

Psicología **ESPIRITUAL**



PERSPECTIVA DIFERENTE

**Sai Babba dijo una vez:
"Dios es igual que el
Hombre menos su ego."**

Limitaciones de diferentes formas tradicionales de terapias psicológicas (una reflexión personal)

Durante estos últimos años me he dedicado a estudiar y profundizar en diferentes escuelas de psicología tradicional y he de añadir que me merecen mucho respeto, pero al mismo tiempo, las encuentro limitadas desde el punto

de vista del nivel de consciencia que trabaja al ser humano.

Cada escuela piensa y cree que tiene la verdad. Cada profesor de los que he tenido en mis años de Universidad, explicaba su punto de vista en su asignatura, convencido de que lo que exponía, era cierto. Quizás si juntáramos todas las corrientes psicológicas en una, tendríamos un concepto más global y completo del ser humano, pero aún así, la psicología tradicional no tiene en cuenta el concepto del alma (espíritu) en el ser humano.

La psicología del espíritu (psicología transpersonal) plantea que hay dos maneras de pensar en el mundo: puedes ver el mundo desde una perspectiva del ego o la puedes ver desde un punto de vista espiritual. La psicología espiritual trata de sanar el ego negativo como puede y eso sólo puede sanarse a menos que ese ego sea completamente trascendido.

Sai Babba dijo una vez: "Dios es igual que el Hombre menos su ego."

Las teorías tradicionales no incluyen ninguna referencia sobre la idea de que tus pensamientos crean tu realidad. La psicología tradicional no ve que hay dos caminos diferentes de interpretar la realidad y es imposible verlo por definición porque no integra el aspecto del alma en el ser humano. Su concepto de hombre es más limitado debido a que trabajan a través de su personalidad, dando importancia solamente al ego.

Para mí, este es el problema entre psicólogos. Hay miles de graduados y licenciados que están ejerciendo dentro del campo de la psicología y que están enseñando un concepto erróneo del ser humano. No dan importancia al espíritu, a la intuición del hombre, a la mente abstracta o al propósito real que tiene cada ser. No entienden cómo el hombre es el esclavo de su mente subconsciente. Tampoco

lo mucho que está programado a ser de una manera determinada por la misma Sociedad. No comprenden que el ego y las emociones controlan al ser humano y no dejan que el espíritu del hombre se exprese. Y quiero que conste que no estoy diciendo que la psicología tradicional no tenga valor, pero sí que menciono una falta o agujero sin rellenar sobre el concepto del ser humano. Por esta razón, muchas terapias y escuelas psicológicas en las que los pacientes asisten, no resolverán completamente sus problemas porque la causa real de su infelicidad o enfermedad es únicamente la no expresión del ser, en el ser humano. Es un nivel de consciencia limitado donde las emociones y el ego y la programación cultural y social, están limitando que la esencia y la luz que hay en el ser se exprese y se realice en el hombre. En resumen, que quiero decir que no hay nada malo en ir a una terapia de psicología tradicional por un tiempo si es que queremos tener un buen control de nuestra personalidad, pero llega un momento en que hay una limitación. La psicología tradicional puede ser vista como una tarta y cada escuela de psicología viene a ser un pedazo de esa tarta, llevando una visión de la verdad, pero lo mejor sería ser ecléctico y llevárnosla toda, aunque aún así, el concepto del ser humano quedaría incompleto hasta que el estudio del espíritu fuese integrado en psicología.

La terapia transpersonal es diferente a otras terapias

A un cliente que se presenta a un terapeuta tradicional, quejándose de que se siente inadecuado, incapaz, inferior... se le considera como persona que tiene baja autoestima, un yo débil, o autoatribuciones negativas según la disciplina particular del terapeuta. Si trabajara con un enfoque psicodinámico, es posible que intentara modificarlas directamente mediante un cambio ambiental, el reforzamiento o las técnicas cognoscitivas, pero sea cual fuese la técnica, de hecho, el objetivo sería modificar lo que el cliente cree y la vivencia que tiene del tipo de persona que es. Por otra parte, el terapeuta podría usar estas técnicas pero reconocería también que el problema representa un ejemplo de identificación con ideas y emociones negativas. Estas se encuentran en el inconsciente y están causando un malestar de dimensiones clínicas al cliente.

Si el terapeuta transpersonal decidiera con una técnica meditativa, iniciaría un entrenamiento de percepción cuya meta es la desidentificación de todo pensamiento. El cliente tendría otra creencia diferente sobre el tipo de persona que es y también cambiaría su percepción de lo que él/ella es.

El modelo transpersonal sugiere que la identificación con el ego es ilusoria (sólo es un sueño). En nuestra cultura, a ese sueño se considera como real. El terapeuta puede ayudar a evitar que el sueño se convierta en pesadilla pero el objetivo del acercamiento cliente-paciente transpersonal es la consciencia del despertar.

Colabora



GEMMA VILA PAGÈS

Licenciada en Psicología Clínica en Barcelona, Profesora del Instituto para el Desarrollo Espiritual en Berkley U.S.A, Co-Directora Centro ALQUIMIA (Barcelona)