

Patología versus salud emocional y crecimiento

by María Zunzunegui Franco - lunes, mayo 24, 2010

https://vinculando.org/psicologia_psicoterapia/patologia_versus_salud_y_crecimiento.html

Desarrollo:

El psicoanálisis ha considerado y situado siempre los fenómenos místicos dentro de la terminología narcisista, pero desde mi punto de vista y siguiendo las afirmaciones de Rafael Redondo en su escrito Regresión o Trascendencia, la versión descrita del acontecer espiritual no deja de ser reduccionista. Es comprensible si se considera la racionalidad, o racionalizar (mecanismo de defensa en el que se basa el psicoanálisis), el punto cumbre de la evolución humana. De ahí que para tal versión sea inconcebible una experiencia superior al ámbito del entendimiento, y la vida psíquica llamada normal, se vea limitada al ámbito de la percepción intelectivo-racional, siendo considerada como neurótica, o incluso, psicótica, cualquier desviación del contexto de tal expresión.

La tendencia generaliza, ya actual y afortunadamente desbancada por minorías menos expuestas, de establecer una visión de la psique hacia abajo o en vertical, limitando el inconsciente a lo no comprendido o prejuizado, se desactiva por su ineficacia en el tratamiento y en lo prolongado en el tiempo, para que surja la necesidad de la búsqueda de integración de lo prejuizado con lo no visto en positivo, con la búsqueda a las tinieblas con la compañía de una luz, que se puede visionar fuera del tiempo y del espacio, inherente al ser humano, en el ser humano. Se trata de una supraconsciencia, originaria y auténtica, que hace que nuestro cuerpo funcione y nuestro organismo inhale o parpadee como ejemplos simples. Es una sabiduría innata e interna, que facilita el proceso, pues que comprende (no intelectualmente, puesto que no puede justificar, ni teorizar, solo narra). Como bien señalaba Aurobindo en su tiempo:

“La psicología contemporánea se ha percatado también de la importancia del subconsciente y de la necesidad de depuración; sólo que no ha visto sino la mitad del cuadro, el subconsciente sin el supraconsciente (...) No se puede curar si no se llega hasta el fondo y no se puede curar si no se llega hasta el fondo y hasta arriba. Mientras más se quiere descender, más se necesita una luz poderosa, de lo contrario se hace uno engullir”.

Tampoco podemos aceptar la psicología en horizontal, que presupone la fragmentación de la psique del individuo, sin unificación. Será el ámbito intelectual que recorrerá el eje horizontal sin parada resolutive en ningún sitio. Sería necesario el cambio al vertical y más hacia arriba en un principio para no centrarnos tanto en la patología y sí más en la luz, para fortalecer el Ser y más tarde recorrer lo oscuro. La práctica de la concentración en el lóbulo frontal derecho para el izquierdo y en el centro una vez conseguida cierta destreza (la glándula pineal), predispone al individuo hacia el aprendizaje. Es el Trypura Sundari de los Hinduistas y la Gota de conciencia de la cabeza, la Compasión y la Conciencia del budista tibetano o el dispositivo que nos permite alcanzar el estado de modo aprendizaje, dejando de focalizar la atención en emociones y pensamientos asociados del hipotálamo, de Dispenza.

En este apartado quisiera exponer algunos planteamientos ya analizados por diferentes psiquiatras, filósofos y psicólogos relacionados con el establecimiento de las fronteras entre la locura y la cordura. Y a parte de finalizar el apartado una vez concluidas las presentaciones de los que ya saben, desde mi punto de vista, quisiera adelantar, que las diferencias radican fundamentalmente en la existencia en los trances, muchas veces permanentes de crecimiento, de Compasión y la Conciencia puros (ya que no existe juicio). Y más aún, antes la Conciencia, pero

con la necesidad de la incubación e internalización del que lo vive hasta la aparición de Compasión a través de la práctica. La verdad es paradójica y contradictoria. Y el crecimiento duele porque no se sabe uno creciendo, y el arrancar conceptos y apegos solidificados como reales en nuestros órganos desde la aparición del hombre, y antes, duele como ser operado sin anestesia.

En obras consultadas se dice que el místico y el loco, navegan en el mismo mar, pero mientras el primero nada, el segundo se ahoga. También, en particular opinión, me gustaría añadir que el primero igualmente muchas veces se ahoga, pero con la total convicción y sabiéndose rescatado aunque se está ahogando. El loco no suele meditar, no relativiza, cree lo que ve como real, intelectualiza y solidifica. La diferencia entre espiritualidad y esquizofrenia es muy compleja y en psicología transpersonal los autores han opinado al respecto.

Erich Fromm. Fromm, discrepando con la mayoría de las corrientes psicoanalíticas, sabe distinguir perfectamente el papel de la meditación en el proceso liberador del psiquismo: “amar es darse a alguien o algo manteniendo la individualidad”. Para Fromm, que practicó el Zen en su madurez, la unidad paradisiaca prepersonal, del narcisismo primario, no es idéntica a la unidad transpersonal de la autorrealización, a la que solamente se llega mediante el logro de la liberación de los imperativos irracionales del ego y del super-ego.. Sabe por tanto, distinguir entre lo prepersonal y lo transpersonal. También afirma que el ser humano posee tal capacidad de autoengaño para evadirse de su tendencia a crecer como persona, que, en ese camino al revés que es la regresión, es capaz de sustituir el desarrollo de su conciencia con actos de sumisión infantil hacia otros derivados de las protectoras instancias paternas y maternas; la religión, las creencias, el estado, el partido...; una especie de incesto que evita engañosamente la natural expansión de la naturaleza del ser humano.

Desde un punto de vista tradicional, parece imposible que estas experiencias espectaculares y desorganizadoras, como las que constituyen las formas más extremas de emergencia espiritual, puedan formar parte de un proceso natural, y mucho menos de uno evolutivo y creativo. En el modelo médico, manifestaciones físicas y psicológicas de dichos estados se contemplan como indicadores de un grave proceso de enfermedad. En un universo en el que sólo lo tangible, lo material y lo medible es real, cualquier clase de fenómenos místicos se contempla como producto de la superstición y apunta a una falta de educación, a la irracionalidad y a una tendencia al pensamiento mágico primitivo. Cuando se dan en individuos inteligentes y con buena educación, se atribuyen a inmadurez emocional y conflictos infantiles no resueltos.

Psicosis frente a emergencia espiritual.

Stanislav y Christina Grof. El término psicosis no está definido de forma precisa y objetiva en la psiquiatría contemporánea. Hasta que ello suceda, será imposible marcar un límite entre ambas condiciones. El primer criterio importante es la ausencia de condiciones médicas que puedan ser detectadas por las actuales herramientas de diagnóstico. Eso elimina aquellos casos en que la causa básica es una infección, una intoxicación, trastornos metabólicos, tumores, problemas circulatorios o enfermedades degenerativas. Las modificaciones de la conciencia en personas que entran en la categoría de emergencia espiritual son cualitativamente diferentes a aquellas asociadas con psicosis de corte orgánico. En el caso de las emergencias espirituales, el sujeto está comprometido con el crecimiento y que los contenidos están relacionados con aspectos espirituales críticos de su vida, así como el contenido transpersonal de la experiencia en sí misma. Otro signo importante es la capacidad de diferenciar en un grado considerable entre las experiencias internas y el mundo de la realidad consensual. Las personas que están teniendo una experiencia de emergencia espiritual, normalmente son conscientes de que los cambios en su mundo de experiencia se deben a su propio proceso interno y no son consecuencia de acontecimientos del mundo externo. El uso sistemático del mecanismo de proyección, negar las experiencias propias y atribuirles a influencia de otras personas y de circunstancias externas, es un obstáculo importante al tipo de enfoque psicológico que se expone.

Stanislav Grof establece diferencias claras entre trastorno psiquiátrico y emergencia espiritual. En primer lugar concluye que el historial del trastorno psiquiátrico, muestra graves dificultades en las relaciones interpersonales

desde la niñez. Muestra incapacidad para tener amigos y mantener relaciones sexuales íntimas y mala adaptación social. Por lo general, manifiesta un largo historial de problemas psiquiátricos. También establece que el contenido del proceso en estos casos está mal organizado y definido y presenta desorganización inespecífica de las funciones psicológicas, sin indicativos de dirección de desarrollo. Añade que se produce una retirada autística, agresividad o comportamiento controlador o manipulador, que interfiere con una buena relación con el trabajo y hace imposible la cooperación.

Además, añade que durante el trastorno psiquiátrico, se produce una incapacidad de ver el proceso como un hecho intrapsíquico; confusión entre las experiencias internas y el mundo exterior y que los sujetos se caracterizan por tener una desconfianza básica, con una percepción del mundo y las personas como hostiles con alucinaciones acústicas de enemigos con un contenido muy desagradable. Durante el trastorno psiquiátrico se produce una violación de las reglas básicas de la terapia, impulsos destructivos o autodestructivos y una tendencia a actuar sobre ellos sin precaución. Así mismo se pueden producir comportamientos que pongan en peligro la salud como rechazo de comida y bebida durante períodos prolongados de tiempo o abandono de las reglas fundamentales de higiene.

Por otra parte, en las emergencias espirituales, el historial del individuo presenta un pre-episodio normal, que funciona como prueba de su capacidad de relación interpersonal, siendo posible el éxito en la escuela y posee red de amigos. Así mismo, poseen una buena capacidad de mantener relaciones sexuales y el historial psiquiátrico es de poca gravedad. También incluye, en los estados de emergencia espiritual, la sucesión de secuencias de hechos biográficos, temas de nacimiento y muerte, experiencias transpersonales, posible introspección de que el proceso es de naturaleza espiritual o curativa, progresión que puede definirse e incidencias de auténticas sincronicidades evidentes a los demás. Además, el que atraviesa una emergencia espiritual, posee una buena capacidad para relacionarse y cooperar manteniendo una consciencia de la naturaleza intrapsíquica del proceso y una capacidad satisfactoria para distinguir el mundo interior del exterior.

La versión de **K. Wilber**. El autor afirma que el suceso que frecuentemente precipita la respuesta esquizofrénica es una situación de [ansiedad extrema](#) o **tensión psíquica**, o una duda neurótica aguda. También se puede desencadenar como consecuencia de circunstancias asimismo extremas de aislamiento social, en las que el sujeto, débil de carácter y tendente al retraimiento, experimenta poca fortaleza defensiva ante un entorno frío y hostil. Del mismo modo, los procesos de interacción social desde el nacimiento hasta la muerte condicionan su carácter, pudiendo éste replegarse en una introversión enfermiza sin que puedan dejar de tenerse en cuenta los factores bioquímicos, tan determinantes, a veces en estos procesos.

También añade que, en cualquier caso, la fortaleza del yo se desmorona o es objeto de graves entorpecimientos interpretativos de la realidad. Todo ello deja al sujeto desprotegido, tanto con respecto a los niveles primarios prepersonales como a los superiores o transpersonales. Un proceso doble, mediante el cual el yo comienza a experimentar una regresión hacia los niveles inferiores de conciencia, mientras que paralelamente, sufre una inundación de vivencias de los grados superiores de conciencia. Una invasión tanto del mundo subconsciente como del supraconsciente, del mundo sumergido como del mundo emergente. En este sentido, Wilber afirma que quienes interpretan la esquizofrenia como puramente regresiva, ignoran su verdadera dimensión espiritual, mientras que los que sólo ven en ella el summun de la salud y de la espiritualidad ignoran el aspecto fragmentado de la regresión psíquica. Destaca que, en la defenestración de la función controladora del yo, los residuos de éste se sienten atraídos tanto por los reinos egoicos como por los transegoicos, dándose el caso de esta convivencia entre las intuiciones religioso-espirituales y las experiencias cumbre de gran intensidad y autenticidad. Todo eso cabe en una reacción psicótica aguda; un hecho que, según recalca Wilber no podemos ignorar. También afirma que el ser despierto es un buscador de su propia evolución y para esa transformación se ejercita y prepara gran parte de su vida. Libre de sus fijaciones y regresiones, su conducta, bien armada del entendimiento, de la lógica y del pensamiento, bien ajustada al entorno afectivo, ineludiblemente apunta a la expansión.

Señala Wilber: “Para regresar a lo divino, no se retrocede a la infancia. El misticismo no es una regresión al

servicio del ego, sino una evolución que lo trasciende” (1989). Evidentemente, discrepa profundamente con las aportaciones de Fromm presentadas anteriormente. En mi opinión Wilber, gran observador de la realidad, interpreta sólo con la mente, situaciones que requieren la implicación de otros niveles de filtrado interpretativo para ser explicados sin determinismo.

Espiritualidad y esquizofrenia: **J. Nelson.** John Nelson, uno de los pilares actuales de la ciencia transpersonal, afirma que la forma más sencilla de que nuestra sociedad nos etiquete como esquizofrénicos consiste en afirmar que uno se siente, en lo más profundo de su ser completamente fundido con todos los seres vivos, con el Espíritu infinito, con el universo y con la totalidad, una intuición en suma, que las culturas sabias del mundo nunca han considerado como el abismo de la enfermedad mental, sino por el contrario, como el pináculo de la comprensión humana.

El autor, considera la psicosis como: “uno de los múltiples estados alterados de conciencia, provisionales o permanentes, que impiden la integración de los datos sensoriales y extrasensoriales en modelos de la realidad consensualmente aceptados y que desembocan en una conducta inadaptada o provocan la censura social” (Nelson 2000).

J. Nelson establece unos indicadores para diferenciar la espiritualidad de la esquizofrenia. Uno de ellos es que la regresión, a diferencia de la opinión de Wilber, debe estar al servicio de la trascendencia. En este proceso suele aparecer una especie de brote; un comienzo abrupto precipitado por acontecimientos vitales estresantes. En las crisis se mantienen el afecto y el tono emocional aunque pueden ser exagerados y fuera de lugar. Los momentos de oscura desesperación se alternan con los raptos, y los sentimientos de irrealidad dejan paso a comprensiones súbitas. La persona, en las regresiones al servicio de la trascendencia, elimina las defensas de la represión y la persona se enfrenta al Fundamento y a su inconsciente personal (sombra), quedando a expensas de comprensiones no deseadas.

Otro indicador de crecimiento es que en los estados profundos, no cabe la culpabilidad y las voces alucinadas que ocasionalmente acompañan a los estados regresivos al servicio de la trascendencia son de orden sublime, mientras que en la esquizofrenia son imperativas.

Como comenté anteriormente, existen diferencias concretas entre estados de locura y crecimiento. Muchas veces, en ambos casos se comparte el mismo don, sin embargo, en otros casos el loco, únicamente posee una fragmentación de psique con múltiples egos que no se comunican entre sí. El mecanismo de defensa en estos casos impide al individuo la integración de múltiples personalidades en horizontal en el ámbito mental, pues lo conocido es aprendido como de memoria y la repetición y justificación en cada uno de los egos niega la veracidad o posibilidad de existencia de los demás. Cuando se intenta penetrar en uno de los egos, el mecanismo automáticamente hace que aparezca otra personalidad que justificará a la anterior o la negará como inexistente. El loco no relativiza, solidifica la experiencia y se caracteriza por una rigidez mental extrema. La autocomplacencia y el ego exagerado impiden cualquier tipo de contacto integral. También hace responsables a otros de lo que ocurre y no tiene ninguna conciencia de lo que le sucede, por tanto no integra la experiencia. Sin embargo, cuando se produce crecimiento, el sujeto no solidifica la experiencia porque relativiza como la no auténtica realidad. Está abierto al cambio de paradigma, lo que antes era, puede no serlo después y se caracteriza normalmente por ser humilde. Por tanto se trata de un sujeto abierto al aprendizaje, que se hace responsable de su propio crecimiento, de forma consciente o, al menos con capacidad de conciencia, si cabe tras la experiencia y normalmente se produce integración en muchos niveles aunque a veces solo se sabe en el proceso.