

Psicoterapia y Espiritualidad
por Ken Wilber

Pregunta EZ: Por favor explicanos tu visi3n sobre la interfase existente entre la psicoterapia y la religi3n.

Respuesta KW: ¿Y que entiendes por religi3n? ¿El fundamentalismo, el misticismo, la religi3n exot3rica o la religi3n esot3rica?

EZ: Muy bien. Podr3amos empezar por ah3. Creo que, en tu libro "Un Dios sociable" presentas once definiciones diferentes, once formas distintas de utilizar la palabra religi3n.

KW: Lo que quiero decir es que no podemos hablar de ciencia y religi3n, de psicoterapia y religi3n, o de filosof3a y religi3n mientras no nos pongamos de acuerdo en lo que entendemos por religi3n. Para nuestros fines actuales creo que, por lo menos, deber3amos recurrir a la distinci3n entre las llamadas religiones exot3ricas y religiones esot3ricas. La religi3n exot3rica o "externa" en una religi3n m3tica, una religi3n tremendamente literal, que cree, por ejemplo, que Mois3s separ3 las aguas del Mar Rojo, que Cristo naci3 de una virgen, que el mundo se cre3 en siete d3as, que una vez llovi3 literalmente man3 del cielo, etc3tera.

Las religiones exot3ricas del mundo entero se afirman en este tipo de creencias y dogmas. Los hind3es, por ejemplo, creen que la tierra descansa sobre la espalda de un elefante y que 3ste, a su vez, se apoya sobre una tortuga que reposa sobre una serpiente. Pero cuando les preguntamos "Y en qu3 se apoya la serpiente?", te contestan: "Hablemos de otra cosa". Si les hici3ramos caso tendr3amos que creer que Lao Tzu ten3a novecientos a3os cuando naci3, que Krishna hizo el amor a diez mil pastorcillas, que Brahma brot3 de una grieta en un huevo c3smico, etc. As3 son las religiones exot3ricas, un conjunto de sistemas de creencias que intentan explicar los misterios del mundo en t3rminos m3ticos m3s que en t3rminos de experiencia directa o de evidencia concreta.

EZ: De modo que la religi3n exot3rica o externa es, fundamentalmente, una cuesti3n de creencias, no de evidencia.

KW: As3 es, y si crees en todos esos mitos te salvar3s mientras que, sino crees en ellos, ir3s al Infierno. Desde ese punto de vista no hay otra alternativa posible. Este tipo de religi3n literal y dogm3tica se encuentra en todos los rincones del mundo. Yo no discuto nada de eso, lo 3nico que afirmo es que ese tipo de religi3n, la religi3n exot3rica, no tiene nada que ver con la religi3n m3stica, vivencial y experimentable. Ese es el tipo de religi3n o espiritualidad que verdaderamente me interesa.

EZ: ¿Qu3 significa esot3rico?

KW: Interno u oculto. Una religi3n no es esot3rica o m3stica porque sea oculta, secreta o algo por el estilo, sino porque es una cuesti3n de experiencia directa y de conciencia personal. La religi3n esot3rica no te pide que tengas fe en nada o que te somet3s d3cilmente a alg3n dogma. La religi3n esot3rica, por el contrario, consiste en un conjunto de experimentos personales que llevas a cabo cient3ficamente en el laboratorio de tu propia conciencia. Como toda ciencia que se precie, la religi3n esot3rica no se basa en las creencias o los deseos sino en una experiencia directa v3lida y verificada p3blicamente por un grupo de iguales que tambi3n han llevado a cabo el mismo experimento. Ese experimento es la meditaci3n.

EZ: Pero la meditaci3n es privada.

KW: No, no lo es. No es m3s privada, digamos, por ejemplo, que las matem3ticas. No existe la menor evidencia sensorial o emp3rica de que el cuadrado de - 1 sea igual a uno. La veracidad o falsedad de este tipo de afirmaciones descansa exclusivamente en su conformidad o inadecuaci3n a ciertas reglas de l3gica interna. As3 pues, en el mundo externo no es posible encontrar ning3n n3mero negativo; eso s3lo existe en nuestra propia mente. Pero que s3lo exista en nuestra mente no significa que sea falso, no implica que sea conocimiento privado y que no pueda ser validado p3blicamente.

Su veracidad, por el contrario, es validada por una comunidad de matem3ticos experimentados, personas que conocen la forma de realizar el experimento l3gico

necesario para decidir su verdad o su falsedad. Exactamente del mismo modo, el conocimiento meditativo es un conocimiento interno. Pero, al igual que ocurre con las matemáticas, se trata de un conocimiento que puede ser validado públicamente por una comunidad de meditadores experimentados que conocen la lógica interna de la experiencia contemplativa. La veracidad del teorema de Pitágoras, por ejemplo, no se determina por sufragio universal, sino que son los matemáticos experimentados quienes deciden al respecto.

De manera similar, las distintas tradiciones espirituales afirman, por ejemplo, que la experiencia íntima del Ser es una con la experiencia del mundo externo. Pero, en cualquiera de los casos, se trata de una verdad que puede ser verificada experimental y vivencialmente por cualquiera que lleve a cabo el experimento adecuado. Y, tras unos seis mil años de experimentación, es perfectamente lícito extraer ciertas conclusiones y postular determinados teoremas espirituales, por así decirlo. Esos teoremas espirituales constituyen el mismo núcleo de las tradiciones de la Sabiduría Perenne.

EZ: Pero ¿por qué se les considera "ocultas"?

KW: Porque hasta que no llesves a cabo el experimento no sabrás lo que ocurre y, por consiguiente, no estarás autorizado para opinar, del mismo modo que si no aprendes matemáticas no te permiten dictaminar sobre la veracidad o falsedad del teorema de Pitágoras, lo cual no quiere decir que no puedas tener opiniones al respecto. Pero al misticismo no le interesan las opiniones sino el conocimiento. La religión esotérica, el misticismo, permanece oculta a toda mente que no lleve a cabo el experimento adecuado. Eso es todo lo que significa el término esotérico.

EZ: Pero las religiones son muy diferentes entre si.

KW: Las religiones exotéricas difieren enormemente entre si pero las religiones esotéricas de todo el mundo son prácticamente idénticas. Como ya hemos visto, el misticismo o esoterismo es, en un sentido amplio del término, científico, y al igual que no existe una química alemana diferente de la química americana, tampoco existe una ciencia mística hindú diferente de la musulmana. Ambas, más bien al contrario, están fundamentalmente de acuerdo a la naturaleza del alma, la naturaleza del Espíritu y la naturaleza de su identidad suprema, por nombrar tan solo algunas de sus múltiples coincidencias.

Eso es lo que los eruditos denominan " la unidad trascendente de las religiones del mundo", es decir, el núcleo esotérico que las unifica. Obviamente, sus estructuras superficiales varían enormemente pero sus estructuras profundas, en cambio, son prácticamente idénticas y reflejan la unanimidad del espíritu humano y sus leyes reveladas fenomenológicamente.

EZ: Lo que dices es muy importante pero no parece creer- a diferencia de Joseph Campbell- que las religiones míticas transmitan ningún conocimiento espiritual válido.

KW: Eres muy libre de interpretar los mitos de las religiones exotéricas como más te plazca. De hecho puedes, como hace Campbell, interpretar los mitos como alegorías o metáforas de verdades trascendentales. Puedes, por ejemplo, interpretar que el nacimiento virginal de Cristo significa que obraba espontáneamente desde su verdadero Yo (con mayúscula), lo cual es precisamente lo que yo opino. Pero el problema es que quienes creen en los mitos no suelen admitirlo así.

Ellos creen, por ejemplo, que María era realmente virgen cuando concibió a Jesús. Los creyentes míticos no interpretan alegóricamente los mitos sino que lo hacen de una manera literal y concreta. En su tentativa de salvar los mitos, Joseph Campbell violó el mismo tejido de las creencias míticas, lo cual constituye un error inaceptable. Campbell parece decir al creyente mítico: "Yo se lo que realmente quieres decir". Pero el problema es que eso no es lo que ellos quieren decir. En mi opinión, su enfoque es básicamente erróneo ya desde su comienzo.

Este tipo de mitos es muy corriente entre los niños de seis a once años y corresponde al nivel de desarrollo cognitivo que Piaget denomina "período de las operaciones concretas". Como reconoce incluso el mismo Campbell, las actuaciones espontáneas de los niños de siete años de hoy en día constituyen una muestra muy

representativa de casi todos los grandes mitos exotéricos del mundo entero. Sin embargo, con la aparición de la siguiente estructura de conciencia- el estadio de las operaciones formales o racionales- ese mismo niño abandona las representaciones míticas; momento a partir del cual, el niño- a menos que viva en una sociedad que aliene de un modo u otro las creencias míticas- deja de creer en ellas. Pero, en general, la mente racional y reflexiva considera que los mitos no son más que eso, mitos, mitos útiles y necesarios hasta llegar a alcanzar un determinado momento evolutivo pero insostenibles a partir de entonces. No es cierto que los mitos transmitan el conocimiento evidente que pretenden comunicar y, por consiguiente, no soporten la menor tentativa de verificación científica.

EZ: Pero también hay quienes interpretan los mitos de las religiones esotéricas de una manera alegórica o metafísica.

KW: Efectivamente. Y esos son precisamente los místicos. En otras palabras, los místicos son quienes dan un significado esotérico u "oculto" a los mitos. Y ese significado no depende de un sistema de creencias, de símbolos o de mitos externos, sino que brota de la experiencia directa interna y contemplativa del alma. En otras palabras, los místicos no son, en modo alguno, creyentes míticos, sino fenomenólogos contemplativos, místicos contemplativos y científicos contemplativos. Es por ello que, como ha señalado Alfred North Whitehead, el misticismo siempre se ha aliado con la ciencia en contra de la Iglesia, porque uno y otro se basan en la evidencia consensual directa.

Newton fue un gran científico y un profundo místico, y no experimentaba conflicto alguno por ello. Pero no parece existir el mismo tipo de compatibilidad entre la ciencia y la creencia religiosa.

Son precisamente los místicos quienes afirman que la esencia de su religión es básicamente idéntica en todas las religiones míticas y que "recibe muchos nombres cuando, en realidad, es Uno". Pero no encontrarás un solo creyente mítico- un fundamentalista protestante, pongamos por caso- que admita fácilmente que el budismo también es un camino perfecto de salvación. Quienes creen en los mitos suelen considerar que están en posesión del único camino porque su religión se basa en mitos externos, que varían de lugar en lugar, y esto es lo que imposibilita que perciban - a diferencia de los místicos- la unidad interna que se oculta detrás de los símbolos externos.

EZ: Si, ya veo de modo que no estás de acuerdo con Carl G. Jung en que los mitos son arquetipos y, en ese sentido, tienen una importancia mística o trascendente?

KW: Esperaba que ese tema saliera a relucir. Por aquel entonces, al igual que ahora, la encumbrada figura de Carl Jung- del que Campbell no es sino un seguidor más- comina totalmente el campo de la psicología de la religión. Cuando abordé este campo por primera vez, creía firmemente, como todo el mundo, en los conceptos fundamentales y en los esfuerzos pioneros que Jung realizó en este área. Pero con el transcurrir de los años acabé llegando a la conclusión de que Jung cometió varios errores profundos, y que esos errores- intensificados por lo profuso e incuestionado de su difusión- constituían el principal escollo en el terreno de la psicología transpersonal; no era posible entablar una conversación sobre psicología y religión sin antes aclarar este difícil y espinoso tema.

KW: Carl Gustav Jung descubrió que los hombres y mujeres modernos pueden producir de manera espontánea -en los sueños, la imaginación activa, las asociaciones libres, etc- casi todos los temas fundamentales de las religiones míticas del mundo. Este hallazgo le condujo a deducir que las formas míticas básicas- a las que denominó arquetipos- son comunes a todas las personas, las hereda todo el mundo y se transmiten gracias a lo que él denomina "inconsciente colectivo". Y luego afirmó aquello de que- y aquí le cito literalmente- "el misticismo es la experiencia de los arquetipos".

Pero, en mi opinión, este punto de vista incurre en varios errores cruciales. En primer lugar, es evidente que la mente, incluso la mente moderada, puede llegar a producir, de manera espontánea, formas míticas esencialmente similares a las que podemos encontrar en las religiones míticas. Como ya he dicho, los estadios preformales del desarrollo mental- en especial el pensamiento

preoperacional y el pensamiento operacional concreto- son naturalmente mitúgenos. Todos los hombre y mujeres de nuestro tiempo atraviesan esos estadios preformales del desarrollo mental- en especial el pensamiento preoperacional y el pensamiento operacional concreto- son naturalmente mitúgenos. Todos los hombres y mujeres de nuestro tiempo atraviesan esos estadios del desarrollo durante la infancia, lo que les permite acceder de manera espontánea a la estructura del pensamiento mítico, especialmente en los sueños, en donde los niveles primitivos del psiquismo pueden aflorar con más facilidad.

Pero eso no tiene absolutamente nada de místico. Según Jung, los arquetipos son formas míticas básicas vacías de contenido, mientras que el misticismo, por su parte, es conciencia carente de forma. No parece existir, por tanto, ningún punto de contacto entre ambas estructuras.

En segundo lugar, Jung tomó prestado el término "arquetipo" de grandes místicos como Platón y San Agustín. Pero la forma en que lo utiliza no es la misma en la que lo utilizaron ellos ni tampoco en la que lo han utilizado los grandes místicos del mundo entero. Para los místicos -Shankara, Platón, San Agustín, Eckhart y Garab Dorje, por ejemplo-, los arquetipos son las primeras formas sutiles que aparecen cuando el mundo brota del espíritu carente de forma, del Espíritu no manifestado. Para ellos, los arquetipos son los modelos en los que se basan todos los demás modelos manifestados. El término "arquetipo" procede el griego arche typon, que significa modelo original.

En este sentido, los arquetipos son formas sutiles, formas trascendentales, las primeras formas manifestadas, ya se trate de manifestaciones físicas, biológicas, mentales, etc, etc. Y en la mayor parte de las formas de misticismo, esos arquetipos son pautas de radiación, puntos de luz, iluminaciones audibles, formas y luminosidades de colores radiantes, luces irisadas, sonidos y vibraciones, a partir de los cuales se manifiesta y condensa, por así decirlo, el mundo material.

Pero Jung utiliza el término refiriéndose a ciertas estructuras míticas básicas que son comunes a todos los seres humanos, como la Sombra, el Sabio, el Ego, el Tramposo, la Mascara, la Gran Madre, el Anima, el Animus, y demás. Para Jung, pues, los arquetipos no son tanto trascendentales como existenciales, simples facetas de la experiencia comunes a la condición humana cotidiana. Coincido con él en que esas formas míticas constituyen un legado colectivo y también estoy plenamente de acuerdo en que es muy importante "llevarse bien" con esos "arquetipos" míticos.

Si, por ejemplo, tengo un problema psicológico con mi madre, si tengo lo que se llama un complejo materno, es importante que me dé cuenta de que gran parte de la carga emocional no sólo proviene de mi propia madre biológica sino también de la Gran Madre, una poderosa imagen del inconsciente colectivo que es, por así decirlo, la quinta esencia de todas las madres del mundo. Es decir, el psiquismo parece llevar integrada en sí mismo la imagen de la Gran Madre del mismo modo que también parece estar equipado con las formas rudimentarias del lenguaje, la percepción y diversas pautas instintivas. De este modo, si se reactiva la imagen de la gran Madre, no sólo tendré que habérmelas con mi propia madre biológica sino también deberé afrontar miles de años de experiencia materna.

Así pues, la imagen de la Gran Madre conlleva una carga que hace que tenga un impacto muy superior al de mi propia madre biológica. Llegar a entrar en contacto con la gran Madre, a través del estudio de los mitos de todo el mundo constituye una buena forma de hacer frente a esa forma mítica, de volverla consciente y así poder diferenciarse de ella. Estoy totalmente de acuerdo con Jung sobre este punto.

Pero, en cualquier caso, esas formas míticas no tienen nada que ver con el misticismo, ni con la auténtica conciencia trascendental. Lo explicaré de una manera más sencilla.

El gran error de Jung, en mi opinión, consistió en confundir lo colectivo con lo transpersonal (con lo místico). El hecho de que mi mente herede ciertas formas colectivas no significa que esas formas sean místicas o transpersonales. Todos heredamos colectivamente diez dedos en los pies, por ejemplo, pero el hecho de

experimentar los diez dedos en mis pies no supone en modo alguno estar viviendo una experiencia mística!.

Los "arquetipos" de Jung no tienen prácticamente nada que ver con la conciencia auténticamente espiritual, trascendental, mística y transpersonal, son formas heredadas colectivamente que compendian algunos de los encuentros más fundamentales, cotidianos y existenciales de la condición humana: la vida, la muerte, el nacimiento, la madre, el padre, la sombra, el ego, etc. Pero en esto precisamente no hay nada místico. Colectivo sí pero transpersonal no. Hay elementos colectivos prepersonales y elementos colectivos transpersonales, y Jung no los diferencia con la claridad necesaria. Es ese descuido, en mi opinión, lo que desvirtúa toda su comprensión del proceso espiritual. Así que estoy de acuerdo con Él en que es muy importante entenderse con las formas tanto del inconsciente mítico personal como del inconsciente colectivo. Pero ninguno de ellos está relacionado con el verdadero misticismo que consiste en encontrar, en primer lugar, la luz más allá de la forma, y en segundo, la ausencia de forma más allá de toda luz.

EZ: Pero tropezar con el material arquetípico del psiquismo puede constituir una experiencia muy poderosa y, en ocasiones, hasta muy sobrecogedora.

KW: Sí, porque los arquetipos son colectivos y su poder trasciende, con mucho, al individuo: cuentan con el poder de millones de años de evolución a sus espaldas. Pero colectivo no significa transpersonal. El poder de los "verdaderos arquetipos", los arquetipos transpersonales, se deriva directamente del hecho de que son las primeras formas del Espíritu atemporal. El poder de los arquetipos junguianos, por su parte, se deriva del hecho de ser las formas más antiguas de la historia temporal.

Como constató el mismo Jung, es necesario alejarse de los arquetipos y diferenciarse de ellos para liberarse de su poder, un proceso al que denominé proceso de individuación. Y una vez más, estoy completamente de acuerdo con Él a este respecto.

Hay que diferenciarse de los arquetipos junguianos.

Pero, en última instancia, para que la identidad de la persona se transforme en esa forma transpersonal, uno debe acercarse a los verdaderos arquetipos, los arquetipos transpersonales. Y esa es una diferencia enorme. El único arquetipo junguiano auténticamente transpersonal es el "Self", pero hasta la misma exposición de Jung a este respecto me parece sumamente frágil porque, a mi juicio, no enfatiza lo suficiente su carácter no dual.

EZ: Quisiera preguntarte por la relación que existe entre la religión esotérica y la psicoterapia. En otras palabras, tanto la meditación como la psicoterapia pretenden transformar a la conciencia y curar el alma, pero ¿cuál es la relación que existe entre la meditación y la psicoterapia? En "Transformations of consciousness" aboradas el tema con mucho detalle. Tal vez podrías resumir esa exposición.

KW: Muy bien. Creo que lo más fácil sería remitirnos al esquema que aparece en esta obra. En términos generales, la idea global es muy sencilla: el crecimiento y el desarrollo se dan a través de una serie de estadios o niveles, desde el menos desarrollado e integrado hasta el más desarrollado y más integrado. Y aunque probablemente existen multitud de niveles y subniveles de crecimiento diferentes, en ese libro he seleccionado nueve de los más importantes que aparecen en la primera columna de la figura

"estructuras básicas de la conciencia".

Pues bien, a medida que el self se va desarrollando a través de cada una de esos estadios, las cosas pueden ir relativamente bien o relativamente mal. En el primer caso, el self se desarrolla normalmente y alcanza el siguiente estadio de un modo relativamente sano. Pero si las cosas, en cambio, se desarrollan de manera inadecuada pueden aparecer diversas patologías, y el tipo de patología, el tipo de neurosis, depender precisamente de la etapa o nivel en que tenga lugar el problema.

En otras palabras, en cada uno de los estadios o niveles de desarrollo, el self debe enfrentarse a diferentes tareas y su manera de gestionarlas determina si las supera de manera adecuada o inadecuada. En cada una de las etapas de

desarrollo, el self comienza identificándose con esa etapa y debe realizar las tareas propias de ese estadio, ya se trate de aprender el control de los esfínteres o de aprender a hablar. Pero para que el desarrollo prosiga, el Self debe terminar renunciando a esa etapa u desidentificarse de ella para dar paso a una nueva etapa nueva y superior; en otras palabras, tiene que diferenciarse del estadio inferior, identificarse con el superior y, por último, integrar lo superior con lo inferior.

Esta tarea de diferenciación y posterior integración se denomina "fulcro", un punto de inflexión, un momento clave del proceso de desarrollo. En la segunda columna, titulada "fulcros correspondientes", tenemos los nueve grandes fulcros, los momentos decisivos correspondientes a los nueve grandes niveles o etapas de desarrollo de la conciencia. De este modo, cuando funciona mal en un determinado fulcro, el sujeto termina desarrollando una patología concreta característica. Esas nueve grandes patologías se presentan en la tercera columna de nuestra figura, "patologías características". En ellas encuentra cosas tales como psicosis, neurosis, crisis existenciales, etcétera. Finalmente, a lo largo de los años, se han desarrollado diversas modalidades terapéuticas para tratar las diversas patologías: en la cuarta columna - "modalidades de tratamiento"- he detallado los más apropiados para cada problema concreto. Esa es, precisamente, la relación que existe entre la psicoterapia y la meditación.

EZ: Esta sencilla figura condensa una enorme cantidad de información. Me gustaría ahora considerar cada punto con más detenimiento. Empecemos con una breve explicación de las estructuras básicas de la conciencia.

KW: Las estructuras básicas constituyen los ladrillos fundamentales de la conciencia: las sensaciones, las imágenes, los impulsos, los conceptos, etcétera. He señalado nueve grandes estructuras básicas que constituyen una versión ampliada de lo que la filosofía perenne denomina la Gran Cadena del Ser: material, cuerpo, mente, alma y espíritu. En orden ascendente, los nueve niveles son los siguientes:

Primer nivel: las estructuras físico-sensoriales. Incluyen los componentes materiales del cuerpo más la sensación y la percepción. Es lo que Piaget llamó inteligencia sensoriomotora; lo que Aurobindo denominó la sensoriofísico; lo que vedanta denomina annamaya-kosha, etcétera.

Segundo nivel: lo emocional-fantasmático. Se trata del nivel emocional y sexual, del nivel de los instintos, de la libido, del impulso vital, de la bioenergía y del prana más el nivel de las imágenes, las primeras formas mentales. Las imágenes- lo que Arieti denomina "nivel fantasmático"- empieza a aflorar en el niño en torno a los siete meses aproximadamente.

Tercer nivel: la mente representacional. Es lo que Piaget denomina pensamiento preoperacional. Está basada en los símbolos, que aparecen entre los dos y los cuatro años de edad y en los conceptos, que aparecen entre los cuatro y los siete años.

EZ: ¿Cuál es la diferencia existente entre las imágenes, los símbolos y los conceptos?

KW: Una imagen representa una cosa en la medida en que tiene su mismo aspecto. es muy sencillo. La imagen de un árbol, por ejemplo, tiene más o menos el aspecto de un árbol de verdad. Un símbolo, por su parte, representa una cosa pero no tiene el mismo aspecto que ella, lo cual constituye una tarea mucho más difícil y elevada. La palabra "Fido", por ejemplo, puede representar a tu perro pero lo cierto es que no se parece en nada al perro y, por lo tanto, es bastante más difícil de recordar. Por eso las palabras sólo aparecen después de las imágenes.

Un concepto, finalmente, representa a una clase de cosas. el concepto de "perro", por ejemplo, no sólo representa a "Fido" sino a todos los perros posibles y constituye, por consiguiente, una tarea todavía más difícil. Los símbolos denotan mientras que los conceptos connotan. Pero en mi esquema denomino mente preoperacional o figurativa a la mente que trabaja con los símbolos y los conceptos.

EZ: ¿Y luego la mente regla/ rol?

KW: El cuarto nivel, la mente regla/rol, lo que Piaget denomina pensamiento preoperacional concreto, aparece alrededor de los siete y los once años de edad. Los budistas le llaman manovijñāna, una mente que opera concretamente sobre la experiencia sensorial. Yo lo llamo regla/ rol, porque es la primera estructura auténticamente capacitada para llevar a cabo un pensamiento reglado, como la multiplicación o la división, y es también la primera estructura que puede asumir el rol de los demás, asumir realmente una perspectiva diferente de la suya propia. Se trata de una estructura muy importante denominada por Piaget estadio de las operaciones concretas porque, aunque puede llevar a cabo operaciones complejas, lo hace de forma muy concreta y literal.

Quisiera subrayar, en este punto, que ésta es la estructura que piensa que los mitos son concretamente y literalmente ciertos.

El quinto nivel, al que llamo nivel reflexivo- formal, es la primera estructura que no sólo puede pensar, sino que también puede pensar sobre el pensamiento. Es, por consiguiente, la primera estructura capaz de llevar a cabo un razonamiento hipotético, o de cotejar propuestas con la evidencia empírica, lo que Piaget denomina de las operaciones formales. Suele aparecer en la adolescencia y es la responsable del desarrollo de la timidez y del desmedido idealismo propio de ese período. Aurobindo lo llama "mente razonadora" y el vedanta manomaya-kosha.

El sexto nivel es el nivel existencia, el nivel visión- lógica, una visión que no es divisoria sino exclusiva, integradora, unificadora y creadora de redes de relaciones. Es lo que Aurobindo llama " la mente superior" y el budismo, manas. Es una estructura muy integradora, tan integradora, en realidad, como para unificar la mente y el cuerpo en una unidad de orden superior que yo denomino "centauro" simbolizando, con ello, la fusión- no la identidad- entre la mente y el cuerpo.

El nivel siete es el nivel psíquico, pero con ello no estoy afirmando que, en él, aparezcan ciertas facultades paranormales aunque éstas, obviamente, pueden empezar a desarrollarse a partir de ese nivel. Este nivel constituye el inicio del desarrollo transpersonal, espiritual o contemplativo, lo que Aurobindo denomina "mente iluminada".

El nivel ocho es el nivel sutil o intermedio del desarrollo espiritual, la morada de diversas formas luminosas y divinas llamadas yidam en el budismo e ishtadeva en el hinduismo (a las que no hay que confundir con las formas míticas colectivas propias de los niveles tres y cuatro). Se trata del hogar del Dios personal, de los arquetipos transpersonales "reales" y de las formas supraindividuales. Es la "mente intuitiva" de Aurobindo, el vijñāmaya- kosha del vedanta y el alaya-vijñāna del budismo.

El nivel nueve es el nivel causal, la fuente pura y no manifestada del resto de los niveles inferiores. Se trata de la morada no de un Dios personal sino de una Divinidad o Abismo sin forma. Es la "supermente", el supramental, de Aurobindo, y el anandamaya- kosha, el cuerpo de gloria del vedanta. Por último, el papel en que está representado todo el diagrama representa la realidad última, el Espíritu Absoluti, que no es un nivel más sino el Fundamento y realidad de todos los niveles. Es la "supramente" de Aurobindo, el alaya puro del budismo y turiya del vedanta.

EZ: De modo que el nivel uno es la materia, el nivel dos es el cuerpo y los niveles tres, cuatro y cinco son la mente.

KW: Así es. Y el nivel seis constituye una integración de la mente y el cuerpo, lo que denomino el centauro; los niveles siete y ocho son el alma; y el nivel nueve más todo el papel son el espíritu. Como ya he dicho, este desarrollo no es más que una elaboración más sofisticada de la gradación materia, cuerpo, mente, alma y espíritu, pero realizada de tal forma que permita establecer relaciones con la investigación psicológica occidental.

EZ: De modo que, en cada uno de los nueve niveles de crecimiento de la conciencia, el self debe afrontar tareas muy diversas.

KW: Efectivamente. El bebé parte de la primera etapa, que es básicamente el nivel material o físico; sus emociones -nivel dos- son muy toscas y poco desarrolladas y carece de la capacidad para manejar símbolos, conceptos, reglas

y todo lo demás. Es básicamente un ser fisiológico, cuya conciencia, por otra parte, es una no dual, oceánica o protoplásmica, de forma que en modo alguno se halla diferenciado de la persona que le cuida y del mundo material que le rodea. EZ: Muchos teóricos sostienen que ese estado oceánico o indiferenciado es un estado protomístico en el que el sujeto y el objeto están fundidos y que ese estado es el estado de unidad que se recupera en la experiencia mística ¿Estás de acuerdo con eso?

°Las ardillas habían vuelto! Entraban y salían de las gigantescas secuoyas, gozando de la beatitud de su ignorancia. Me pregunté si sería posible vender el alma, no al diablo sino a una ardilla.

Cuando Edith preguntó si el estado de fusión infantil es un prototipo del misticismo, metió el dedo en la llaga de la cuestión más ardientemente debatida en los círculos transpersonales. Muchos teóricos, siguiendo a Jung, mantienen que, dado que el misticismo es una fusión entre el sujeto y el objeto, este estado primordial de fusión indiferenciada debe ser lo que, en cierto modo, se reconquista en la experiencia de unidad mística. Yo había sido seguidor de Jung, había compartido esa perspectiva e incluso había escrito varios ensayos al respecto pero, como ocurre tantas veces con Jung, ahora era una postura que me parecía completamente insostenible y, lo que es más, me parecía molesta, porque significaba inequívocamente equiparar al misticismo con una especie de estado regresivo. Para mí era pues, como digo, una cuestión muy espinosa.

KW: Ciertos teóricos consideran que el hecho de que un niño no pueda explicar la diferencia existente entre el sujeto y el objeto constituye una demostración palpable de que ese estado es una especie de unión mística. Pero lo cierto es que las cosas no son así: el niño no solo no ha llegado todavía a trascender al sujeto y el objeto; simplemente es incapaz de diferenciarlos. Los místicos, por el contrario, son perfectamente conscientes de la diferencia convencional existente entre el sujeto y el objeto, lo único que ocurre es que también son conscientes de la identidad profunda y superior que los engloba.

Por otra parte, la unión mística es una fusión de todos los niveles de la existencia, físico, biológico, mental y espiritual, mientras que el estado de fusión infantil, por su parte, constituye una identidad exclusiva con el nivel físico o sensoriomotor. Como dijo Piaget: "Aquí, el self es material, por así decirlo". Así pues, ésta no es una fusión con el Todo y, por consiguiente, no hay nada de místico en ello.

EZ: Pero en el estado de fusión infantil hay una unión entre el sujeto y el objeto.

KW: No se trata de una unión sino de una indiferenciación. Unir es juntar dos cosas separadas en una totalidad superior. En la fusión infantil no hay dos cosas sino una indiferenciación global, y resulta que no es posible integrar lo que no se ha diferenciado todavía. Además, aunque dijéramos que ese estado infantil constituye una unión entre el sujeto y el objeto, permíteme que insista en que este sujeto es un sujeto meramente sensoriomotor indiferenciado de un mundo sensoriomotor, y no un sujeto totalmente integrado a todos los niveles fundido con todos los mundos superiores.

En otras palabras, este estado no constituye, en modo alguno, un prototipo de la unión mística sino más bien justamente lo contrario del estado místico. Así pues, el estado de fusión infantil es el mayor punto de alienación o de alejamiento de los niveles y mundo superiores cuya integración o unión total constituye la misma esencia de la experiencia mística.

Este, dicho sea de paso, es el motivo por el cual los místicos cristianos sostienen que naces en el pecado, la separación o la alienación. El pecado no es algo que hagas después del nacimiento, sino algo que eres desde el mismo momento del nacimiento o de la concepción, algo que sólo se puede superar mediante el desarrollo y la evolución desde la materia hasta la mente y de ésta hasta el espíritu. El estado infantil de fusión material constituye así el comienzo, el momento más bajo del proceso de crecimiento, y no una especie de prefiguración del estado místico final.

EZ: Eso tiene que ver con lo que tu llamas la "falacia pre / trans"

KW: Así es. Los primeros estadios del desarrollo son prepersonales porque en ellos todavía no ha aparecido el ego personal, individual y separado; los estadios intermedios del crecimiento son personales o egoicos y los estadios superiores, por último, son transpersonales o transegoicos.

A mi juicio, la gente tiende a confundir los estadios "pre" con los estadios "trans", porque superficialmente son parecidos. Si has equiparado el estadio de fusión infantil- que es prepersonal- con la unión mística- que es transpersonal- te verás forzado a seguir una de estas dos alternativas: o bien elevas el estadio infantil a la categoría de unión mística (de la que, por cierto, carece) o bien niegas todo misticismo genuino afirmando que no es más que una regresión al narcisismo infantil y al no dualismo oceánico. Jung y el movimiento romántico en general cometieron el primero de los errores-elevar los niveles preegoicos y prerracionales a la gloria transegoica y transracional; es este sentido, son "elevacionistas".

Freud y sus seguidores, por su parte, han hecho justamente lo contrario- reducir todos los estados transracionales, transegoicos y místicos a estadios prerracionales, preegoicos e infantiles; en este sentido son "reduccionistas". Sin embargo, ambas visiones poseen un cincuenta por ciento de acierto y otro tanto de equivocación, ya que ninguna de ellas advierte ni explica la diferencia existente entre lo "pre" y lo "trans". Hay que decir que el misticismo genuino existe y que no tiene absolutamente nada de infantil.

Afirmar lo contrario sería como confundir a un preescolar con un doctor, un verdadero disparate que no hace más que confundir totalmente las cosas. Las ardillas jugaban frenéticamente. Edith, por su parte, seguía sonriendo y haciendo preguntas amablemente. Me pregunté si se habría notado, de algún modo, el enfado que me causa la noción de que "misticismo es regresión".

EZ: Muy bien, volvamos, pues a la cuestión original. El niño se encuentra básicamente en el primero de los estadios, el nivel sensorio-perceptual al que no podemos calificar de místico ¿Qué ocurre si algo va mal en ese estadio del desarrollo?.

KW: Se trata de un nivel tan primitivo que sus trastornos son verdaderamente muy graves. Si el niño no logra diferenciarse de su entorno, las fronteras de su ego siguen siendo permeables y difusas. En tal caso, el individuo no puede describir dónde termina su cuerpo y dónde comienza la silla. Se produce una difuminación alucinatoria de las fronteras entre lo interno y lo externo, entre el sueño y la realidad. Este, por supuesto, es el no dualismo característico de la psicosis, una patología grave que afecta al nivel de existencia más primitivo y fundamental, el self material.

En la infancia, este trastorno se traduce en autismo y psicosis simbióticas y, en el caso de persistir en grado importante en la edad adulta, contribuye al desarrollo de las psicosis depresivas y a la mayor parte de las esquizofrenias adultas.

Las modalidades de tratamiento propias de este nivel son la fisiológica y la pacificación, ya que por desgracia los únicos tratamientos que parecen funcionar realmente son farmacológicos o de custodia.

EZ: ¿Qué ocurre cuando aparece el segundo nivel?

KW: Cuando, alrededor del primer año de vida, aparece el nivel fantasmático-emocional, el self tiene que diferenciarse del mundo material, e identificarse en cambio con el mundo biológico de su cuerpo separado y sensible, para luego integrar el mundo físico en su percepción. En otras palabras, el self debe romper su identidad exclusiva con el self material y el mundo material y establecer una identidad de orden superior con el cuerpo, el cuerpo como entidad separada y diferenciada en el mundo. Este es el segundo fulcro, lo que investigadores como Margaret Mahler, por ejemplo, llaman la fase de "separación-individuación". El cuerpo-self debe separarse e individualizarse de la madre y del mundo físico en general.

EZ: ¿Qué ocurre si aparecen dificultades a lo largo de este estadio?

KW: En tal caso, las fronteras del self permanecen vagas, fluidas y confusas. El mundo parece entonces "inundar emocionalmente" al self, que es muy volátil e inestable. Son los llamados síndromes "borderline" o fronterizos, síndromes

límitrofes porque se encuentran en la frontera entre la psicosis del nivel anterior y la neurosis del nivel subsiguiente. Los trastornos narcisistas, aunque son ligeramente más primitivos están relacionados con este fenómeno. En estos trastornos, el self, precisamente por no haber logrado diferenciarse plenamente del mundo, trata al mundo como su concha y a la gente como meras extensiones de sí mismo. En otras palabras, es completamente egocéntrico, ya que el mundo y el self son lo mismo.

EZ: ¿Y qué hay con respecto a los tratamientos más adecuados para estos trastornos?

KW: Tiempo atrás se creía que estos trastornos eran incurables por lo remotos. Pero desde hace poco, y espoleados por la obra de Mahler, Kohut, Kernberg y otros, se han desarrollado una serie de tratamientos, bastante eficaces por cierto, denominados "técnicas de consolidación de estructura". Dado que el problema fundamental de los trastornos límitrofes es que las fronteras del self todavía no son lo suficientemente fijas, las técnicas de consolidación de estructura apuntan precisamente a construir éstas y a delimitar y fijar las fronteras del ego.

Son técnicas que ayudan a la persona a diferenciar el self de todo lo demás, explicándose y mostrándole que lo que le ocurre al otro no le ocurre necesariamente al self, cosa que no resulta evidente para quien no hay completado el proceso de separación-individuo. Por ejemplo, estar en desacuerdo con tu madre no te matará.

Ahora bien, es importante darse cuenta de que, en estos síndromes límitrofes, la psicoterapia no trata de sacar a luz algo del inconsciente. Ello no es posible hasta el siguiente nivel, el nivel tres. En los estadios límitrofes, el problema no es que una fuerte barrera, un fuerte ego, esté reprimiendo alguna emoción o algún impulso; el problema es que ni siquiera hay una barrera o frontera egoica. Por así decirlo, no hay barrera que reprima y, por consiguiente, no existe inconsciente dinámico ni nada que sacar a la luz. De hecho, el objetivo de las técnicas de consolidación de estructura es hacer que la persona "ascienda" hasta un nivel en el que llegue a ser capaz de poder reprimir. A este nivel, el self simplemente no es lo bastante fuerte como para reprimir nada.

EZ: Entiendo que eso ocurre en el siguiente nivel, el tercero.

KW: Sí, así es. El nivel tres, o mente figurativa o representativa, empieza a surgir en torno a los dos años de edad y domina la conciencia hasta la edad de siete años. En este nivel aparecen los símbolos, los conceptos y el lenguaje, lo cual permite que el niño transforme su identidad de un self fundamentalmente corporal a un self mental o egoico. El niño ya no es sólo un cuerpo dominado por los sentimientos e impulsos del momento; también es un ser mental, con un nombre, con una identidad y con expectativas y deseos que se extienden en el tiempo. El lenguaje es el vehículo del tiempo; es gracias al lenguaje que el niño puede recordar el ayer y soñar con el mañana y por consiguiente, lamentar el pasado y sentirse culpable o preocuparse por el futuro y experimentar ansiedad.

Por consiguiente, es en este estadio donde aparecen el sentimiento de culpa y la ansiedad. Y si la ansiedad es excesiva, el self puede reprimir y reprimir todos los pensamientos o emociones ansiosos. Esos pensamientos y estas emociones reprimidos, especialmente relacionados con el sexo, la agresividad y el poder constituyen el inconsciente reprimido dinámicamente, lo que yo llamo (al igual que Jung) "la sombra". Si la sombra se vuelve excesiva, si está demasiado cargada, demasiado llena por así decirlo, entonces irrumpe en toda una serie de síntomas llamados psiconeurosis o abreviadamente neurosis.

De modo que, en el tercer nivel, la aparición del lenguaje favorece la emergencia del self egoico-mental que debe aprender a diferenciarse del cuerpo. Pero si esa diferenciación va demasiado lejos, el resultado es una disociación, una represión. En tal caso, el ego no trasciende al cuerpo sino que lo aliena, lo excluye. Pero eso sólo significa que ciertos aspectos del cuerpo y sus deseos permanecen en la sombra, saboteando dolorosamente al ego en forma de conflicto neurótico.

EZ: De manera que la forma de tratar las neurosis consiste en establecer contacto con la sombra y reintegrarla.

KW: Efectivamente. Y las tÈcnicas que propician este movimiento se denomina "tÈcnicas de descubrimiento" porque intentan descubrir a la sombra, sacarla a la superficie y luego, como dices, reintegrarla. Pero, para ello, primero hay que liberar o relajar la barrera de la represiÙn creada por el lenguaje y sostenida por la ansiedad y por el sentimiento de culpa. Una de las formas de hacer esto, por ejemplo, consiste en animar a la persona a decir todo lo que acuda a su mente sin censurarlo. No obstante, sea cual fuere la tÈcnica, el objetivo es esencialmente el mismo: establecer contacto con nuestra sombra, aceptarla y volver a tomar posesiÙn de ella.