricas (y, por consiguiente, terapéuticas) seguirán produciéndose.

Los sistemas COEX

Stanislav Grof denomina «sistemas COEX» («sistemas de experiencia condensada») a ciertos complejos que se hallan estratificados evolutivamente en el psiquismo como si se tratara de una cebolla. Este importante concepto -frecuente, por otra parte, en la literatura psicológica- ha hallado en Grof uno de sus más claros exponentes.

A mi modo de ver, los sistemas COEX patológicos engloban y condensan todas aquellas experiencias que no han sido metabolizadas adecuadamente (deficiencias de subfase) en un determinado fulero de estructuración del self (ver Guntrip, 1971; Kernberg, 1975). Así pues, a partir del fulero 1, cualquier deficiencia concreta de subfase (que no haya sido lo suficientemente severa como para desarticular por completo cualquier posibilidad de desarrollo posterior) se convierte, a partir de ese momento, en *una bolsa disociada de la estructura del self* durante el desarrollo subsiguiente. De este

modo, cualquier deficiencia y malformación de subfase que tenga lugar en los siguientes fulcros, es muy probable que termine escindiéndose de la estructura del self y -como señalan Grof y Jung- se condense y asocie a malformaciones de subfase previas similares. Pero las malformaciones propias de un determinado nivel no sólo tienden a condensarse sobre las anteriores sino que también suelen invadir y contaminar los fulcros superiores *subsiguientes*, desviando, en consecuencia, el desarrollo hacia malformaciones patológicas similares (y totalmente ajenas, por tanto, a la problemática propia de ese nivel concreto). En tal caso, del mismo modo que ocurre con un grano de arena atrapado en los primeros estadios del desarrollo de una perla, cada nueva capa tenderá a reproducir la misma anormalidad. El resultado de esta situación es un sistema COEX patológico, una unidad multiestratificada de malformaciones de subfase asociadas y condensadas, compuesta por distintas subunidades escindidas o disociadas (una especie de bolsas de «experiencias inconscientes no digeridas») en cada uno de los fulcros de desarrollo de la estructura del self.

Un determinado síntoma, sin embargo, puede ser simplemente el emergente de un sistema COEX patológico más o menos extenso que puede contener, por ejemplo, residuos procedentes de las subfases F-5, F-3 y F-2, pongamos por caso. En este sentido, uno de los objetivos fundamentales de la psicoterapia es el de re-conectar y re-experimentar -estrato a estrato si fuera necesario- los residuos no digeridos de diferentes subfases y ayudar, de ese modo, a recomponer las malformaciones estructurales; es decir, permitir que aquellos aspectos del sistema del self previamente encerrados y atrapados en las diferen-

tes bolsas de subfase inferiores terminen siendo liberados *y reintegrados* al flujo continuo de organización y desarrollo estructural.

El narcisismo

Es muy probable que el «narcisismo» sea uno de los tópicos más confusos y desconcertantes de la literatura técnica terapéutica. Del narcisismo se han dado literalmente decenas de definiciones diferentes y, con mucha frecuencia, contradictorias. Hay quienes han hablado de *niveles* de narcisismo (primario, secundario, terciario, etcétera) y también se ha dicho que existe un narcisismo normal y un narcisismo patológico. Convendrá, pues, detenernos brevemente en este punto.

Gran parte de la confusión se disipará si: 1) definimos explícitamente los distintos niveles, o estadios, del narcisismo y 2) reconocemos que cada uno de los diferentes estadios del narcisismo tiene dimensiones normales y dimensiones patológicas.

Comencemos destacando que el término «narcisismo» ha sido utilizado en la literatura técnica con significados distintos y, en ocasiones, hasta contradictorios. En un sentido neutro y no peyorativo, por ejemplo, el término «narcisismo» se utiliza como sinónimo de «self». Desde este punto de vista, el término «desarrollo narcisista» significa simplemente «desarrollo del self» y está desprovisto de cualquier connotación egocéntrica, grandiosa y arrogante. Decir, pues, que existen diferentes niveles de narcisismo, o diferentes niveles de desarrollo narcisista significa, desde esta perspectiva, que existen diferentes niveles de self o diferentes niveles

de desarrollo del self. En este trabajo, por ejemplo, hemos destacado la existencia de nueve estadios fundamentales de «narcisismo» (cada uno de los cuales atraviesa por tres subfases diferentes).

Pero hay otra acepción según la cual el término «narcisismo» se utiliza como sinónimo de «egocentrismo», de incapacidad para tomar conciencia de los demás. Esta condición, sin embargo, no es necesariamente patológica o mórbida, ya que, de hecho, es frecuente distinguir entre «narcisismo normal» y «narcisismo patológico». El narcisismo normal se refiere a la *cantidad de egocentrismo* que es *estructuralmente inevitable*, o normal, en cada estadio del desarrollo. El narcisismo primario -la incapacidad para reconocer el mundo de los objetos- es inevitable (o normal) en el estadio autista y en la fusión grandiosa y exhibicionista entre el self y los objetos es *normal* en la subfase de ejercicio. Así pues, aunque este estadio sea denominado convencionalmente «estadio narcisista», es realmente menos narcisista (egocéntrico) que el precedente porque aquí existe una cierta conciencia de los objetos de la que carece por completo el estadio previo del narcisismo primario.

El estadio mente-rep, por su parte, es todavía menos narcisista o egocéntrico que el estadio grandioso, pero no por ello deja de ser egocéntrico (o narcisista) ya que, como demostró Piaget, en este nivel todavía resulta imposible asumir el rol de los demás, cosa que sólo empieza a ser posible con la emergencia de la mente regla/rol.

Hasta la aparición de la mente formal -y la consecuente posibilidad de *reflexionar* y asumir puntos de vista alternativos- el self no puede escapar a su propio subjetivismo. No obstante, según afirman las tradiciones

contemplativas, mientras exista una sensación de identidad separada seguirá perdurando un cierto grado de egocentrismo. Según Da Free John, en el nivel sutil Narciso sigue presente (aunque mucho más restringido) porque en ese nivel todavía hay una leve contracción interna sobre el self y una correspondiente «fuga de las relaciones» (Da Free John, 1977).

Resumamos lo visto hasta ahora: Existen nueve niveles fundamentales de narcisismo, *cada uno de los cuales es menos narcisista (menos egocéntrico) que su(s) predecesor(es)*; cada nuevo fulcro de desarrollo implica una disminución del grado de narcisismo porque en cada nuevo estadio el self va trascendiendo las limitaciones propias del punto de vista anterior y expandiendo su horizonte más allá de su propio subjetivismo. Este proceso persiste hasta que, en el dominio causal (cuando se disipa completamente toda sensación de identidad separada) el narcisismo (egocentrismo) termina desapareciendo por completo.

Ahora bien, en cada uno de los diferentes estadios de este proceso de reducción del narcisismo, no sólo es posible la existencia de un narcisismo normal y sano estructuralmente inevitable, sino que también existe la *posibilidad* de desarrollar un narcisismo anormal, patológico y mórbido. Este narcisismo patológico constituye siempre un *mecanismo de defensa* mediante el cual se sobrevalora la estructura del self y correlativamente se infravaloran los objetos propios de ese nivel para evitar una confrontación dolorosa con ellos (en tal caso, en el nivel mental, por ejemplo, el sujeto puede decir: «¡Así que están en desacuerdo conmigo! ¿Pero quiénes se han creído que son? ¡No son más que unos payasos!»). Esta situación, por tanto, genera una cantidad de narcisismo

(o de egocentrismo) superior al estructuralmente inevitable *en este estadio* del desarrollo. Teóricos como Mahler, por ejemplo, sostienen que el narcisismo patológico puede presentarse ya en los estadios más tempranos de desarrollo del self (es decir, F-1 y F-2).

Por consiguiente, la «defensa narcisista» puede tener lugar en cualquiera de los estadios de desarrollo del self (excepto en ambos extremos) e implica una sobrevaloración de la estructura del self y la correspondiente devaluación de los objetos propios de ese estadio, una maniobra defensiva ante la posibilidad de ser abandonado, humillado, dañado o desaprobado por los objetos. El indicador de la defensa narcisista patológica, pues, no radica tan sólo en el exceso de autoestima sino que también hay que tener en cuenta la proporción o desproporción con respecto a los objetos del self. La defensa narcisista, pues, se distingue por un desequilibrio, una desproporción que sobreestima al self como *medida protectora en contra* de la devaluación de que puede ser objeto por parte de los demás.

Sería mucho más correcto y mucho menos confuso técnicamente, definir a los «desórdenes narcisistas» como el resultado de una defensa narcisista en *cualquiera de los niveles* de desarrollo del self. Así pues, en F-1 existe un narcisismo normal y un narcisismo patológico (defensivo), y lo mismo podríamos decir con respecto a F-2, F-3, y sus siguientes, ascendiendo hasta llegar al nivel propio del fulcro sutil.

También podríamos hablar de un «desorden narcisista» en el caso de que el narcisismo *normal* propio de un determinado estadio *no* desapareciera al alcanzar el estadio *superior*. En tal caso, el desorden narcisista constituiría una detención/fijación en el narcisismo normal

propio de un determinado estadio inferior y lo que deberíamos entonces especificar de qué nivel inferior se trata.

Desafortunadamente, sin embargo, existe una considerable confusión en torno a este tópico ya que los «desórdenes narcisistas» han sido definidos exclusivamente como una interrupción del desarrollo en el narcisismo normal propio de F-2. Resulta muy difícil modificar este uso normal del término y, por ello, he preferido seguir utilizando el término «desorden narcisista» en su sentido estricto como una detención/fijación patológica en el narcisismo normal propio de F-2.

Resumamos: Existen nueve niveles de narcisismo, cada uno de los cuales es menos narcisista (menos egocéntrico) que su(s) predecesor(es); cada uno de ellos implica un grado de narcisismo normal estructuralmente inevitable (narcisismo normal o narcisismo sano) que puede ir acompañado también de una patología defensiva, un narcisismo patológico, mórbido o ampuloso. Así pues, los «desórdenes narcisistas», en sentido amplio, se refieren a: 1) el narcisismo patológico que puede aparecer en *cualquiera* de los niveles de desarrollo; y 2) la detención/fijación del narcisismo normal propio de *cualquier* nivel inferior. No conviene olvidar tampoco que la mayor parte de las teorías actuales utilizan el término «desorden narcisista» en un sentido estricto como detención/fijación en el narcisismo normal propio de F-2.

Los sueños y la psicoterapia

En muchas ocasiones se ha dicho que los sueños son «el camino real al inconsciente» y que constituyen una

poderosa ayuda para el diagnóstico y el tratamiento. Pero, dada la existencia de nueve niveles diferentes de psicopatología ¿cómo podríamos aprovechar mejor la utilidad de los sueños?

En mi opinión, el sueño manifiesto puede ser considerado como una sonda que nos proporciona mensajes (patológicos o benignos) de todos los niveles de conciencia. En este sentido, quizás la mejor forma de trabajar con los sueños sea la de comenzar a interpretarlos desde los niveles inferiores del espectro y, a partir de ahí, ir ascendiendo progresivamente el nivel de interpretación. Tengamos en cuenta que el *mismo* símbolo de una determinada secuencia onírica puede vehicular material relevante (tanto sano como patológico) procedente de cada uno de los diferentes niveles de conciencia. Por consiguiente, es necesario realizar una interpretación desde *todos* los niveles de conciencia y ver cuál de ellas facilita el reconocimiento del individuo. Desde este punto de vista, el terapeuta o el analista debería comenzar interpretando los símbolos significativos en los niveles inferiores -F-1 y F-2-, prestar atención a las interpretaciones que despierten la resonancia del cliente (habitualmente por estar cargadas emocionalmente) y trabajar luego la carga investida sobre cada símbolo. De este modo, el sueño puede ser decalectizado -o liberado- de su carga emocional *en ese nivel* («y podemos admitir su mensaje») y proceder luego a reinterpretar el mismo símbolo buscando su significación desde el siguiente nivel superior (y así siguiendo a lo largo de todo el espectro).

Obviamente, en la práctica resulta imposible interpretar cada uno de los símbolos desde todos los niveles de conciencia. Hacerlo así supondría invertir horas o in-

cluso días de trabajo en cada sueño. Se trata, por el contrario, de trabajar teniendo en cuenta la estructura del self del individuo y su nivel de desarrollo global, seleccionando unos pocos símbolos clave para cada uno de los tres o cuatro niveles sospechosos y focalizar la atención específicamente sobre ellos. Cuanto más desarrollada se halle una determinada persona mayor será también el nivel de interpretación que despierte su fibra sensible. Pero hay que tener en cuenta que ni siquiera los individuos más desarrollados son, por ello, inmunes a los mensajes de los niveles inferiores (e incluso, con frecuencia, suele suceder exactamente lo contrario, ya que los niveles inferiores son precisamente aquellos que han tendido a ignorar en su -desde otro punto de vista- admirable ascenso, una deficiencia que los sueños no permiten olvidar).

La única forma de demostrar la riqueza potencial de este enfoque sería la de ilustrarlo con ejemplos de interpretaciones acordes a cada uno de los diferentes niveles. Pero esa posibilidad supera con mucho el alcance de nuestra intención actual. Baste, pues, el siguiente ejemplo para bondades de una aproximación espectral. Se trata del sueño de una mujer de mediana edad cuyo escenario onírico contenía las siguientes imágenes: el sujeto se halla en una caverna (asociaciones: «infierno», «muerte»); hay un foco luminoso plateado que conduce desde la caverna hasta el cielo («cielos», «hogar»), encuentra a su hijo en la caverna y ascienden juntos hacia la luz («liberación», «seguridad», «eternidad»).

¿Qué significa, por ejemplo, el foco luminoso? Desde los niveles F-1 y F-2, podría representar una negación de la madre «totalmente mala» y una fusión o «umbilicus» con la seguridad de la madre simbiótica «total-

mente buena» (división). Desde F-3 podría representar deseos fálicos/incestuosos; desde F-4 la necesidad de estrechar la comunicación con su hijo; desde F-6, quizás una forma de escapar o evitar la muerte existencial y desde F-7, el canal plateado de *sushuma*, por donde se dice que asciende *kundalini* a lo largo de la columna vertebral, desde el primer *chakra* (los dominios infernales físicos) hasta el séptimo *chakra* (la liberación en el self trascendental).

En mi opinión, el foco podría representar simultáneamente *todo* eso. Los símbolos oníricos son plásticos y pueden ser invadidos y conformados por algún tema opresivo o por cualquier nivel de patología persistente.

Resumiendo, pues, la mejor forma de trabajar con los sueños sería comenzar la interpretación desde abajo y, a partir de ahí, ir subiendo a través de cada uno de los niveles. En la medida en que comencemos en los niveles inferiores estaremos seguros de no asumir una actitud irreal demasiado «encumbrada» que soslaya los mensajes desagradables procedentes de los niveles inferiores. Por otra parte, hay que subrayar la necesidad de no detenernos en ellos porque también queremos evitar la actitud «reduccionista» que elude las dimensiones existenciales y espirituales de la condición humana.

La meditación y la psicoterapia

La meditación, en mi opinión, no constituye una forma de profundizar en las estructuras reprimidas inferiores propias del inconsciente sumergido sino que, por el contrario, es un modo de facilitar la emergencia, el crecimiento y el desarrollo de las estructuras superiores de

la conciencia. Confundir estas dos funciones es una forma de fomentar la concepción reduccionista prevalente de que, en el mejor de los casos, la meditación es una regresión al servicio del ego cuando, en realidad, ha sido diseñada y opera como una progresión al servicio de la trascendencia del ego.

Sin embargo, cuando una persona emprende la meditación de una manera intensiva, el material procedente del inconsciente sumergido (es decir, la sombra) suele reaparecer y, en ocasiones, irrumpir violentamente en la conciencia. Es esta «eliminación de la represión de la sombra» la que ha contribuido a fomentar la noción de que la meditación es una técnica de descubrimiento y una regresión al servicio del ego. Es cierto que esta eliminación de la represión suele tener lugar con cierta frecuencia pero por motivos completamente diferentes. La meditación tiene por objeto desarrollar o movilizar la conciencia hacia niveles o dimensiones superiores de organización estructural y puede romper o interrumpir la identificación exclusiva con el nivel *presente* de desarrollo (normalmente el egoico mental). Dado que es precisamente esta identificación *exclusiva* la que *constituye* la barrera represiva, su interrupción, total o parcial, puede liberar el material reprimido anteriormente. En los primeros estadios de la meditación, este proceso suele tener lugar con cierta frecuencia pero, en cualquiera de los casos, se trata de un subproducto de la práctica y, en modo alguno, de su objetivo fundamental. (Para una discusión más detallada de este tópico ver Wilber, 1983.)

¿Pero acaso la meditación puede ser utilizada junto al psicoanálisis o la psicoterapia? En mi opinión, la respuesta adecuada a esta pregunta depende, en gran me-

dida, del tipo de meditación y del nivel de patología implicados en una determinada terapia.

Hablando en términos generales, la meditación parece contraindicada para las patologías propias de F-1 y de F-2 porque, en esos niveles, el self carece de una estructura lo suficientemente estable como para soportar las intensas experiencias que ocasionalmente conlleva su práctica. En tales casos, la meditación no sólo no parece ayudar sino que puede resultar incluso perjudicial porque tiende a desarticular la frágil estructura del borderline o el psicótico. La meditación, en otras palabras, tiende a disolver aquellas estructuras del self que el borderline o el psicótico deben todavía crear y fortalecer. Paradójicamente, sin embargo, la mayor parte de los individuos con patologías F-2 son, según Jack Engler (1983a), proclives a la meditación -especialmente en su forma budista- como una forma de *racionalizar su* condición «no egoica». Estoy, por tanto, perfectamente de acuerdo con Engler en que, en tales casos, la meditación suele ser contraindicada.

Por otro lado, la mayor parte de las patologías F-3 pueden beneficiarse de la práctica de la meditación (cf. Carrington, 1975). Considero, sin embargo, que, en los casos de depresión moderada o severa, la meditación *vipassana* debe ser utilizada con cautela debido a la tendencia a vincular la depresión psiconeurótica con el *pseudo-dukkha*. El Camino del yogui puede provocar trastornos emocionales y sexuales severos, un hecho que cualquiera que se halle sometido a algún tipo de terapia F-3 debería tener en consideración antes de embarcarse en ese tipo de meditación. Y es muy probable que la meditación koan del Zen -que frecuentemente aumenta la ansiedad hasta límites explosivos- también sea con-

traindicada para los casos de ansiedad psiconeurótica. Pero, en general, la mayor parte de las formas fundamentales de meditación (seguir la respiración, contar las inspiraciones, mantrayana, shikantaza, ashtanga, etcétera) pueden ser un adjunto beneficioso de las terapias propias de F-3. Agreguemos también que la meditación también puede favorecer indirectamente la re-emergencia o la eliminación de la represión de material inconsciente que puede ser trabajado en las sesiones terapéuticas.

En la mayor parte de las patologías propias de F-4 y F-5, la meditación también puede ser utilizada con cierta cautela ya que, en este caso, existe la complicación adicional de que quien padece una patología de confusión de roles, una patología conformista o se halle atravesando un período especialmente difícil para establecer la identidad propia del nivel formal, es particularmente proclive a utilizar la meditación y los grupos meditativos como una especie de secta, en la que la lealtad al grupo constituye un acting out de neurosis de identidad irresueltas. En tal caso, la «mentalidad sectaria» resultante es extraordinariamente difícil de tratar terapéuticamente porque las pretendidas «verdades espirituales universales» está siendo utilizadas para racionalizar un simple acting out.

En mi opinión, la mayor parte de las patologías existenciales propias de F-6, suelen responder positivamente a la meditación. La ansiedad existencial, a diferencia de la ansiedad psiconeurótica, no parece ser incompatible con las prácticas meditativas más arduas como el koan, por ejemplo (cf. Kapleau, 1965). En lo que respecta a las depresiones existenciales, sin embargo, las meditaciones que intensifican *dukkha* (como el *vipassana*,

por ejemplo) deben ser empleadas con cuidado. Además, los individuos aquejados de patología existencial o de dilemas existenciales persistentes suelen encontrar que la filosofía resulta más provechosa que las disciplinas contemplativas porque despierta el auténtico sentido trascendente de la empresa vital. Adviértase que estoy hablando de patología existencial ya que el punto de vista propio del nivel existencial desconfía de la meditación y de la trascendencia como una forma engañosa de negación de la muerte.

En resumen: la meditación no es una técnica de construcción de estructura ni una técnica de descubrimiento ni una técnica de análisis de guión ni una técnica de diálogo socrático. Por consiguiente, en modo alguno puede ser un sustituto de ellas ni tampoco debe ser utilizada como una forma de «bypass espiritual» (Welwood, 1984). No obstante, su utilización como un *adjunto* del análisis o de la terapia, parece ser muy beneficiosa en la mayor parte de las patologías propias de F-3, F-4, F-5 y F-6, tanto a causa de sus propios méritos y ventajas intrínsecas como por el hecho de que tiende a «relajar» al psiquismo y facilitar la eliminación de la represión de los niveles inferiores y contribuye, de ese modo, a fomentar los procesos terapéuticos de esos niveles.

Meditación e interiorización

De un tiempo a esta parte, la literatura psicoanalítica y la mentalidad popular, ha acusado a la meditación de tratarse de una regresión narcisista (Alexander, 1931; Lash, 1979; Marín, 1975). En esta sección quisiera re-

futar estas afirmaciones valiéndome de las definiciones y los descubrimientos utilizados por el mismo psicoanálisis.

En este trabajo hemos hablado del *desarrollo y la evolución* de la conciencia. ¿Cómo define la psicología psicoanalítica del ego la evolución? Según Heinz Hatmann, fundador de la psicología psicoanalítica evolutiva, «la evolución es un proceso de "internalización creciente" ya que, en el desarrollo de las especies, el organismo va independizándose de su medio de tal modo que "... las reacciones que originalmente tienen lugar con respecto al mundo externo van desplazándose progresivamente hacia el interior del organismo". De este modo, cuanto más independiente es el organismo mayor es su independencia de los estímulos procedentes del medio ambiente» (Blanck & Blanck, 1974). Así pues, para tales psicoanalistas, el desarrollo evolutivo se *define* como un proceso de interiorización creciente.

Desde esta perspectiva, pues, no parece justificado que el psicoanálisis aplauda la interiorización desde el cuerpo hasta el ego-mente y luego retroceda horrorizado ante la meditación. Hay que tener en cuenta que el objetivo de la meditación es precisamente el de favorecer la interiorización desde el ego-mente hasta el ego-sutil y desde éste hasta el nivel causal-espíritu. Sin embargo, la mayor parte de los teóricos de orientación analítica (Alexander, 1931; Lash, 1979) y gran parte de los psiquiatras (Marín, 1975) responden exactamente de este modo. En mi opinión, esta contradicción ocurre porque a mitad del camino de ascenso de la Gran Cadena de interiorización creciente, estos teóricos comienzan a aplicar el término «narcisismo». Pero ya hemos visto que cada nivel superior del desarrollo constituye un es-

tadio que, entre otras cosas, puede ser definido como *menos* narcisista que el anterior. En otras palabras, según el mismo psicoanálisis, la siguiente ecuación es perfectamente válida: desarrollo creciente = interiorización creciente = narcisismo decreciente. Desde este punto de vista, pues, la meditación constituye un camino de desarrollo e interiorización progresiva y, en este mismo sentido, es muy probable que constituya la herramienta más poderosa de la que disponemos para reducir el grado de narcisismo.

Para dilucidar este aparente contrasentido convendría distinguir entre dos tipos de «interioridad» o «internidad» muy diferentes. Diferenciamos, pues, entre «dentro» e «interior». Cada nivel de conciencia superior se experimenta como más interno que el nivel precedente inferior pero ello *no* significa, sin embargo, que esté «dentro» de él. Veamos un ejemplo: la mente se experimenta como interna al cuerpo pero no, por ello, existe dentro del cuerpo; cuando como algo, por ejemplo, el alimento penetra en el interior de mi cuerpo y lo siento dentro de él y lo mismo ocurre cuando me duele algo, pero no existe ninguna sensación, contracción o molestia física interior de la cual pueda decir: ésta es mi mente. La mente, en otras palabras, no se experimenta como algo que exista dentro del cuerpo (en el sentido en el que estamos utilizando el término) sino que, por el contrario, es algo que se siente vagamente como «interno» al cuerpo -y ése es el sentimiento al que llamo «interior».

Cada nivel de conciencia tiene sus propias fronteras, cada uno de ellos tiene un interior y un exterior, pero, aunque un determinado nivel se experimente como más interno que el nivel inferior, eso no significa que se ha-

lle literalmente dentro de él. No debemos equiparar las fronteras porque éstas existen en niveles completamente diferentes. Las fronteras de mi mente y las fronteras de mi cuerpo están trazadas sobre un territorio completamente diferente y los pensamientos, por ejemplo, pueden *salir* de mi mente y *entrar* en ella sin, por ello, atravesar las fronteras físicas de mi cuerpo.

El hecho de que mi mente sea interior a mi cuerpo es lo que le permite trascender o ir más allá de las fronteras de mi cuerpo. Mi mente puede identificarse con un país, con un partido político, con una escuela de pensamiento, etcétera; en la reflexión intersubjetiva puedo tomar el rol de los demás, asumir sus puntos de vista, empatizar con ellos, etcétera, cosa que jamás podría hacer en el caso de que mi mente *sólo* se hallara recluida *dentro* de mi cuerpo. Es precisamente por el hecho de que mi mente es interior a mi cuerpo que puede escapar de él, ir más allá de él y trascenderlo. Por este motivo, *interiorización* significa *disminución del narcisismo*, ya que cada nuevo nivel, al ser interior al precedente, puede ir más allá de él, cosa que nunca podría hacer si simplemente se hallara *dentro* de él.

De la misma manera podríamos decir que el alma es interior a la mente pero que no se halla dentro de ella. Dentro de la mente no encontramos más que pensamientos. Es por ello que la introspección mental no es una herramienta adecuada para tomar conciencia del alma. Sólo cuando los pensamientos se sosiegan, de su interior emerge el alma ante el ojo de la mente. Es por ello que el alma puede trascender a la mente e ir más allá de ella. Y probablemente lo mismo podríamos decir con respecto al espíritu, que no se halla dentro del alma sino que trasciende sus limitaciones y sus formas.

Al parecer, pues, los teóricos que imputan a la meditación ser una técnica narcisista quizás crean que los meditadores están penetrando *dentro* de su mente cuando lo que están haciendo, en realidad, es ir hacia su *interior y*, por tanto, trascendiéndola en un camino que conduce a una disminución del narcisismo, de la subjetividad y del egocentrismo y, por consiguiente, haciéndose cada vez más universal, más abarcador y, en última instancia, más compasivo.

CONCLUSION

Quisiera dejar muy clara mi intención en este trabajo. No he pretendido ofrecer un modelo fijo, terminado e inmutable. Aunque haya tratado de sustentar cada afirmación en las investigaciones teóricas y fenomenológicas de reputados investigadores y practicantes, el espíritu que ha animado mi proyecto es obviamente metateórico y tentativo. Pero, una vez que comenzamos a contemplar la totalidad del espectro del crecimiento y del desarrollo del ser humano, aparece una cantidad extraordinariamente rica de material para el trabajo metateórico y surgen todo tipo de conexiones nuevas y de hipótesis para futuras investigaciones. Por otra parte, este tipo de enfoque permite que sistemas analíticos, psicológicos y espirituales -antes aparentemente incompatibles o incluso contradictorios- parezcan hallarse más cercanos a la posibilidad de una síntesis y una reconciliación mutuamente enriquecedora.

Este trabajo ha pretendido, pues, ofrecer una posible aproximación a un espectro global del desarrollo. Su intención no era tanto la de llegar a conclusiones definitivas como la de mostrar las enormes posibilidades que ofrece. Espero que sirva a este propósito. En mi opi-

nión, dado el estado del conocimiento de que disponemos *en la actualidad*, es poco generoso para la condición humana presentar modelos *menos* comprensivos, modelos que no tomen en consideración los dominios convencionales y contemplativos del crecimiento y del desarrollo del ser humano.

NOTAS

La teoría de las relaciones objetales es el nombre genérico con el que se conoce a aquellas escuelas psicoanalíticas que no sólo prestan atención al sujeto del desarrollo sino que también atienden a sus relaciones con el mundo objetal. La antigua psicología clásica de la libido ha terminado dando origen a dos escuelas o teorías analíticas diferentes, la psicología psicoanalítica del ego (Anna Freud, Heinz Hatmann) -que sigue centrando su interés en el sujeto del desarrollo-, y la teoría de las relaciones objetales (Fairbain, Winnicot, Guntrip) -que subraya especialmente sus objetos. Así, mientras que la primera tiende a enfatizar la naturaleza (*nature*), la segunda, en cambio, hace hincapié en la educación (*nurture*) (Gedo, 1981; Blanck & Blanck, 1974). La mayor parte de las escuelas psicoanalíticas modernas utilizan una combinación entre ambas teorías pero, como señala Gedo, estrictamente hablando, son incompatibles y, hasta el momento, no ha sido posible integrarlas satisfactoriamente en un marco de referencia coherente.

Esta dificultad radica, en mi opinión, en que ambas escuelas adolecen de ciertas confusiones o reduccionismos heredados de los «malos aspectos» de la psicología

de la libido. La psicología del ego, por ejemplo, todavía sigue atada a la psicología de los impulsos y hay pocas teorías de la motivación que no permanezcan, de uno u otro modo, ligadas implícitamente a la libido (cf. en el intento de Blanck & Blanck [1979] de reformular la motivación reformulando la libido). Desde mi punto de vista, estas aproximaciones tienden a dejar de lado el hecho de que *cada una* de las estructuras básicas de la conciencia tienen sus motivaciones, fuerzas, necesidades e impulsos propios (de alimento físico, de alimento emocional, de alimento conceptual, de alimento espiritual, etcétera); de que el sistema del self tiene también *sus propios* impulsos (conservar, negar, ascender y descender) y de que ninguno de ellos puede confundirse, derivarse o reducirse a los demás. ¡La psicología de los impulsos tiende a centrarse en la dinámica propia de una estructura básica de la existencia (fantásmica-emocional) y a convertirla en el impulso primario de todas las estructuras básicas de la existencia y del sistema del self!

La teoría de las relaciones objetales, por su parte, ha intentado formular una teoría de la motivación basada en el modelo de las relaciones objetales tempranas como los motivadores del desarrollo posterior. No obstante, como señala Gedo, ésta no sólo es una forma sutil de reduccionismo sino que también constituye una forma *sola-pada* de enfatizar el condicionamiento ambiental.

En mi opinión, la teoría de las relaciones objetales tampoco ha conseguido diferenciar claramente dos tipos diferentes de «objetos», los objetos de las estructuras básicas («objetos básicos») y los objetos del sistema del self («objetos del self»). Los *objetos básicos* son los objetos físicos, los objetos emocionales, los objetos imagen, los objetos conceptuales, los objetos regla, los ob-

jetos psíquicos y los objetos sutiles (no existen objetos causales ya que el causal es el estado de conciencia-sin-objeto). Estos objetos básicos constituyen los «niveles de alimento» correspondientes a las *necesidades estructurales básicas* de cada peldaño de la escalera de la existencia -la necesidad de alimento físico, la necesidad de intercambio de comunicación, la necesidad de reflexión formal, la necesidad de compromiso espiritual, etc.-, necesidades o impulsos reales y genuinos que reflejan las demandas o necesidades *estructurales* fundamentales de cada uno de los niveles básicos de la existencia humana (Wilber, 1981b).

Los *objetos del self*, por otra parte, son objetos básicos que el sistema del self se apropia en cada uno de los diferentes estadios de su desarrollo, aquellos que son más centrales (y, en ocasiones, hasta constitutivos) de su propia sensación de identidad e individualidad. Los objetos del self, en otras palabras, son objetos básicos que también sirven como objetos primarios del *self* en cada uno de los diferentes estadios de su crecimiento. Si, por ejemplo, pienso en un teorema matemático, ese teorema es un *objeto básico formal* de mi mente pero si, en cambio, se trata de un teorema *inventado* por mí, si creo que es *mío*, si estoy muy identificado con él, ya no es un objeto básico de mi mente sino un objeto del self en mi ego. Para un niño de pecho, por ejemplo, la madre no es sólo un objeto básico físico que le proporciona alimento sino un objeto del self que le proporciona cuidados primarios y contribuye a configurar su sensación de identidad temprana. Desde este punto de vista, la madre no sólo alimenta al cuerpo sino que también alimenta al self.

En otras palabras pues, los objetos del self son objetos básicos que no sólo satisfacen las necesidades es-

estructurales básicas sino también las correspondientes *necesidades del self* (ver Tabla 2). Según la jerarquía de necesidades de Maslow, por ejemplo, la necesidad estructural básica propia del peldaño 5, pongamos por caso, es el «alimento para el pensamiento» reflexivo-formal, el *impulso-necesidad* real de pensar, comunicarse e intercambiar ideas. La necesidad del self correspondiente a este estadio, sin embargo, es la autoestima reflexiva y, por consiguiente, cualquier objeto básico de la mente formal que también sea importante para las propias necesidades de autoestima se convierte en un *objeto del self*. De este modo, es como si los objetos básicos se convirtieran en objetos del self cuando se hallan, de algún modo, asociados con el «yo», el «mí» o el «mío».

Así pues, existen estructuras básicas y objetos básicos y también existen estructuras del self y objetos del self. En mi opinión, parte de la confusión que afecta a la teoría de las relaciones objetales radica en el fracaso en diferenciar estos dos tipos de objetos. Esta confusión se ha visto exacerbada recientemente con la introducción de la noción que Kohut denomina «objetoself» (sin guión). A mi juicio, este concepto se refiere a aquellos objetos del self que no son experimentados como objetos del sistema del self sino como una *parte* del sistema del self, en cuyo caso podrían ser llamados propiamente «objetoself». Esta contribución de Kohut es muy importante pero lamentablemente confunde todavía más lo que es exactamente un objeto, un objeto del self y un "objetoself".

Kohut también ha sugerido que el desarrollo del self («desarrollo narcisista») procede de manera independiente del desarrollo del objeto libidinal, lo cual, en opinión de los teóricos de las relaciones objetales, resulta

imposible porque, desde su punto de vista, el self y las relaciones objetales se desarrollan de manera correlativa. En este punto, sin embargo, habría que subrayar una diferencia -que ellos parecen obviar-, la diferencia existente entre objetos básicos y objetos del self. Las estructuras básicas y los objetos básicos se desarrollan correlativamente y lo mismo ocurre con las estructuras del self y los objetos del self pero las estructuras/objetos básicos y las estructuras/objetos del self no necesariamente proceden de ese modo. El desarrollo libidinal -como tal- es una estructura básica del desarrollo y, en esa medida, es fundamentalmente independiente del desarrollo de la estructura del self aunque, como hemos visto, en F-2 son *casi* idénticos, porque en ese nivel, el sistema del self está *identificado* con la estructura básica libidinal. Es precisamente por esa misma razón que nosotros diferenciamos el estadio edípico, que es una fase de desarrollo del self, del estadio fálico, que es una estructura básica del desarrollo libidinal.

Esta breve nota resulta a todas luces insuficiente para ilustrar las bondades de una aproximación espectral. En cualquier caso, sin embargo, hemos intentado esbozar un enfoque *no reduccionista* que nos permita distinguir entre las estructuras/objetos básicos y las estructuras/objetos del self. Este enfoque no sólo nos permite reconciliar la psicología del ego y la psicología del objeto sino que también nos ayudaría a aceptar los sujetos y los objetos fenomenológicamente superiores que emergen a lo largo del desarrollo contemplativo superior.

BIBLIOGRAFÍA

- Abend, S., Pordier, M. & Willick, M., *Borderline Patients: Psychoanalytical Perspective*, Nueva York, International Univ. Press, 1983.
- Adler, G., *Dynamics of the Self*, Londres, Coventure, 1979.
- Alexander, F., «Buddhist Training as an Artificial Catatonia (The Biological Meaning of Psychic Occurrences)», *Psychoanalytic Review.*, 1931, 18, 129-45.
- Allport, G. *Becoming.*, New Haven, Yale Univ. Press, 1955.
- Aquino, T., *Summa Theologiae*, 2 Vols., Nueva York, Doubleday/Anchor, 1969.
- Arieti, S., *Interpretation of Schizophrenia*, Nueva York, Brunner, 1955.
- Arieti, S., *The Intrapsychic Self*, Nueva York, Basic Books, 1967.
- Aurobindo, *The Life Divine y The Synthesis of Yoga*, Pondicherry, Centenary Library, XVIII-XXI.
- Avalon, A., *The Serpent Power*, Nueva York, Dover, 1974.
- Baldwin, J., *Thought and Things*, Nueva York, Amo Press, 1975 (1906-15).
- Bandura, A., *Social Learning Theory*, Nueva York, General Learning Press, 1971.
- Beck, A., Rush, A., Shaw, B., & Emery, G., *Cognitive Therapy of Depression*, Nueva York, Guilford Press, 1979.
- Becker, E., *The Denial of Death*, Nueva York, Free Press, 1973. [Hay traducción castellana con el título *El Eclipse de la Muer-*

- te, publicado por El Fondo de Cultura Económica, Ciudad de México, 1977.]
- Berne, E., *What do You Say After You Say Hello?*, Nueva York, Bantam, 1972.
- Binswanger, L., «Existential Analysis and Psychotherapy», en F. Fromm-Reichmann & J. Moreno (eds.) *Progress in Psychotherapy*, Nueva York, Columbia Univ. Press, 1974.
- Blanck, G. & Blanck, R., *Ego Psychology: Theory and Practice*, Nueva York, Columbia University Press, 1974.
- Blanck, G. & Blanck, R., *Ego Psychology II: Psychoanalytic Developmental Psychology*, Nueva York, Columbia University Press, 1973.
- Blofeld, J., *The Tantric Mysticism of Tibet*, Nueva York, Dutton, 1972.
- Blos, P., *On Adolescence: A Psychoanalytic Interpretation*, Nueva York, Free Press, 1962.
- Boss, M., *Psychoanalysis and Daseinanalysis*, Nueva York, Dutton, 1970.
- Bowlby, M., *Attachment and Loss*, 2 Vols. Nueva York, Basic Books, 1973.
- Boyer, L. & Giovacchini, P., *Psychoanalysis Treatment of Characterological and Schizophrenic Disorders*, Nueva York, Aronson, 1967.
- Branden, N., *The Psychology of Self-Esteem*, Nueva York, Bantam, 1972.
- Brandt, A., «Self-Confrontations», *Psychology Today*, Oct. 1980.
- Broughton, J., *The Development of Natural Epistemology in Adolescence and Early Adulthood*, Tesis Doctoral, Harvard, 1975.
- Brown, D., A Model for the Levels of Concentrative Meditation, *Internat. J. Clinical Exper. Hypnosis*, 1977, 25.
- Brown, D. & Engler, J., «A Roscharch Study of the Stages of Mindfulness Meditation», *J. Transpersonal Psychol.*, 1980, 12.
- Carrington, P. & Ephron, H., «Meditation as an Adjunct to Psychotherapy». En S. Arieti & G. Chrzanowski (eds.), *The World biennial of Psychotherapy and Psychiatry*, 1975.
- Clifford, T., *Tibetan Buddhist Medicine and Psychiatry*, York Beach, ME: Samuel Weiser, 1984.
- Chang, G., *Teachings of Tibetan Yoga*, Secaunus, N.J., Citadel, 1974.
- Da Free John, *The Paradox of Instruction*, San Francisco, Dawn Horse, 1977.
- Da Free John, *The Enlightenment of the Whole Body*, San Francisco, Dawn Horse, 1978.
- Deutsche, E., *Advaita Vedanta*, Honolulu, East-West Center, 1969.
- Ellis, A., *Humanistic Psychotherapy: The Rational-Emotive Approach*, Nueva York, McGraw-Hill, 1973.
- Engler, J., «Therapeutic Aims in Psychotherapy and Meditation: Developmental Stages in the Representation of Self», *J. Transpersonal Psychol.*, 1984, 16, 1, 25-61.
- Engler, J., «Vicissitudes of the Self According to Psychoanalysis and Buddhism: A Spectrum Model of Object Relations Development», *Psychoanalysis and Contemporary Thought*, 1983, 6, 1, 29-72.
- Evans-Wentz, W., *Tibetan Yoga and Secret Doctrines*, Londres, Oxford Univ. Press, 1971.
- Feuerstein, G. *Textbook of Yoga*, Londres: Rider, 1975.
- Gard, R., *Buddhism*, Nueva York, Braziller, 1962.
- Gedo, J., *Beyond Interpretation: Toward a Revised Theory for Psychoanalysis*, Nueva York, International Univ. Press, 1979.
- Gedo, J., *Advances in Clinical Psychoanalysis*, Nueva York, International Univ. Press, 1981.
- Goleman, D., *The Varieties of Meditative Experience*, Nueva York, Dutton, 1977. [Hay traducción castellana con el título *Los caminos de la meditación*, publicado por Ed. Kairós, Barcelona, 1986.]
- Greenson, R., *The Technique and Practice of Psychoanalysis*, Nueva York, International Univ. Press, 1967.
- Greist, J. Jefferson, J. & Spitzer, R. (eds.), *Treatment of Mental Disorders*, Nueva York, Oxford Univ. Press, 1982.
- Grof, S., *Realms of the Human Unconscious*, Nueva York, Viking, 1975.

- Guntrip, H., *Psychoanalytic Theory, Therapy and the Self*, Nueva York, Basic Books, 1971.
- Haley, J. & Hoffman, L. (eds.), *Techniques of Family Therapy*, Nueva York, Basic Books, 1968.
- Hixon, L., *Coming Home*, Nueva York, Anchor, 1978.
- Jacobson, E., *The Self and the Object World*, Nueva York, International Univ. Press, 1964.
- Jung, C. G., *The Portable Jung*, J. Campbell (ed.), Nueva York, Viking, 1971.
- Kapleau, P., *The Three Pillars of Zen*, Boston, Beacon, 1965.
- Kelly, G., *The Psychology of Personal Constructs, Vols 1 y 2*. Nueva York, Norton, 1955.
- Kernberg, O., *Borderline Conditions and Pathological Narcissism*, Nueva York, Aronson, 1975.
- Kernberg, O., *Object Relations Theory and Clinical Psychoanalysis*, Nueva York, Aronson, 1976.
- Ketsun Sangpo Rinbochay., *Tantric Practice in Nying-Ma*. Itaca, NY, Gabriel/Snow Lion, 1982.
- Koestenbaum, P., *Is There an Answer to Death?*, Nueva York, Prentice Hall, 1976.
- Kohlberg, L., *Essays on Moral Development, Vol. 1*, San Francisco, Harper & Row, 1981.
- Kohut, H., *The Analysis of the Self*, Nueva York, International Univ. Press., 1971.
- Kohut, H., *The Restoration of the Self*, Nueva York, International Univ. Press, 1977. [Hay traducción castellana con el título *La Restauración del Sí-Mismo*, publicado por Editorial Paidós, Ciudad de México, 1990.]
- Krishna, G., *The Secret of Yoga*, Londres, Turnstone Books, 1972.
- Lacan, J., *Language of the Self*, Baltimore, Johns Hopkins Univ. Press, 1986.
- Laing, R. D., *The Politics of Experience*, Nueva York, Ballantine, 1967. [Hay traducción castellana con el título *La Política de la Experiencia*, publicada por Editorial Crítica, Barcelona, 1983.]
- Lash, C., *The Culture of Narcissism*, Nueva York, Norton, 1979.
- Lichtenberg, J., «The Development of the Sense of Self», *J. American Psychoanalytic Assoc.*, 1975, 23.
- Loevinger, J., *Ego Development*, San Francisco, Jossey-Bass, 1976.
- Loewald, H., *Psychoanalysis and the History of the Individual*, New Haven, Yale Univ. Press, 1978.
- Longchenpa, *Kindly bent to Ease Us*, 3 Vols, H. Guenther (trad.), Emeryville, CA, Dharma Press, 1977.
- Lowen, A., *The Betrayal of the Body*, Nueva York, Macmillan, 1967.
- Luk, C., *Ch'an and Zen Teaching*, 3 Vols. Londres, Rider, 1962.
- Maddi, S., «The Existential Neurosis», *J. Abnormal Psychol.*, 1967-72.
- Mahasi Sayadaw., *Progress of insight*, Kandy, Buddhist Publ. Society, 1965.
- Mahler, M., Pine, F., & Bergman, A., *The Psychological Birth of the Human Infant*, Nueva York, Basic Books, 1975.
- Maliszewsky, M., Twemlow, S., Brown, D., & Engler, J., «A Phenomenological Typology of Intensive Meditation: A Suggested Methodology Using the Questionnaire Approach», *Re-Vision*, 1981, 4.
- Marin, P., «The New Narcissism», *Harpers*, Oct. 1975.
- Maslow, A., *Motivation and Personality*, Nueva York, Harper & Row, 1954.
- Maslow, A., *Toward a Psychology of Being*, Nueva York, Van Nostrand Reinhold, 1968. [Hay traducción castellana con el título *El hombre autorrealizado*, publicado por Ed. Kairós, Barcelona, 1973.]
- Maslow, A., *The Further Reaches of Human Nature*, Nueva York, Viking, 1971. [Hay traducción castellana con el título *La personalidad creadora*, publicado por Ed. Kairós, Barcelona, 1983.]
- Masterson, J. (ed.), *New Perspectives on Psychotherapy of the Borderline Adult*, Nueva York, Brunner/Mazel, 1981.
- Masterson, J., *The Narcissistic and Borderline Disorders*, Nueva York, Brunner/Mazel, 1981.

- May, R., *Love and Will*. Nueva York, Norton, 1969.
- May, R., *The Meaning of Anxiety* (ed. rev.), Nueva York, Norton, 1977.
- May, R., Angel, E. & Ellenberger, H., *Existence*, Nueva York, Basic Books, 1958.
- Mead, G., *Mind, Self and Society*, Chicago, Univ. Chicago Press, 1934.
- Meyer, J., *Death and Neurosis*, Nueva York, International Univ. Press, 1975.
- Mishra, R., *Yoga Sutras*, Garden City, Nueva York, Anchor Press, 1963.
- Mookerjee, A., *Kundalini*. Nueva York. Destiny Books, 1982.
- Mookerjee, R. (trad.), *The Song of the Self Supreme (Astavakra Gita)*, San Francisco, Dawn Horse, 1971.
- Murphy, G., *Human Potentialities*, Nueva York, Basic Books, 1958.
- Nagera, H., *Early Childhood Disturbances, the Infantile Neuroses and the Adult Disturbances*, Nueva York, International Univ. Press, 1966.
- Neumann, E., *The Origins and History of Consciousness*, Princeton, Princeton Univ. Press, 1973.
- Nichols, M., *Family Therapy*, Nueva York, Gardner Press, 1984.
- Nyanamoli, B. (trad.), *Visuddhimagga: The Path of Purification by Buddhaghosha*, 2 Vols., Boulder, CO, Shambhala, 1976.
- Piaget, J., *The Essential Piaget*, Gruber & Voneche (eds.) Nueva York, Basic Books, 1977.
- Perls, F., *Gestalt Therapy Verbatim*, Nueva York, Bantam, 1971.
- Ramana Maharshi., *The Collected Works*, Londres, River, 1972.
- Rieker, H., *The Yoga of Light*, San Francisco, Dawn House, 1971.
- Rinsley, D., «A Object Relations View of Borderline Personality», En Hartcollins, P. (ed.), *Borderline Personality Disorders*, Nueva York, International Univ. Press, 1977.
- Rogers, C., *On Becoming a Person*, Boston, Houghton Mifflin, 1961.
- Rowan, J., *The Transpersonal, Psychotherapy and Counselling*, Londres, Routledge, 1993.
- San Juan De La Cruz., *La Noche Oscura del Alma*.
- Schaya, L., *The Universal Meaning of the Kabbalah*, Baltimore, Penguin, 1973.
- Schuon, F., *Logic and Transcendence*, Nueva York, Harper & Row, 1975.
- Segal, H., *Introduction to the Work of Melanie Klein*, Nueva York, Basic Books, 1974.
- Selman, R. & Byrne, D. A Structural Analysis of Levels of Role-Taking in Middle Childhood, *Child Development*, 1974. 45.
- Singh, J. (trad.), *Pratyabhijnahridayam*, Delhi, Motilal Banarsidass, 1980.
- Singh, K., *Naam or Word*, Tilton. NH, Sant Boni Press, 1974.
- Singh, K., *Surat Shabd Yoga*, Berkeley, Images Press, 1975.
- Smith, H., *Forgotten Truth*, Nueva York, Harper & Row, 1976.
- Speck, R. & Attneave, C., *Family Networks*, Nueva York, Pantheon, 1973.
- Spitz, R., *A Genetic Field Theory of Ego Formation*, Nueva York, International Univ. Press, 1959.
- Spitz, R., *The First Year of Life*, Nueva York, International Univ. Press, 1965.
- Stone, M., *The Borderline Disorders*, Nueva York, McGraw-Hill, 1980.
- Sullivan, H., *The Interpersonal Theory of Psychiatry*, Nueva York, Norton, 1953.
- Suzuki, D. T., *Studies in the Lankavatara Sutra*, Londres, Routledge & Kegan-Paul, 1968.
- Suzuki, D. T., *Essays in Zen Buddhism*, 3 Vols., Londres, Rider, 1970.
- Taimni, I., *The Science of Yoga*, Wheaton, Quest, 1975.
- Takakusu, J., *The Essentials of Buddhist Philosophy*, Honolulu, Univ. Hawai Press, 1956.
- Tart, C., *States of Consciousness*, Nueva York, Dutton, 1975a.
- Tart, C., *Transpersonal Psychologies*, Nueva York, Harper & Row, 1975b. [Hay traducción castellana con el título *Psicologías Transpersonales*, publicada por Editorial Paidós.]
- Thondrup Tulku., *Buddhist Civilization in Tibet*, Santa Cruz, CA, Maha Siddha Nyingmapa Center, 1982.

- Tillich, P., *The Courage to Be*, New Haven, Yale Univ. Press, 1952.
- Tolpin, M., «On the Beginnings of a Cohesive Self», *The Psychoanalytic Study of the Child*, 1971, 26. Nueva York, Quadrangle Books.
- Tolstoy, L., *My Confession, my Religion, the Gospel in Brief*, Nueva York, Scribners, 1929.
- Trungpa, C., *The Myth of Freedom*, Berkeley, Shambhala, 1976.
- Underhill, E., *Mysticism*. Nueva York, Meridian, 1955.
- Venkatesananda (trad.), *The Supreme Yoga*, Australia, Chiltern, 1981.
- Watzlawick, P., Beavin, J. & Jackson, D., *Pragmatics of Human Communication*, Nueva York, Norton, 1967.
- Werner, H., *Comparative Psychology of Mental Development*, Nueva York, International Univ. Press, 1964 (1940).
- White, J., *Kundalini, Evolution and Enlightenment*, Nueva York, Anchor, 1979.
- Wilber, K., *The Spectrum of Consciousness*, Wheaton, Quest, 1977. [Hay traducción castellana con el título *El Espectro de la Conciencia*, publicada por Editorial Kairós, Barcelona, 1990.]
- Wilber, K., «A Developmental View of Consciousness». *J. Transpersonal Psychology*, 1979, 11.
- Wilber, K., *The Atman Project*, Wheaton, Quest, 1980. [Hay traducción castellana con el título *El proyecto Atman. Una visión transpersonal del desarrollo humano*, publicada por Editorial Kairós, Barcelona, 1989.]
- Wilber, K., «Ontogenetic Development: Two Fundamental Patterns», *J. Transpersonal Psychol.*, 1981 a, 13.
- Wilber, K., *Up From Eden*, Nueva York, Doubleday/Anchor, 1981b.
- Wilber, K., *A Sociable God*, Nueva York, McGraw-Hill, 1982. [Hay traducción castellana con el título *Un Dios sociable. Introducción a la Sociología Trascendental*, publicada por Editorial Kairós, Barcelona, 1988.]
- Wilber, K., *Eye to Eye*, Nueva York, Doubleday/Anchor, 1982. [Hay traducción castellana con el título *Los Tres Ojos del Conocimiento. La Búsqueda de un Nuevo Paradigma*, publicada por Editorial Kairós, Barcelona, 1991.]
- Wilber, K., Engler, J. y Brown, D., *Transformations of Consciousness. Conventional and Contemplative Perspectives on Development*, Boston, Shambhala, 1986.
- Wilde, J. & Kimmel, W. (eds.), *The Search for Being*, Nueva York, Noonday, 1962.
- Winnicott, D., *Collected Papers*, Nueva York, Basic Books, 1958.
- Winnicott, D., *The Maturation Process and the Facilitating Environment*, Nueva York, International Univ. Press, 1965.
- Yalom, I., *Existential Psychotherapy*, Nueva York, Basic Books, 1980.
- Yogeshwarand Saraswati., *Science of Soul*, India, Yoga Niketan, 1972.
- Zimmerman, M., *Eclipse of the Self*, Athens, Oh, Ohio Univ. Press, 1981.

ÍNDICE

PREFACIO	7
Parte I: EL ESPECTRO DEL DESARROLLO	13
1. El espectro de la conciencia	17
Las estructuras básicas	18
Los estadios de transición (o estadios del self)	29
El sistema del self	33
Resumen del desarrollo global	36
2. El conocimiento convencional	41
Las dimensiones evolutivas de la psicopatología	42
El desarrollo infantil: el trabajo de Margaret Mahler	45
El fulero del desarrollo: el trabajo de Blanck & Blanck	49
El espectro de los fulcros del desarrollo	55
Recapitulación y síntesis de las diferentes teorías	59
La jerarquía convencional de la patología:	
el trabajo de Otto Kernberg	61
Resumen	67
Parte II: EL ESPECTRO DEL DESARROLLO Y LA PSICOPATOLOGÍA	73
3. Las patologías prepersonales	77
Fulcro 1: Psicosis	78
Fulcro 2: Trastornos narcisistas-borderline	78
Fulcro 3: Neurosis	81

4. Las patologías personales	87
Fulcro 4: Patología self-rol y guión-cognitiva	88
Fulcro 5: Neurosis de identidad	90
Fulcro 6: Patología existencial	91
5. Las patologías transpersonales	97
Fulcro 7: Trastornos psíquicos	98
Fulcro 8: Trastornos sutiles	102
Fulcro 9: Trastornos causales	105
Parte III: EL ESPECTRO DEL DESARROLLO Y LAS MODALIDADES DE TRATAMIENTO	109
6. Modalidades de tratamiento	111
Fulcro 1: Intervención fisiológica	111
Fulcro 2: Técnicas de construcción de estructura	112
Fulcro 3: Técnicas de descubrimiento	116
Fulcro 4: Análisis cognitivo-guiones	117
Fulcro 5: Introspección	121
Fulcro 6: Terapia existencial	124
Fulcro 7: El Camino del Yogui	127
Fulcro 8: El Camino del Santo	132
Fulcro 9: El Camino del Sabio	135
7. Tópicos relacionados	139
El diagnóstico diferencial	139
Los sistemas COEX	141
El narcisismo	143
Los sueños y la psicoterapia	147
La meditación y la psicoterapia	150
Meditación e interiorización	154
CONCLUSIÓN	159
NOTAS	161
BIBLIOGRAFÍA	167