

Asociación
Transpersonal
Iberoamericana

ati

magazine #2



ati magazine #2

ISSN impreso: 2788-4023
ISSN electrónico: 2788-4031

2018

1º y 2º semestre



**ASOCIACIÓN
TRANSPERSONAL
IBEROAMERICANA**

Órgano divulgativo
*Asociación Transpersonal
Iberoamericana*

Coordinación:

Laura F. Laguía
Psicóloga.

Máster en Psicoterapia del Bienestar emocional


www.ati-transpersonal.org

lpfl0001@gmail.com

Contenido

Haiku	3
Editorial	4
Poesía	5
Huérfanos de Eros	7
Entrevista a Rafa Millán	13
Ram Dass, Going home	19
Respiración Pneuma. Estados ampliados de consciencia	21
Reseña El Laberinto de la Ayahuasca	29
Reseña: Filosofía y Espiritualidad	33
Eventos transpersonales	35



A photograph of a butterfly on a flower branch, with the text "Posada en la campana del templo, Duerme la mariposa." overlaid in the top right corner. The butterfly is perched on a branch with several buds, and the scene is lit with warm, golden light, creating a soft, ethereal atmosphere. The background is a clear, light blue sky.

Posada en la campana del templo,
Duerme la mariposa.

Yosa Buson

Editorial

Desde la ATI, queremos dar comienzo al nuevo año con la segunda edición del magazine, (órgano divulgativo de la asociación). Este número de la revista se adentra en el mundo de las relaciones interpersonales, dando un enfoque desde el punto de vista transpersonal. Concibiéndolas como una forma de desarrollo personal, donde generar esas experiencias transegóicas. Una forma de práctica de valores tan importante como la compasión, el amor, la presencia y la autenticidad. Contamos con una pequeña introducción teórica y una entrevista a Rafa Millán.

Por otra parte abrimos un espacio al arte, donde tanto la expresión como medio evocativo pueda acercarnos a nuestro Ser o al menos a la estimulación

en la búsqueda incesante hacia nuestra esencia. Para ello contamos con un retrato de Ram Dass y un poema acerca del dejar ir.

Este número, incluye también un pequeño enfoque teórico sobre la respiración Pneuma de la mano de Maite Prado del Pneuma Institute España.

Finalmente nos adentrarnos en las últimas novedades bibliográficas con reseñas a los libros de Manuel Almendro y Hector Sevilla: El laberinto del Ayahuasca y Filosofía y Espiritualidad, respectivamente.

Desde la ATI, queremos agradecer a todos aquellos que han aportado su granito de arena en esta segunda entrega de la Magazine.

Soltar

Dejar de retener. Poner en libertad. Cortar amarras..

Soltar un amor. Soltar un recuerdo. Soltar lo que duele.

Soltar lo que mata.

Liberar angustias, lágrimas y llantos. Para que no encallen en el cuerpo un día,
se vuelvan estrías de dolores viejos, enfermen la vida, tuerzan el destino.

Cerrar... Sin un solo grito. Sin mirar atrás.

Perder el miedo al abandono. Y la culpa de abandonar.

Darse permiso para caminar sin lastres que no corresponden. Elegir.

Abrir los brazos para que vuelen los besos no dados, y cerrarlos sobre esos que
se dejan dar.

Abrir la garganta y expresar el sientto. Desde el mismo vientre. Desde el mismo
centro.

Dejar las palabras volverse saetas, que corten los lastres, que construyan
puentes, que libren batallas, que defiendan causas, que griten dolores, que
aúllen placeres.

Soltar los "yo debo". Soltar los "Lamento..." Soltar hacia el viento la historia
sucia de negras traiciones. Ver como se esfuman, se vuelven la nada y el pecho
se abre mientras ruge el alba.

Soltar los desvelos por amores rotos.

Los inexistentes. Los amores
tóxicos. Los sobreexigentes.



Soltar los mandatos que ya estén caducos. Los que ya me dañan, los que son obtusos, no me representan.

Amo vivir suelta, nunca abandonada. Quiero dejar sueltos a quiénes más ame.

Para no ahogarlos. Para que no teman. Para ser felices. Para reelegirse.

Soltar es un verbo que huele a verbena. A mujeres fuertes. A las 13 rosas.

Soltar, saltar, amar, jugar, conquistar, danzar, crear, encontrar, hablar, abrazar, besar, regar, sembrar...

Tantos verbos llenos de jugo de vida. Para conjugar viviéndolos plenas.

Dádonos permiso, con sangre en las venas.

Bendiciones infinitas!

Nunca estamos sola/os,....regaláme un verbo para vivir juntas/os!

Hoy mañana y siempre!



Soltar

Simone Seija Paseyro

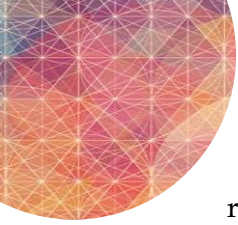
Psicóloga (Uruguay)



Huérfanos de Eros

Cuenta la mitología griega que Psique, hija de una familia mortal y la más bella de tres hermanas, despertó en Afrodita la envidia. Era tal su belleza y la desazón que causó en Afrodita, que esta pidió a su hijo Eros que se vengase por ella, y la hiciera enamorarse del hombre más horrible y ruin que encontrase, ya que no soportaba la idea, de que una mortal nublaste la admiración que era propio de ella despertar en mortales y dioses. Eros, al conocer al blanco de esta desdicha, cayó profundamente enamorado y arrojó su flecha al mar. Pasado un tiempo, y pese a los miedos de Psique, esta decidió abrazar su destino, se despidió de su familia y partió a lo alto de una montaña. Allí, exhausta de su viaje, pudo encontrar el descanso. Tendida en la hierba, fue despertada y llevada por el viento hasta el que sería su hogar. Desesperada en su soledad y abrumada por las comodidades que su amado le ofrecía, se preguntaba una y otra vez dónde estaría aquel que tales cosas le proporcionaba. Eros, solo aparecía durante la noche y en la oscuridad, para hacerle el amor apasionadamente y ofrecerle su tierna entrega, compañía y consuelo, con una condición, que no indagase sobre su identidad o procedencia. No siendo suficiente para ella, Psique pidió a su amado, poder ver a su familia. Pese a pegos y reticencias, Eros finalmente cedió a la petición. Psique, se encontró con sus hermanas, contándoles aquel apasionado y resplandeciente romance con aquel amante desconocido y nocturno. De nuevo la envidia jugó en detrimento de Psique. Sus hermanas, envenenadas por este






resentimiento, le aconsejaron que cuando su amante yaciera con ella en la cama, encendiera la luz, pese a la petición de Eros de mantener la oscuridad en sus encuentros. Una de las noches en los que ambos dormían plácidos después del amor, Psique encendió una de las lámparas de aceite que en la habitación se encontraban; traicionó a Eros. Mientras Psique, sorprendida y extasiada, descubría la identidad de su amante, una gota de aceite hirviendo cayó en el rostro de Eros, despertándole y descubriendo la desconfianza escondida detrás de los ojos de Psique. Defraudado y dolido, huyó.

Pese a que finalmente y tras duras pruebas (en las que se incluían el descenso al inframundo) donde parte de su belleza le fue arrebatada, Psique consiguió recuperar el amor de Eros. Aunque este jamás pudo borrar de su rostro aquella huella que marcó la desconfianza en él. Fruto de su amor, fue concebida Hédone, la personificación del amor sensual y el deleite.

Pero al hablar de Eros y su historia mitológica debería ser ineludible hablar al mismo tiempo de su hermano, Anteros. Eros, conocido principalmente como patrón divino de las relaciones pasionales, esconde tras de sí la decepción y la desconfianza, encarnada en él mismo y su romance con Psique. Mientras, su hermano, se levanta combativo ante el amor no correspondido, defensor y alentador de la necesidad de unidad y pasional de la pareja, conforma de este modo el lado catalizador del amor juguetón e imperioso de Eros. Juntos conforman el equilibrio fantástico entre el amor siempre aprendiz y la necesidad de unión. Ya que como reza en su propia historia, el amor no puede crecer sin pasión, al tiempo que la pasión sin amor quedaría absolutamente vacía y alejada de la indiscutiblemente humana, necesidad y anhelo de unión.

Bauman (2003), nos dice: *“Es como si Anteros, hermano de Eros, hubiese destronado a su hermano y tomado el control del reino del sexo. (...) Una vez se convirtió en señor indiscutible del reino, seguramente proscribió las pasiones entre sus súbditos y proclamó que el sexo debía ser racional, fríamente calculado, a prueba de riesgos, obediente a las reglas y, por sobre todas las cosas, debía ser un acto despojado de todo misterio y encanto”*. Evitando, el mal causado por Psique a Eros en la desconfianza y, de alguna manera, vengando a su hermano de este modo.

La dualidad evidente entre Eros y Anteros se hace hoy visible arquetípicamente en la sociedad. Bauman, en su libro *Amor líquido* (2003), realiza una dura crítica a la evolución social interpersonal. Nos habla de una sociedad moldeable (líquida) que ha olvidado considerar las relaciones interpersonales como aquel vínculo primordial desde el cual desarrollarnos más allá del ser individual y egóico que parece reinar a nivel social. El *homo consumens* preponderante, se colma con relaciones basadas en la cesación del deseo. De este modo, el sujeto se torna objeto y, ante la satisfacción de dicho deseo, la relación se torna voluble o



indiferente. Una vez consumido dicho objeto de deseo, vuelve a salir al mercado en busca de un nuevo sujeto-objeto de consumo, regresando a esa sensación de vacío espiritual, incompreensión y soledad, una y otra vez. Esto es llamado en una reciente conferencia por Jorge Ferrer (2018a) como monogámicos en serie. Porque, como apunta Bauman:

“Eros, podemos estar seguros, no ha muerto. Pero, desterrado del reino que le corresponde por herencia, ha sido condenado a merodear y deambular, a vagabundear por las calles en una búsqueda interminable, y por lo tanto vana, de refugio y cobijo. Ahora Eros puede ser hallado en cualquier parte, pero en ninguna se quedará por mucho tiempo.”

Ya que una y otra vez será sorprendido por la traición de Psique, invadida por la desconfianza o falta de fe en el propio vínculo.

Como vemos en la latente sociedad actual, se han generado también nuevas formas de relación, a las que una parte de la sociedad comienza a abrirse de forma cada vez más evidente y normalizada. Esto es llamado por J. Ferrer como novogamia (2018b). Ir más allá de la satisfacción prematura e inmediata del deseo. Concibiendo al ser humano como un ser dinámico, en tanto en cuanto infinito en su evolución e inconmensurable en sus dimensiones; no así como un ser líquido o moldeable que vende su alma a Anteros, olvidándose del equilibrio proporcionado por Eros. De esta forma, tanto los nuevos formatos, como la visión más tradicional de unión mística y espacio sagrado de creación y desarrollo, parecen convertirse en controversia (polifobia, heterofobia, homofobia...), desde el narcisismo relacional y el cognocentrismo.

¿De dónde proviene, por tanto, la dificultad de generar un vínculo concreto, más allá del formato de relación en el que escojamos participar?

El anhelo de fusión completa, de unión total, aparentemente inherente al ser humano procede del momento aquel, en el que el ser humano creó esa ilusión de separación con aquello que le rodea. La mente identificada del ser humano como entidad separada, entró en esa continua búsqueda por encontrarse definitiva y definitivamente. Olvidó que la naturaleza del ser es informe, está interconectada y por tanto es interdependiente (de ahí, el poder de la compasión). Apostó para ello, por la diferencia exclusivista (soy mujer, hombre, padre, maestra, heterosexual, monógamo...), generando de esta forma todo contenido egóico.

“El ego surge cuando nuestro sentido del Ser, del “yo soy”, que es conciencia sin forma, se enreda con la forma. Esta es la consecuencia de la identificación: el olvido del Ser, el error primordial, la ilusión de separación absoluta que convierte la realidad en una pesadilla.” (E. Tolle, 2006)

Pero, si tan siquiera, consiguiéramos ser conscientes de lo que nos une, acabaría toda esta ilusión de separación, no existiría deseo o insatisfacción.

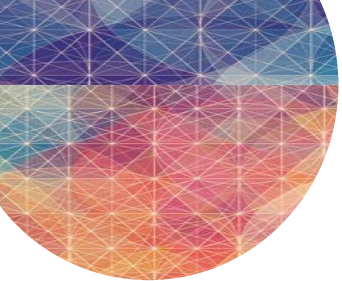
El ego, asume la forma de deseo (o insatisfacción) ilógico e irracional, y desde la identificación con una identidad separada, proyecta en el otro, aquello que le colmará del placer de satisfacer sus necesidades. Estas, muchas veces, se encuentran alojadas en el inconsciente, puesto que una vez hacemos luz de la sombras, estos deseos desaparecen (necesidades del ego). Mientras que nuestro Ser esencial, libre de deseo y forma que le separe del resto, tiene la capacidad de disfrutar del encuentro interpersonal, como reverencia a la dinámica totalidad de vida interconectada que somos y que se manifiesta ahora en aquella persona (animal o cosa) que se nos presenta enfrente (necesidades no egóicas).

John Welwood (2007) nos dice: *“Si aspiramos a convertir nuestras relaciones en un sendero –en un sendero sagrado- nos veremos obligados a ampliar nuestra perspectiva y asumir una visión más comprehensiva que, incluyendo todas esas necesidades, no se halle, sin embargo, circunscrito a ellas. Nuestro tema tiene que ver con el cultivo del amor consciente, de ese amor que puede inspirar el desarrollo de una conciencia más expandida y la evolución de las personas implicadas”*.


Desde este punto de vista, cada una de las relaciones que mantenemos, cada uno de los vínculos que se crean, contienen en sí mismos la capacidad de hacernos trascender este deseo, esta separación ilusoria, el ego.

Recogiendo de nuevo la teoría de J. Welwood (2007), podríamos distinguir seis niveles diferentes de conexión:

- **Fusión simbiótica:** Originada en el deseo de alcanzar el alimento emocional del que carecimos en la infancia (probablemente necesidades alojadas en el inconsciente). Expresa el fracaso de establecer una identidad separada. Es decir, los amantes se identifican hasta fusionarse, creando codependencia.
- **Compañía:** Basado en el compartir: actividades y compañía.
- **Comunidad:** Compartir además de actividades y compañía; valores, intereses y objetivos parecidos. Este nivel se da cuando dos personas comienzan a crear un mundo en común.
- **Comunicación:** En este nivel, indica J. Welwood (2007): *“Somos capaces de compartir todo aquello que ocurre en nuestro interior, es decir, todos nuestros pensamientos, expectativas, experiencias y sentimientos. (...) Este nivel requiere que cada miembro de la pareja sea totalmente sincero al expresar lo que ocurre en su interior y tenga el valor suficiente como para superar los inevitables obstáculos que aparecen ante cualquier intento de compartir dos verdades diferentes. La buena comunicación es, con toda certeza, el elemento más importante de cualquier relación cotidiana”*.
 - **Comunión:** O reconocimiento profundo del ser de la otra persona: *“Un reconocimiento que suele descubrirse en silencio, tal vez mientras miramos a los ojos de nuestra pareja, estamos haciendo el amor, paseando por el bosque o escuchando música. Es como si, de pronto, nos sintiéramos percibidos y conmovidos en aquel núcleo profundo del ser que trasciende a la personalidad. Seguimos siendo nosotros mismos pero, al*




mismo tiempo, estamos completamente en contacto con nuestra pareja. Este tipo de relación es tan extraño y sorprendente que no suele pasar desapercibido. (...) Es completamente espontánea y se encuentra más allá de nuestra voluntad. La comunicación y la comunión son formas más profundas y sutiles de intimidad y tienen lugar en el nivel de la mente y el corazón". (Welwood, 2007)



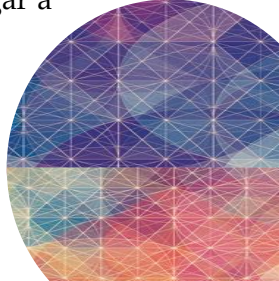

- **Unión:** El nivel anterior, la comunión, pudiéndose considerar dentro de las experiencias transpersonales o transegóicas, puede alimentar el deseo de fusión completa con la persona o personas amadas. Este tipo de deseo puede llevar peligrosamente a la reducción nuestra aspiración y realización espiritual, la idealización... dentro de otros muchos problemas. Welwood señala que la mejor forma de orientar nuestra aspiración hacia la unión, consiste en una práctica espiritual auténtica –como la meditación, por ejemplo- que nos enseñe a ir más allá de la mente dicotómica en todas las áreas de nuestra existencia.

De la reflexión acerca de los distintos niveles de experiencias relacionales de Welwood, podríamos arriesgarnos a afirmar que el Amor, puede llegar a concebirse como un estado no ordinario de conciencia, o transegóico. Dependiendo de lo fuertemente identificado que se encuentre el ego con su separación, así será nuestra accesibilidad a estas formas de amor. En esta línea, encontramos las investigaciones de Jeny Wade (1998 y 2000). Concretamente, estos estudios hablan de la experiencia unitiva y otras experiencias místicas que se presentan de manera espontánea durante la relación sexual. Hace referencia a experiencias como: la unión extática, la beatitud, la no separación entre uno y los demás, la trascendencia del tiempo y del espacio, la paradoja, la sensación de lo numinoso, la unidad de todos los fenómenos, la autenticidad y la inefabilidad. Puede darse lugar a una pérdida del yo que puede exceder a la conseguida en meditación. (en M. Daniells, 2008)

En caso de volver la vista a Oriente, nos encontramos con multitud de culturas espirituales, donde se vela por la conquista de esta comunión transpersonal. Uno de los casos más clarificadores es el de la filosofía tántrica, desde la cual se dice, que una pareja no es sino dos personas (en el caso de apostar por una relación monógama), que se unen con un propósito común: evolucionar.



En el Tantra, cuando Shakti, energía ubicada en la base de la columna vertebral, alcanza la unión mística con Shiva; ha conseguido ascender a través de cada uno de los centros energéticos (chakras) y por tanto trascender las fronteras y los límites de su propio ego, vivificado y representado a través de los bloqueos de dichos centros energéticos. Es entonces cuando, la energía Kundalini despierta, dando lugar a una conciencia no binaria.



“En la medida en la que el Kundalini se despliega va reportando valiosos vislumbres espirituales, destellos de conciencia, conocimientos místicos y autoconocimiento”. (R. Calle 2005)

“Los amantes tántricos, se comunican cuerpo a cuerpo, cuerpo-energético a cuerpo energético y mente a mente. Tratan de llevar a cabo una estrecha interconexión de cuerpos para desencadenar poderosas energías que permitan la absorción de la mente, en el punto de disolución, laya, donde se puede percibir qué está más allá de la forma y el ego.” (R. Calle, 2005)

Finalmente, podemos concluir que cuando individualmente nos abandonamos a la cárcel del ego, perdemos la fé en lo esencial del vínculo. Como Psique, hemos dejado de confiar y hemos encendido la luz para descubrir posteriormente, que aquello que anhelamos es el propio Amor, al genuino Eros, alejado de la dualidad y el binarismo. Este ego anhelante, debe dar un salto de fe hacia el compromiso espiritual de la unión. Romper con sus propias fronteras, descubrirse en luces y sombras, que se reflejan aquel o aquellos con los que decidimos compartir intimidad y biografía. Descubrámonos y entreguémonos en la dicha de tener tan admirables maestros y compañeros de vida.

Laura F. Laguía.

Referencias

Bauman, Z. (2007). *Amor líquido*. Madrid: Fondo de Cultura Económica.

Calle, R. (2005). *Tantra*. Madrid: Ediciones Librería Argentina.

Daniels, M. (2008). *Sombra, yo y espíritu*. Barcelona: Kairós.

Ferrer, J.N. (2018a). *Novogamia: Nuevos formatos sexoafectivos*. Charla ofrecida en Espai TCI, 12 de julio. Barcelona. Acceso el 21 de noviembre de 2018 en: <https://www.youtube.com/watch?v=EThFSfHPKiw>

Ferrer, J.N. (2018b). Más Allá del Sistema de la No/Monogamia: Fluidez, Hibridación y Transcendencia en las Relaciones Íntimas. *Journal of Transpersonal Research*, 10, (en prensa).

Tolle, E. (2006). *Un nuevo mundo, ahora*. [Barcelona]: DeBolsillo.

Wilber, K., Grof, S., & Tart, C. (2007). *Trascender el ego*. Barcelona: Kairós



Rafa Millán, Psicólogo Sanitario y Máster en Filosofía. Periodista con cientos de artículos publicados sobre psicología, filosofía y espiritualidad y colaborador en diferentes programas de radio y televisión. Formado en psicoanálisis (7 años con Luis Cencillo en su fundación), psicología humanista y transpersonal entre otras. Ilusionista profesional. Practica el sufismo desde 2007. Ejercicio clínico continuado desde el 2005. Últimas obras: *Diario de un Cocainómano* (Ed. Temas de Hoy) y *Las Enfermedades Mentales No Existen... Son Los Padres* (Ed. Manustritos). Tiene un canal de *YouTube* sobre Psicología y Espiritualidad con su mujer la doctora *Mardía Herrero* ¡suscríbete!

Relaciones interpersonales y psicología transpersonal

Entrevista a Rafa Millán.

P- ¿Cómo es posible que la fusión espiritual de los primeros años de una relación de pareja, se transforme en disociación absoluta en casi el 70% de los matrimonios (según el IPF, 2015)? ¿Cómo se mueve la sociedad actual, en el plano relacional?

El amor romántico puede (y suele) ser un tipo de neurosis. Si no me gusta mi propio mundo, aspiraré a protagonizar el de otro, a parasitarle emocionalmente para compensar (consciente o inconscientemente) las carencias afectivas que arrastro desde siempre, disolver mi sufrimiento al calor de una pareja idealizada.

Pero es imposible. La etapa rosa de “fusión espiritual” es un espejismo, una burbuja de fantasía que no supera la prueba de la realidad. Como muchas psicopatologías es un truco para no enfrentarme a mis verdaderos problemas: una espesa y romántica cortina de humo.

Comprometerse en una relación es como meditar: antes o después me enfrentará a mis límites y a mis sombras. Y si no lo soporto, tomaré el camino fácil, cambiar de pareja para iniciar un nuevo ciclo de fantasía con otra persona también idealizada. Por eso las parejas duran poco y nuestro compromiso con la meditación también.

No es muy distinto a un niño que imagina que la PS4 va a llenar su vida por completo solo para descubrir que acaba igual de aburrido que siempre. Y entonces piensa, “el problema es la PS4, tal vez me equivoqué y lo que realmente llene mi vida sea la XBOX”.

Entonces buscamos un modelo nuevo de pareja, *faster and smarter*. Como actualizarme del iPhone 4 al 5. Lo que puede ser muy intenso, puede generar maripositas (¡como algunos sienten realmente al comprarse un nuevo móvil!)... Pero que nadie se engañe: eso no es amor.

P- O sea, que nos tratamos como cosas.

Exacto. Conocí un hombre que soñaba que “hacía el amor” con una mujer a la que podía intercambiar la

cabeza como si fuera un juguete. Daba igual qué pareja tuviera, lo importante era su vivencia narcisista. Al final del sueño, ambos -me contaba-eran muñecos de plástico que alguien guardaba en una caja vieja. La metáfora es muy precisa.

La sociedad de consumo, también lo es de consumo emocional. No deja de ser gracioso que a los psicólogos cognitivo-conductuales (a los que yo, cariñosamente, llamo “cocos”) les encanten los “recursos humanos”. Las personas ya no son un fin en sí mismo, sino un medio para otra cosa. Un objeto que puede ser desechado como un juguete roto.

Para compensar, con las cosas ha pasado lo contrario que con las personas, han usurpado el lugar de los “fines”. Si lo que importa es qué coche tengo y no a dónde voy con él (¿a la ópera o a pillar hachís?) estamos en el mundo al revés, lo contrario al sueño de la razón kantiana en el que los demás deberían ser tratados como fines en sí mismos y no como medios para otra cosa.

Hay quien siente un cariño más genuino hacia su teléfono que hacia su pareja. Simon Weil (cito desde Pablo d’Ors) dice que para saber qué es lo que realmente amamos, tenemos que preguntarnos a qué prestamos más atención. Y la mayoría están más atentos a su móvil que a su novio/a. Es lo primero que miran cada mañana y lo último de lo que se despiden cada noche.

Están tranquilos si su pareja está en otro país, pero no si su móvil está en la otra habitación.

Al amor sano es lo contrario, el que no objetaliza, sino que trata al otro como un fin en sí mismo (o, si lo prefieres, como un reflejo de lo Absoluto), por ser quién es y no tanto por sus cualidades, de tal manera que si viene alguien más guapo o más listo, no lo cambiaría, porque no es “él” o “ella”. Eso es compromiso.

P- ¿Cómo se reconoce a la pareja romántico/espiritual versus erótico/psicológica?

A veces lo romántico es lo contrario de lo espiritual. Los hombres, cuando objetalizan, tienden a hacerlo más bien sexualmente, y la mujer emocionalmente. Aunque parezca un poco paradójico, se puede ser un “objeto emocional” y es igual de alienante (o más) que ser un objeto sexual.

Por otra parte, hay quien piensa que aún no ha empezado a “vivir de verdad”. Tiene la fantasía de que cuando al fin consiga algo (normalmente novio) empezará la vida y por fin podrá “descansar”. Como si todo fuera un largo prólogo hasta que “al fin” consigan “eso” que inaugura la realidad.

Por supuesto, como esto es una estupidez, estas mismas personas harán todo lo posible para sabotear su propio éxito y nunca tendrán pareja estable. Prefieren una fantasía irrealizable a una realidad concreta (e insatisfactoria por definición). Y a eso lo llamamos “romanticismo”.

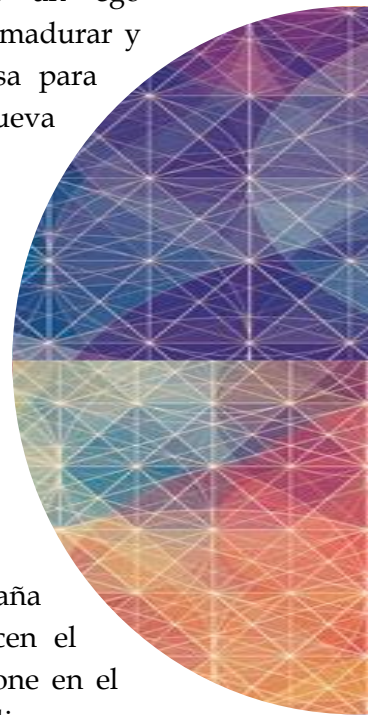
¿No te has dado cuenta de la cantidad de personas súper románticas que se pasan el día fantaseando con parejas que nunca encuentran? ¿Cómo es eso posible? Porque en realidad... ¡no quieren! Prefieren un mundo imaginario y libre de calorías.

Además, hemos perdido la sensibilidad espiritual, la mayor parte de las cosas que creemos muy espirituales en realidad no son más que satisfacciones parciales de un ego infantilizado que no quiere madurar y se agarrará a cualquier cosa para seguir igual, desde una nueva novia a una nueva era.

P- ¿De qué manera podemos concebir la pareja como una forma de crecimiento personal y espiritual?

Una cosa que extraña mucho a los que no conocen el sufismo es el énfasis que pone en el compromiso de pareja. Se dice que es “la mitad del camino espiritual” porque pone en juego todos los elementos de la madurez emocional. Y hasta espiritual: altruismo, compasión, vivencia de unidad más allá de mi ego, etc.

De hecho, para la mayoría de nosotros, occidentales inmaduros, comprometerse de verdad nos puede llevar más lejos que años de meditación. Hay que aguantar y friccionarse con el otro. Yo lo llamo “ciencia fricción”. Es la mejor manera de crecer.



Además, en la relación de pareja, igual que en la meditación, puedo medirme con mi auténtico enemigo: yo mismo. Por raro que pueda sonar, la forma en que te emparejas es una buena medida de tu nivel espiritual.

Es muy difícil crecer en pareja, porque normalmente ambos están muy verdes y se hacen trampas mutuamente. Si soy un neurótico, nunca encontraré una pareja madura que quiera entrar en mi juego trucado, ya que una "naranja entera" huele a la "media naranja" a kilómetros de distancia emocional. Y lo último que quiere (precisamente por su madurez) es perder el tiempo con un niño o niña a medio hacer.

Por desgracia, muchas parejas son "ventajas secundarias", la excusa perfecta para seguir victimando y no asumir responsabilidad ni hacerse cargo de mi vida. ¿Para qué, si ya lo hace otro? Así me libero de un montón de cosas desagradables, como afrontar mi soledad y mi responsabilidad adulta, tolerar el sufrimiento, disciplinarme, etc.

P - ¿Qué papel juega la madurez emocional y el compromiso en el desarrollo de una relación?

Es el alfa y el omega. Si hay madurez emocional, aunque la pareja se rompa, no habrá mucha sangre e


incluso podrá conservarse (pasado un tiempo) una buena amistad.

Pero hoy en día todo, absolutamente todo, en todos los ámbitos, parece estar confabulado para que no maduremos. Madurar ni vende ni tiene buena prensa. El mensaje es: rebélate, haz lo que te dé la gana, sé "libre", toma tus "derechos", compra juguetes (tablets, etc.), distráete con chorradas, consume y, por supuesto, vota.

Madurar implica tomarse la vida como algo épico y heroico, se necesita un sentido fuerte y convicciones serias. Pero eso asusta, por lo que nos conformamos con un sucedáneo, una madurez de carton piedra. Como yo no soy capaz de resolverme a mí mismo, le dejo el lío a mi pareja, a ver si así, mágicamente, se arregla todo por sí mismo... ¡voilà!

P- ¿Qué consecuencias puede tener priorizar el desarrollo espiritual en una relación y viceversa? ¿Dónde crees que reside el equilibrio?

La pareja es una barca en la que los dos van remando. Si tengo la fantasía pop de que "toda mi vida eres tú", me abismo en el otro, me siento en frente, y remamos en círculos como dos tontos. Nos miramos a los ojos y nos perdemos el mundo. Así,



no veremos el tiburón que se acerca o la tormenta que nos amenaza. Y habrá tormentas y tempestades, puedes creerme.

En lugar de eso, hay que arrimar el hombro para remar juntos en dirección al horizonte. Con un sentido y un destino. Sólo así podremos avanzar y amarnos de verdad.

De todas formas y con tu permiso, voy a deconstruir la pregunta, porque ambas cosas, mi desarrollo espiritual y mi relación, deberían correr juntas. Eso es la responsabilidad. Si siento que son excluyentes y que tengo que renunciar a una de las dos es que lo estoy viviendo de forma alienante.

La relación debe ser un estado federal que permita la articulación de dos universos en una unidad mayor. Unidad en la diversidad. Si no, si me siento colonizado o colonizador, algo falla, o en mí o en la pareja (o en ambos).

P- ¿Qué papel juega la sexualidad en todo esto? ¿Cómo podemos cuidar nuestras relaciones sexuales desde un plano espiritual?

En cierto sentido, el sexo es lo más espiritual que hay. Cuando se realiza desde la madurez emocional es el símbolo privilegiado de la unión de los contrarios. Y el orgasmo la experiencia mística. Pero la mayoría se pierde eso porque se ha desacralizado.


Entonces se convierte en una compulsión cuasi freudiana de repetición, de más de lo mismo. Se puede ver en la pornografía, en la que siempre hay que ir más allá, algo un poco más perverso cada vez, si no, ya no satisface, hasta que nos damos cuenta de que tanto porno ha embotado nuestro sentido del amor y la belleza. Ha desgastado el corazón. Comer un postre con demasiada azúcar adormece las papilas gustativas. Y, al final, nada tiene sabor.

P- En tu práctica como psicólogo. ¿Qué problemas son los más comúnmente encontrados actualmente en terapia de pareja?

Sobre todo tres: inmadurez emocional, inmadurez emocional e inmadurez emocional. Aunque cada caso es único, como explico en mi libro. Puedo promocionarme, ¿verdad?

P- (Risas) Claro, adelante.

En mi libro *Las enfermedades mentales no existen... son los padres*, aíslo hasta cuatro tipos de inmadurez diferentes y propongo cuatro "tratamientos" específicos. Y, ya puestos, también hablo de ello en el canal de *YouTube* sobre espiritualidad, psicología y pareja que tengo junto a mí



mujer, la increíble Mardía Herrero, al que te animo a suscribirte :)

P- ¿Cómo se enfocan desde un marco teórico transpersonal?

El marco transpersonal lo cubre todo. Como sabes, soy uno de esos cuatro locos que quiere reintroducir a Dios en una visión científica de lo Real. Por supuesto, Dios, entendido de una manera solvente, epistemológicamente depurado, como el Absoluto o lo Unitario, sin lo cual, en mi opinión, no se puede ni siquiera empezar a pensar. Y que cuando intenta negarse se cuele de rondón, como un incómodo polizón en el sistema (como les pasa a los "cocos").

Hasta que las ciencias humanas no reconozcan esta verdad, seguirán atrapadas en su minoría de edad. Las ciencias sociales no son como las naturales. No hay que especializarse, sino "generalizar", tener una imagen global que no deje fuera ninguna dimensión esencial (y mucho menos, la Esencial). El ser humano no puede despiezarse y cortarse en rodajas para su estudio ni envasarse al vacío de una teoría científica. Eso es matarlo.

Yendo a la pareja, lo transpersonal podría resumirse en la frase "el cielo y la mortaja del cielo

baja", porque desde una perspectiva espiritual no se trata tanto de elegir desde mi ego y luego comprometerme, como puedo elegir un champú o un producto de consumo, sino afinar la sinceridad y el corazón hasta el final.

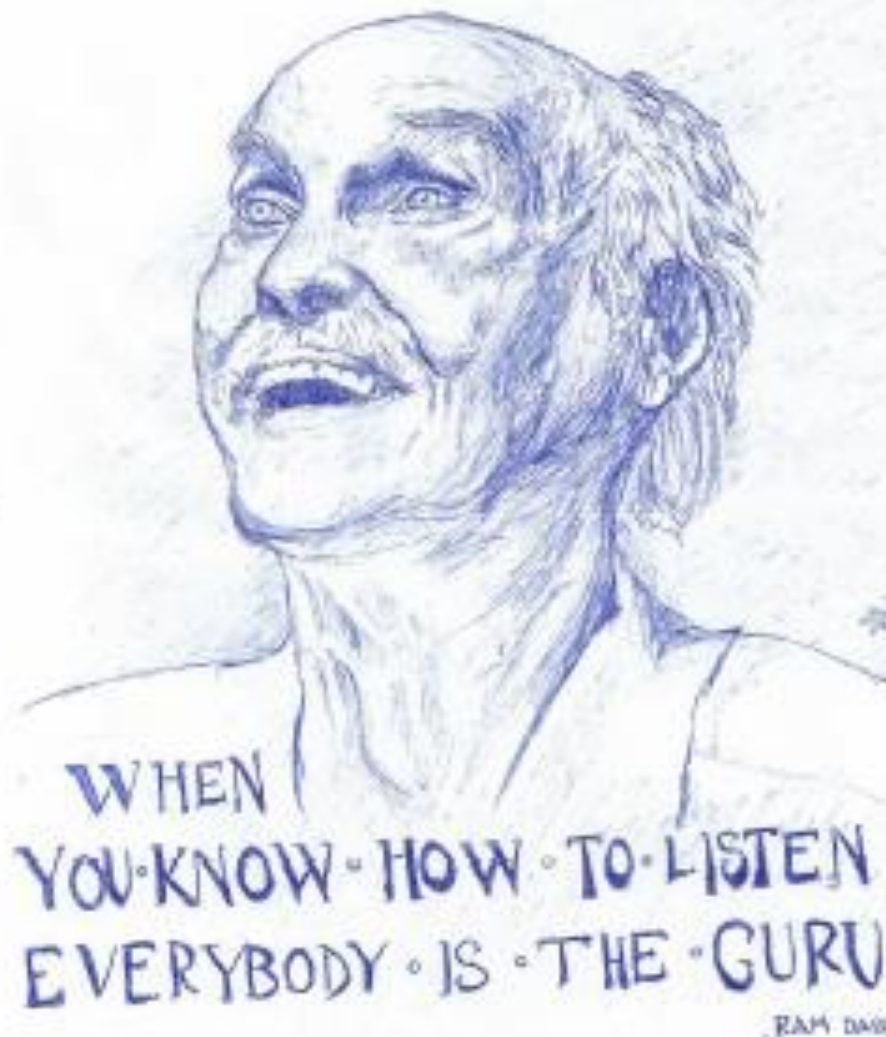
P- ¿Podrías enumerar cinco pautas, a modo de resumen para evitar la disolución de una pareja, cuando llegan los problemas o la falta de pasión/ilusión?

En el sufismo se dice que el divorcio es la peor de las cosas permitidas. Separarse es una pérdida, tienen algo de rendición. Pero a veces perder es ganar. Es obvio que es mejor divorciarse que mantener una pareja infernal. Lo difícil es saber cuándo ha llegado el momento. Y para eso, siguiendo con las metáforas sufíes y su antropología espiritual, hay que diferenciar el "ego" (*nafs*) del "Corazón" (*Qalb*). Es decir, cuándo es un mero capricho infantil o cuándo es realmente lo mejor para mi alma.

Una vez más, la clave es la madurez, pero también la autenticidad y la sinceridad. Para que una pareja funcione (como cualquier otro proceso psicológico) viene bien una ducha fría e implacable de realidad. Asumir que tengo que hacerme cargo de mí mismo y de mis carencias. Entonces podré amar genuinamente sin adherencias infantiles, convertirme en una naranja completa.



Ram Dass



Ram Dass es uno de los maestros espirituales más influyentes de la actualidad. Inicialmente conocido como Richard Alpert fue psicólogo en Harvard y uno de los primeros investigadores del LSD. Es cofundador de Seva, una organización comprometida con el servicio a los pobres y a los ciegos. En 1997 sufre un ictus que le obliga a centrarse de manera casi absoluta en su salud. No obstante aún nos brinda este tipo de regalos

“La muerte es cambio. Otro más. Otro más. Si estás identificado con tu alma, la muerte es solo un chasquido. El alma es nacimiento, muerte, nacimiento, muerte, nacimiento, muerte.”

“Me doy cuenta de que es presuntuoso levantarse y hablar de la muerte como si la conociera. (...) Me ha pasado algo como consecuencia de mis divagaciones en la esfera de la

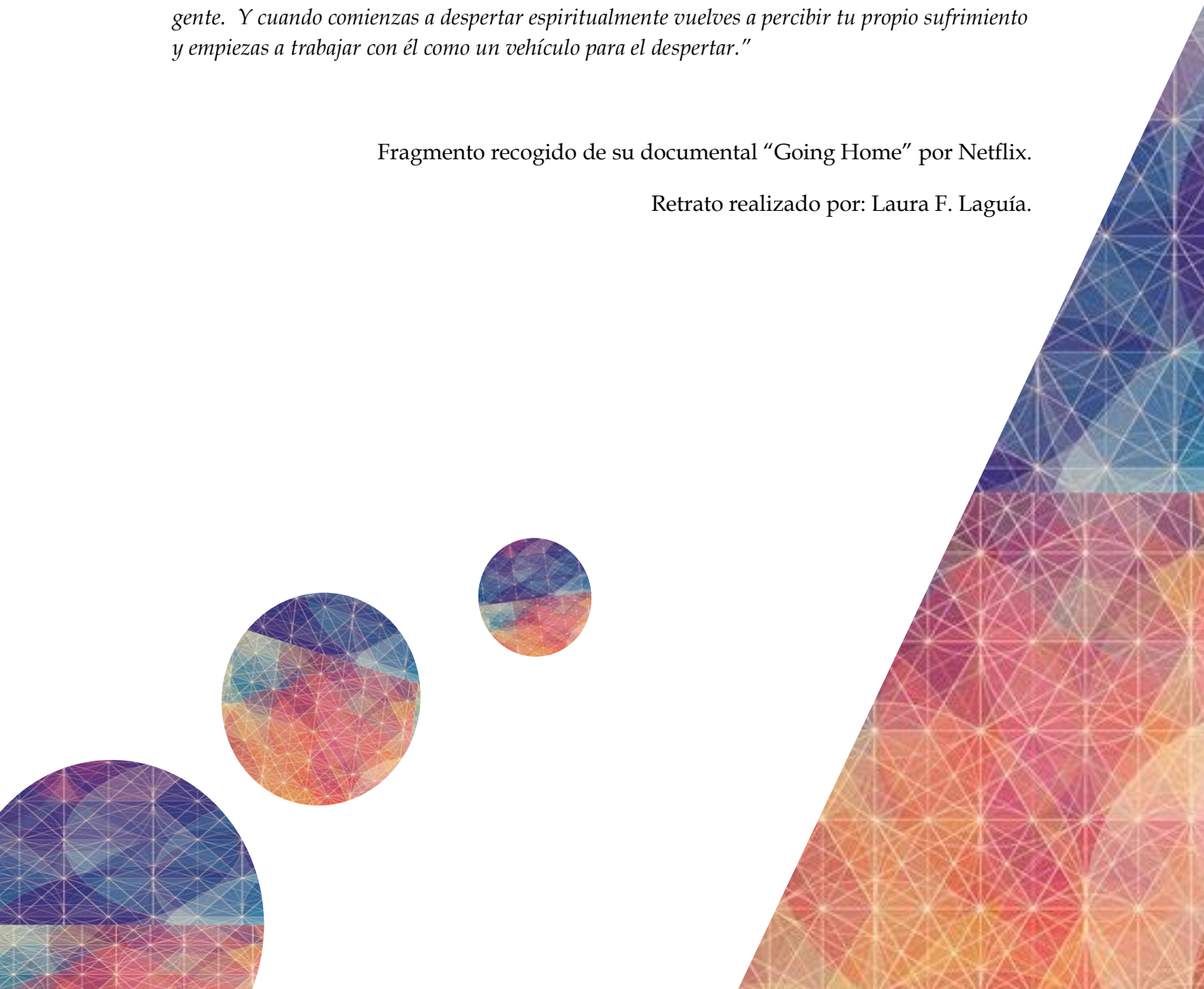
conciencia durante los últimos treinta años: ha cambiado mi actitud hacia la muerte. Mucho del miedo que generó la muerte y que condujo al rechazo ha desaparecido para mí. No debe tratarse a la muerte como enemiga para deleitarse uno en la vida. Tener la muerte presente en tu conciencia, como uno de los grandes misterios y el momento increíble de la transformación, le infunde una riqueza añadida y de una energía que de otra forma se consume en el rechazo. La muerte no es un error o un fracaso. Es como quitarse un zapato que aprieta.

Soy una de esas personas extrañas que se deleitan y disfrutan estando con gente moribunda, porque se que tendré la oportunidad de estar en presencia de la verdad. Así que cuando me siento con alguien, lo primero que tengo que hacer es abrirme a todas mis reacciones ante su situación. A todo el dolor. A la pena por la muerte de otro.

Y cuando se sienten oídos en la pena, podemos empezar a conocernos más allá de la emoción. Y me enfrento a la paradoja de que yo, como humano, con un corazón emotivo, quiero librarte del sufrimiento. En el mismo momento hay otra parte de mi que comprende que el sufrimiento es una bendición, que es la lija desde el punto de vista espiritual, que despierta en la gente. Y cuando comienzas a despertar espiritualmente vuelves a percibir tu propio sufrimiento y empiezas a trabajar con él como un vehículo para el despertar.”

Fragmento recogido de su documental “Going Home” por Netflix.

Retrato realizado por: Laura F. Laguía.



Maite Pardo Sol

Pedagoga, psicoterapeuta transpersonal y counselor. Coordinadora Internacional de Pneuma Institute, ofrece la formación en Pneuma Transpersonal Training en Europa y América y es especialista en trabajo con los sueños. Mediadora Intercultural y facilitadora de procesos de grupo. Investiga el antiguo conocimiento de las tradiciones y escuelas filosóficas para aplicarlo al campo de la psicoterapia y el desarrollo personal. Coordina el Proyecto Inkari para la conservación de la cultura Q'eros de Perú. Es mentora de Danzas de Paz Universal y ha trabajado activamente promoviendo una Cultura de Paz a través del diálogo interreligioso en la península ibérica. Es miembro de Etpa y Eurotas.



Estados ampliados de conciencia: Respiración Pneuma y Psicoterapia

Maite Pardo Sol

Resumen:

La Respiración Pneuma es una poderosa técnica experiencial creada por el psicólogo transpersonal Juan Ruiz Naupari. Su objetivo es la ampliación de la conciencia, no sólo durante la práctica en sí, sino que también se ofrece como una herramienta a través de la cual integrar esa conciencia más amplia y abarcante en la vida cotidiana para alcanzar cada vez niveles más altos de bienestar y desarrollo pleno de forma permanente. En este artículo, además de describir la técnica en sí y su origen, expondremos en síntesis algunos de los elementos claves que hacen posible que, a

través de una práctica continuada de la Respiración Pneuma y un trabajo interior enfocado, sea posible abandonar los patrones mentales y emocionales de sufrimiento, frustración y confusión e integrar modelos de armonía, equilibrio y bienestar.

Abstract:

Pneuma Breathwork is a powerful experiential technique created by transpersonal psychologist Juan Ruiz Naupari. Its purpose is to achieve consciousness amplification, not only during the practice itself: it is also a tool that enables us to incorporate our amplified, more integrative consciousness in our everyday lives to reach permanent higher levels of wellbeing and personal growth. Apart from describing the technique and its origin, this article summerises some key elements that allow us to give up mental and emotional patterns that lead to suffering, frustration and confusion and to integrate models of harmony, balance and wellbeing through the continuous practice of Pneuma Breathwork and focused inner work.

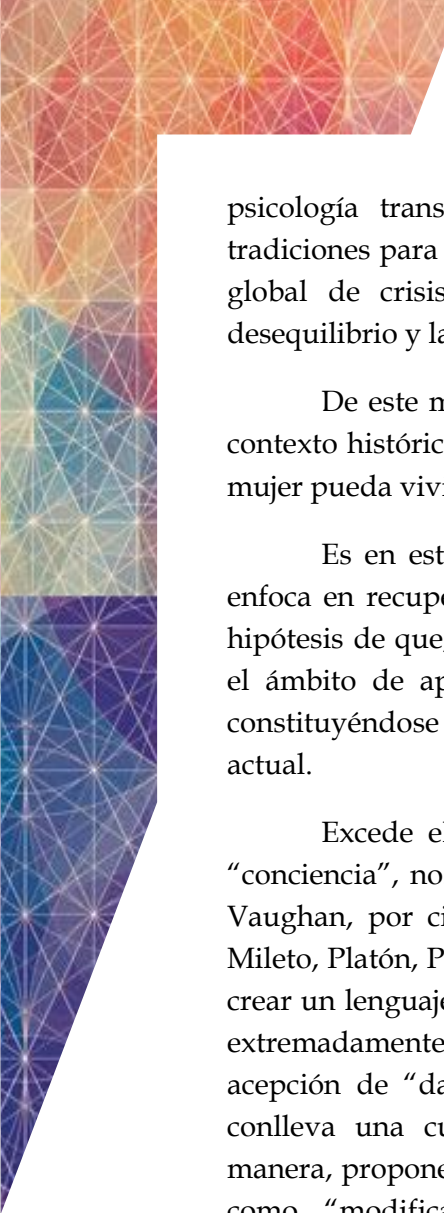
Palabras clave: Respiración, psicología transpersonal, experiencia transpersonal, conciencia

*"Y ¿cómo podrá uno alcanzar la Belleza, si no la ve?
-En realidad, si uno ve la Belleza como distinta de sí mismo,
es que todavía no ha alcanzado la Belleza,
mientras que si se transforma en Belleza,
entonces sí que la alcanza mejor que de ningún otro modo".
(Plotino)*

La Conciencia y su ampliación

Las experiencias en Estados Ampliados de Conciencia se han considerado desde la antigüedad una de las técnicas más poderosas para la transformación profunda del ser humano y la trascendencia de estados de sufrimiento. Han sido utilizadas con un propósito terapéutico en tradiciones tan lejanas en el espacio y en el tiempo como el hinduismo, las culturas chamánicas de ambos hemisferios, los cultos místicos griegos o el budismo, tal como muestran las investigaciones de . La





psicología transpersonal ha recogido sabiamente el testigo de estas culturas y tradiciones para proponer al ser humano de hoy en día una puerta de salida al estado global de crisis existencial, pérdida de sentido de la vida y proliferación del desequilibrio y la patología, es decir, del sufrimiento.

De este modo, las prácticas antiguas se han actualizado y rediseñado según el contexto histórico y cultural actual y ofrecen una opción real para que el hombre y la mujer pueda vivir una vida más plena, auténtica y libre en pleno siglo XXI.

Es en este contexto donde surge la Psicología Transpersonal Pneuma que se enfoca en recuperar los mapas transpersonales de las tradiciones espirituales, con la hipótesis de que, el conocimiento y experimentación de éstos puede ampliar aún más el ámbito de aplicación de los estados ampliados de conciencia y su efectividad, constituyéndose como una alternativa a la falta de sentido y orientación en la sociedad actual.

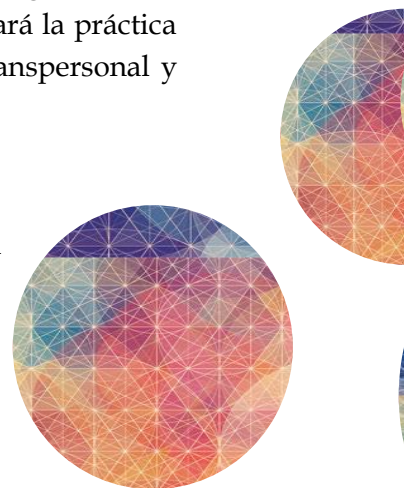
Excede el propósito de este trabajo hacer un estudio detallado del término “conciencia”, nos remitimos para ello a autores como Wilber, Ey, Walsh, Krippner o Vaughan, por citar solo algunos, así como a otros autores clásicos como Tales de Mileto, Platón, Plotino, Anaxímenes, Aristóteles o los pitagóricos. Con el propósito de crear un lenguaje común básico para este artículo, y aún a riesgo de hacer una síntesis extremadamente reduccionista, basta decir aquí que tomamos “conciencia” en su acepción de “darse cuenta”, y este darse cuenta desde la perspectiva de Pneuma conlleva una cualidad de percepción, discernimiento y comprensión. De esta manera, proponemos el uso de “ampliación de la conciencia” diferenciándolo de otros como “modificación” o “alteración” que, a nuestro entender, no definirían suficientemente hacia donde nos dirigimos con la práctica, ya que estados alterados de la conciencia podrían ser también un estado psicótico o una crisis de ansiedad, por ejemplo, sin embargo, de ninguna manera tendrían los mismos efectos terapéuticos que el contacto y la percepción con la realidad objetiva descrita por las tradiciones y escuelas filosóficas y recogida por la Filosofía Perenne.

Algunas claves de la Psicología Pneuma

Desde este punto de partida, y antes de describir la práctica en sí, reflexionaremos juntos sobre algunos conceptos esenciales del paradigma de la psicología Pneuma, que son el marco de referencia en el que se desarrollará la práctica y que aportan claves esenciales para la integración de la experiencia transpersonal y que esta pueda desarrollar todo su potencial sanado

El concepto de ser humano:

Una de las claves para orientarse en la experiencia transpersonal es la revisión del concepto del ser humano según el modelo que proponen las tradiciones espirituales, un ser humano formado por



cuerpo, alma y espíritu. Citando textualmente a Ruiz Naupari: *“Lo que esta mas allá de la persona es el Espíritu. El ser humano tiene una dimensión sagrada que ha sido señalada por todas las tradiciones. Más allá del cuerpo físico del ser humano esta su alma que contiene una dimensión espiritual. Entonces, ¿cuál es el principio básico del ser humano? El ser humano es espíritu. No es alma, no es cuerpo. Los seres humanos somos un espíritu envuelto en un alma y un cuerpo experimentando esta realidad humana”*.

El trabajo interior: el viaje del héroe.

Los mitos de la creación de las diferentes culturas indican un estado paradisiaco, de no fragmentación, de unidad que se relaciona con el espíritu, ese elemento eterno e indefinible del ser humano, y cómo se produjo la fragmentación, la separación y con ella, la aparición del sufrimiento. De tal forma que, el mensaje de las diversas tradiciones, en su origen, sería recordar ese estado de conciencia unitaria, y señalar que es posible el retorno a la unidad. Igualmente, cada una de las tradiciones ha propuesto un modelo del ser humano plenamente consciente, un arquetipo o ideal universal, que muestra la posibilidad de que todo hombre y mujer retorne a un estado de felicidad suprema (unidad, belleza, armonía, bondad) a través del desarrollo de una ética viva entendida como expresión de valores y virtudes y con niveles cada vez más altos de compasión o amor.

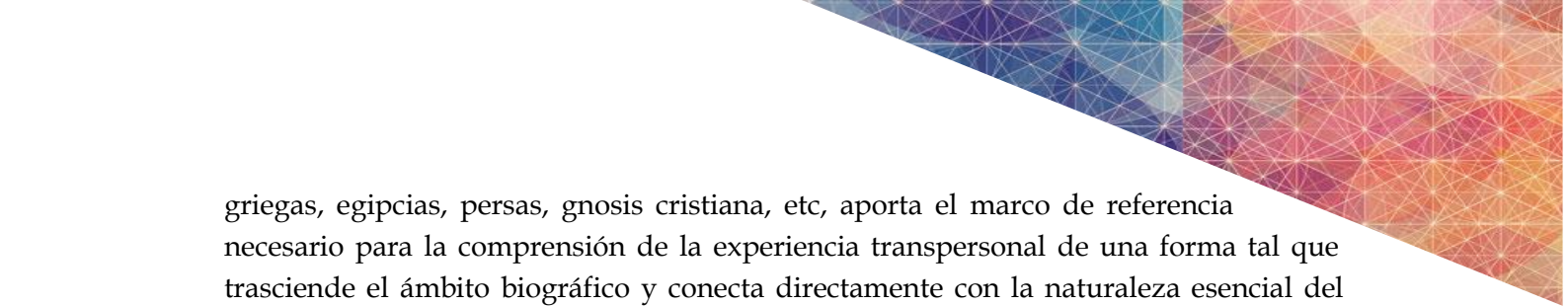
La idea clave tras este concepto es que salir de la rueda del sufrimiento y la patología requiere voluntad, esfuerzo y disciplina. Elementos clave para desarrollar todo el potencial de los estados ampliados de conciencia, para que el viaje interno no se convierta en evasión de la vida cotidiana o, lo que puede ser aún peor, amplificación o recreación del trauma y de las proyecciones ilusorias que mantienen o potencian un estado psicológico de fragmentación y fragilidad.

El conocimiento de sí mismo:

Según Ruiz Naupari, podríamos describir este conocimiento de sí mismo como una experimentación directa de todas las áreas que componen al ser humano: física, energética, emocional, mental y espiritual para, volviendo al concepto de conciencia, darse cuenta del contenido de la psique: qué es lo que produce y mantiene el sufrimiento, y qué es lo que produce y mantiene la felicidad. Desde este “darse cuenta” es posible recuperar la capacidad de decisión y libre elección de los contenidos de la mente, la emoción y la acción cotidiana, elección que se realiza siempre desde esta “epifanía” de la que hablaban los cultos místicos o “visión desde la altura”; una ampliación de la conciencia que necesariamente implica tomar en cuenta el elemento espiritual para que sea completa. Es desde aquí que sería posible la sanación definitiva de las heridas del alma.

Los mapas de lo real

Un estudio comparativo de la cartografía de lo real que proponen las más diversas tradiciones y filosofías: judaísmo, sufismo, chamanismos, escuelas filosóficas



griegas, egipcias, persas, gnosis cristiana, etc, aporta el marco de referencia necesario para la comprensión de la experiencia transpersonal de una forma tal que trasciende el ámbito biográfico y conecta directamente con la naturaleza esencial del ser humano; familiarizarnos con estos mapas, sus descripciones y su lenguaje, ampliará exponencialmente las puertas de la experiencia, así como también ayudará a dar nombre y expresión a lo experimentado. De nuevo excede el propósito de este trabajo describir extensamente cada uno de estos mapas, para lo cual recomendamos el estudio de los libros sagrados y mitos de cada una de las tradiciones en su versión más antigua posible y buscando las traducciones más fidedignas que se puedan encontrar.

Elementos de la Respiración Pneuma


Es en este modelo donde se integra una práctica puramente experiencial, abierta, dinámica, no adscrita a ninguna tradición en particular, pero que honra y valora la sabiduría de cada una de ellas e incorpora el elemento clave de la sacralidad a la vida y a la práctica misma de la Respiración, tendiendo así un puente entre lo visible-consciente y lo invisible-inconsciente, un puente que es posible cruzar respiración tras respiración. Tras esto, pasamos a señalar los factores que intervienen en la práctica misma de esta técnica de ampliación de la conciencia:

Intención:

Uno de los elementos claves, difícil de definir y a la vez imprescindible. Podríamos decir que en las tradiciones chamánicas la intención con que se realiza es una clave imprescindible para el éxito de cualquier técnica de sanación, lo mismo podemos aplicar a las prácticas transpersonales. En la Respiración Pneuma, la intención es situarse, progresivamente en un nivel de conciencia superior, “darse cuenta” de más o hacer consciente lo inconsciente, para poder traerlo a la conciencia ordinaria como una semilla de transformación real y permanente.

Atención:

El estado interior de observación o presencia es necesario para que haya “conciencia”, más aún para que ésta se amplíe. Un estado de vigilancia relajada y fluida, sin expectativas, que engloba tanto las áreas mentales y emocionales, como físicas, energéticas y espirituales y que percibe sin interpretar, sin apegarse al objeto de percepción, sin identificarse con los estados internos, sin pretender dirigir la experiencia. Este estado es imprescindible para moverse con equilibrio en los ámbitos de lo transpersonal y para que la experiencia sea realmente rica en contenidos que puedan tener un efecto sanador o transformador.



Música:

De nuevo hemos de revisar los conceptos de autores clásicos como los pitagóricos Filolao y Plinio el Viejo, o Platón, Kepler, Boecio o Maier, por citar algunos, para valorar como la música (cuyo significado se relaciona con la acción de las Musas) puede ser el vehículo y la llave para descubrir espacios transpersonales. El set de música de Respiración Pneuma se compone de diversidad de piezas musicales de los más diversos autores, siempre teniendo presente esta cualidad de “ampliación” de la conciencia, y no sólo alteración o modificación y los conceptos de armonía y belleza del mundo clásico.

Respiración:

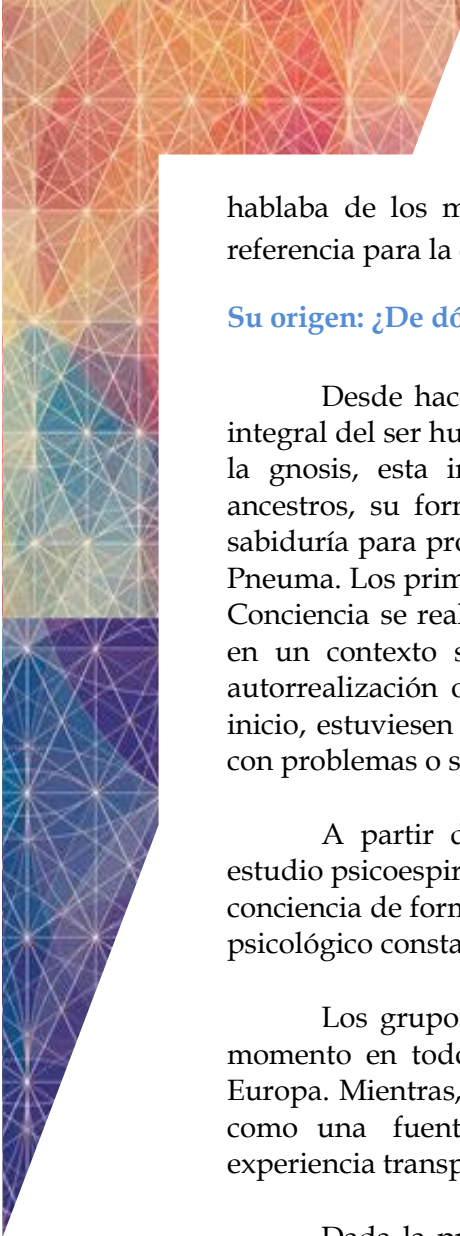
La respiración sostenida durante un periodo largo de tiempo, permitiendo fluir el ritmo, la intensidad y la profundidad durante la práctica es otro de los factores esenciales de esta técnica. Sin embargo, al hablar del tipo de respiración recomendado, podríamos decir que es una técnica de respiración sin técnica definida, pero centrada en el elemento sutil de la misma; recordando que en diversas tradiciones como el cristianismo, el islam y las escuelas filosóficas presocráticas se utiliza un mismo término para respiración, aliento y fuerza vital y es a través de la respiración como es posible la participación en lo divino-espiritual, que es enunciado por Anaxímenes y los pitagóricos como Pneuma cósmico, origen de toda vida y pensamiento.

Oración:

Podríamos decir que es la herramienta transpersonal por excelencia, y que sin embargo, la psicología actual quizá no se atreve aún a incorporar con claridad. Daremos aquí una definición sencilla de la oración como la relación directa con los ámbitos de lo transpersonal. La oración supone la aceptación plena de lo invisible para la percepción, llamémoslo arquetipos, energías, conciencias o fuerzas, y la integración de la realidad ordinaria con la transpersonal en un diálogo mutuo. Cada tradición ha descrito estos ámbitos de una forma diferente, con diferentes nombres y apariencias, pero en todas ellas se establece la posibilidad de establecer una relación individual que tiene un efecto en las circunstancias de la vida cotidiana. En la experiencia transpersonal, esta herramienta se traduce en la posibilidad de solicitar, preguntar, exponer, escuchar y recibir guía, orientación, comprensión, visión, provenientes de una realidad que trasciende las capacidades meramente humanas.

Integración:

Imprescindible elemento, sin el cual, la experiencia no sería más que una evasión de la realidad. Diferentes técnicas como la palabra, el dibujo de mandalas, el movimiento, hacen posible encontrar la aplicación práctica de lo vivido durante el viaje interior con lo cotidiano. Nos remitimos en este apartado a leer el capítulo anterior en que se



hablaba de los mapas de lo real y el trabajo interior, para encontrar el marco de referencia para la comprensión de la experiencia transpersonal.

Su origen: ¿De dónde surge?

Desde hace 35 años, Juan Ruiz Naupari, investiga la propuesta de desarrollo integral del ser humano en antiguas tradiciones tales como el hinduismo, el budismo y la gnosis, esta investigación, junto con la educación chamánica recibida de sus ancestros, su formación como psicólogo y la participación en diversas escuelas de sabiduría para profundizar en dicho conocimiento, ha sido el origen de la Respiración Pneuma. Los primeros pasos en la investigación del efecto de los Estados ampliados de Conciencia se realizan desde este marco de referencia utilizando las plantas del alma en un contexto sagrado y siempre con el propósito de abrir el camino hacia la autorrealización o iluminación. Esto hizo que los grupos de investigación, desde el inicio, estuviesen formados por personas con una motivación transpersonal, más que con problemas o sintomatología psicológica y psiquiátrica.

A partir de esta investigación se desarrollaron los primeros programas de estudio psicoespiritual o transpersonal siempre con la posibilidad de la expansión de la conciencia de forma controlada, con una intención clara antes mencionada y con apoyo psicológico constante a través de consultas individuales y grupales.

Los grupos de experimentación se difundieron en forma constante desde ese momento en todo el mundo: Perú, México, Estados Unidos y diferentes países de Europa. Mientras, la investigación en las tradiciones continuó y, aún hoy, se mantiene como una fuente permanente de las claves que permiten la integración de la experiencia transpersonal.

Dada la problemática legal asociada al uso de plantas sagradas y a que, para muchas personas su uso constituye una barrera psicológica insalvable por no ser parte de su cultura, Juan Ruiz Naupari investigó la respiración como una forma también ancestral para acceder a la ampliación de la conciencia; surgió así la Respiración Pneuma, como una práctica segura, sencilla y al alcance de todo el mundo, independientemente de sus creencias, cultura y tradiciones, pero que mantiene su conexión con una visión sagrada del ser humano y de su potencial oculto de transformación e iluminación que va mucho más allá de los límites de lo puramente terapéutico.

¿Y después de la psicoterapia con Respiración Pneuma?


Tras la eliminación de los síntomas, del sufrimiento existencial y de la adquisición de las habilidades básicas de gestión mental y emocional, del desarrollo de una ética y virtudes que permiten vivir una existencia en armonía y equilibrio independiente de las circunstancias externas; la psicología transpersonal Pneuma de Juan Ruiz Naupari propone seguir adelante en el proceso de desarrollo humano siguiendo el modelo arquetípico de las antiguas tradiciones. De tal forma que, podríamos decir que el fin último de la experiencia transpersonal con Respiración Pneuma sería llegar al recuerdo o remembranza de esta naturaleza esencial eterna del ser humano antes mencionada, para así poder integrarla en lo cotidiano. Estaríamos

hablando por tanto, no sólo de tener experiencias en estados ampliados de conciencia, si no de instalarse progresivamente en niveles de conciencia más amplios que permitan seguir las huellas de la divinidad inmanente y trascendente que la filosofía perenne señala y que autores como Maslow definen con el término de autorrealización.

El propósito sería entonces, no sólo eliminar o trascender los síntomas o la patología, si no continuar permanentemente la investigación en un proceso de autoconocimiento de uno mismo, uno de los objetivos más apasionantes e inabarcables de la existencia pues como bien decía Jung: “Nadie puede decir donde termina el ser humano”.



BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA Y REFERENCIAS:



Tao Te King. Lao Tse. Ed. Tecnos, 2004.

Bahgavad Gita. Edit. Fundación Hastinapura,

El dhammapada. Edit. Fundación Hastinapura, 2004.

Burkert, Walter. Cultos místicos antiguos. Madrid, Editorial Trotta. 2005.

Campbell, Joseph. El héroe de las mil caras. México: Fondo de Cultura Económica. 2001.

De Palma, Daniel (edición y traducción): Upanishads (con prólogo de Raimon Panikkar) Madrid, Siruela, 2001

Diógenes Laercio. Vidas, opiniones y sentencias de los filósofos más ilustres. Omega. 2003.

Ey, H. La conciencia, Madrid: Ed. Gredos. 1963.

Hernandez de la Fuente, D. Vidas de Pitágoras. Girona, Atalanta. 2014.

Huxley, A. La filosofía perenne, Barcelona: Edhasa. 2010.

Jung, Carl Gustav. El libro rojo. Ed. El hilo de Ariadna, 2010.

Jaeger, Werner. La teología de los primeros filósofos griegos. México, Fondo de Cultura Económica. 2013.

Krippner, S. Estados alterados de conciencia.

Maslow, Abraham. El hombre autorrealizado: Hacia una psicología del ser. Barcelona: Editorial Kairós.

Plotino. Enéadas. Madrid. Ed. Gredos. 1985.


Ruiz Naupari, Juan. Desarrollo Humano y Respiración Pneuma. Curso dictado en México, 2001.

Ruiz Naupari, Juan. Arte de Vivir. Curso dictado en España 2007.

Vaughan, F. El arco interno: curación y totalidad en

psicoterapia, Barcelona: Kairós. 2008.

Wilber, K. Psicología integral, Barcelona: Kairós. 1994.



<<... Años después la profundidad de mis entradas en esos mundos, con mis amigos indígenas y el mundo del Zen, puso una luz en mi vida personal y profesional... >>

Manuel Almendro. "El Laberinto de la Ayahuasca (2018). Ed. Kairos."

Un libro interesante y crítico donde el Dr. Manuel Almendro expresa el gran respeto por el *Mundo Indígena* y por la forma que tiene de entender la enfermedad y la curación, a partir de su cosmovisión y de cómo es entendida la vida y la muerte. Constituye, por tanto, *un legado* donde se da la transmisión del profundo conocimiento adquirido por el autor fruto de sus investigaciones de campo en primera persona en torno a las Medicinas Tradicionales Indígenas (MTI), a veces mal llamada chamánica como el propio autor aclara, a lo largo de casi cuatro décadas *de convivencia e investigación científica con curanderos, chamanes de la selva amazónica peruana y la sierra mazateca mexicana.*

El Dr. Manuel Almendro realiza un abordaje serio, riguroso y respetuoso *del mundo de las MTI partiendo del marco contextual socio-cultural, histórico y antropológico que las contienen*, antes de abordar los elementos y los procedimientos que constituyen dicha medicina. Recoge las investigaciones y aproximaciones más relevantes llevadas a cabo en el mundo occidental, por distintos autores y desde distintos ámbitos y plantear reflexiones, propuestas y retos de cara a rescatar "*hacer de puente*", tratando de integrar aspectos de ese conocimiento milenario en la forma de hacer y de entender la psicología y la psicoterapia desde la ciencia occidental, más acorde con las demandas de este tercer milenio en el que nos encontramos.

El título del libro no está exento de polémica nombrando el término de una sustancia oficialmente prohibida en muchos países que está generando controversia y noticias frecuentes en las páginas de sucesos de todo el mundo. Cabría preguntarse incluso por qué razones un doctor en psicología con toda una vida de práctica clínica a sus espaldas se involucra en publicar algo tan potencialmente arriesgado. Transmite la sensación de reclamo, de un llamamiento de urgencia acerca de algo susceptible de ser confundido que necesite una aclaración en profundidad y con toda la propiedad de quien realmente lo conoce. Actualmente el término "ayahuasca" estaría contaminado y degradado por el gran público que todo lo *macdonaliza*(expresión del autor), y lo que hace el Dr. Almendro es sobre todo una labor de esclarecimiento, no exento de advertencia, desbrozando todo ese entramado laberíntico que rodea el fenómeno en cuestión.

No obstante, ello es tan sólo una excusa para tirar de un hilo muy largo, el que pertenece a la madeja de las medicinas tradicionales indígenas (MTI) y el conocimiento

que subyace en ellas más allá de sus valiosas propiedades farmacológicas, algo que las sobrepasa y que se relaciona con las insondables inquietudes de la humanidad.

Bajo estas premisas basadas en la forma primigenia de entender el mundo, el autor señala puntos convergentes dentro de una cartografía planetaria del conocimiento profundo de diferentes tradiciones, mapas que se aproximan al mundo sin formas del *silencio*, a veces del caos y de *lo real*, libre de influencias y en estrecha relación con la esencia de lo que conocemos como meditación, con la *mirada interna*, hoy relacionado con el tan de modamindfulness y con los Estados Expandidos de Consciencia como puerta de acceso al inconsciente, con un enorme potencial terapéutico.

Y es que la obra habla de ayahuasca pero como se ha apuntado más arriba, incide sobre las MTI que también se dan fuera de la Amazonía, como por ejemplo en las montañas del sur de México o en los desiertos norteamericanos, otorgando a las mismas el valor de ser uno de los más preciados bienes de este planeta a los que el ser humano puede tener acceso. Queda claro en la obra que es un bien no reconocido por occidente por mera soberbia y desconocimiento, con todo el peligro que ello puede conllevar. Ello explicaría la necesidad del llamativo reclamo, ya mencionado anteriormente.

Así pues, es recogida una visión compleja de la sociedad indígena y mestiza cambiante e influenciada por occidente, ya contaminada sistémicamente en su origen y en pleno proceso de aculturización, quedando recorrida, pateada y vivida en plenitud por el autor como marco previo indispensable antes de penetrar en la densidad del meollo central de la obra. Sirve además para resituar la imagen del indígena derribando falsos mitos desde el respeto, alejando el estereotipo del sujeto primitivo intelectualmente atrasado respecto a la mente occidental y a gran distancia también de romanticismos ingenuos rousseauianos, pues se encuentra con la coexistencia del indígena consciente e integrado en un pueblo efervescente en transición y con el estafador *malero* corrompido por la avaricia ante las nuevas y crecientes oportunidades *gringas*, ambos sobreviviendo en medio de un común tapiz social tan colorido como precario. Por ello la obra ofrece contenidos de denuncia del espolio ecológico, cultural y social cometido a estos pueblos, conviviendo con otros de advertencia a quienes osen aventurarse en un mundo como agente peligroso no exento de violencia y crímenes cruentos, exponiendo una realidad repleta de matices y de posibles lecturas.

Se trata pues de un relato vivo, vivido, apasionado y transmisor, un alegato en el sentido de llamamiento a occidente de que aquel mundo, desconocido y denominado como primitivo, ha estado guardando en la profundidad y majestuosidad de sus selvas, de sus desiertos y de sus sierras, valiosas claves acerca de los anhelos e interrogantes de la humanidad. Esto último estaría asociado a la búsqueda universal del sentido de la vida, mensaje ulterior y motor que subyace en toda la obra, esabúsqueda *primigenia implícita en el Ser Humano* que surgiría de la necesidad de dar explicación a lo inexplicable y de hacer frente a las adversidades de un mundo hostil y

peligroso (fuerzas de la Naturaleza, situaciones límite, enfermedad, muerte), donde las crisis podrían contemplarse como motor evolutivo.

De esta forma se enlaza con el planteamiento de que la crisis de nuestros días responde a la búsqueda de un saber vital de transformación, una necesidad generalizada en las personas de llenar un “vacío interior” alimentado por un “sin sentido de la vida” al que acompaña una especie de angustia existencial. El autor advierte del peligro de querer entrar en esta búsqueda sin una preparación adecuada y sin una comprensión de lo que se vivencie en la experiencia para poder comprenderlo y como uno puede quedarse atrapado en los mundos de las adicciones.


La exposición, -a veces con tintes autobiográficos, otras con enfoques antropológicos y siempre desde la observación participante-, albergaría así un sentido de revelación de conocimiento, a menudo contenida, tras descifrar un universo extraño y desconocido durante un proceso de dedicación vital alimentado por la importancia y la profundidad del encuentro y sus hallazgos. Revelaciones y llamamientos que son considerados necesarios, incluso urgentes, debido a la naturaleza de la propia crisis colectiva y planetaria que conduce a la búsqueda globalizada y desesperada ante el destructivo panorama propiciado por un agonizante modelo occidental caducado, sugiriendo tal vez que éste tan sólo sería una rama evolutiva agotada y sin salida. De ahí se destila otra necesidad, la de rescatar el sentido cósmico de la existencia y una aproximación inevitable no sólo a los conceptos de muerte y sus derivados entrópicos, sino también a los enigmas indefinibles e insondables más allá de estas coordenadas. Y todo ello se relata entre líneas o en ocasiones de forma explícita, recorriendo variopintos vericuetos y eludiendo los barrocos alardes psiconáuticos, sin perder nunca el norte pragmático para no caer en el gran riesgo de extraviarse por alguna trocha de ese laberinto anunciado en el título. Pues habría durante toda la obra una hipotética pregunta soterradamente mantenida: “¿y todo esto para qué?”, que además de ser pieza clave en el guión y guía misma de la trama trataría de hilvanar las puntadas de los hallazgos en aquel universo lejano y remoto con sus correspondientes aplicaciones y aportes prácticos y útiles para occidente, en un trasvase complicado dados los desquiciados derroteros epistemológicos de éste último, mediante una compleja labor de integración entre ambos conocimientos. Como si de un holograma fractálico se tratara, el planeta con ambos hemisferios cerebrales en proceso de intercambio, de confluencia y de fusión se hallaría en un proceso envolvente entre el conocimiento milenario profundo y la ciencia.

De esta manera el autor nos va remitiendo a la necesidad de integración de este conocimiento a través de las posibilidades que nos brinda la investigación y la ciencia, abogando por un imperativo de apertura en el corazón paradigmático de ésta última



desde nuevos prismas que incluyan la primera y tercera personas en favor de la inclusión del valor de la vivencia, dando a entender algo tan paradójico como que la búsqueda de la verdad objetiva pasa por la inclusión de la subjetividad. Es en este punto donde da cuenta del trabajo investigativo y clínico realizado en el centro Oxígeme que él mismo dirige, donde sin desdeñar conocimiento valioso previo o actual, éste se ha ido integrando sabiamente en un proceso de varias décadas en favor de la *curación* integral del ser humano.

Tal materialización de esa integración entre el conocimiento antiguo y la psicología cobra forma concreta a través del Proceso Oxígeme, una Psicología Científica Aplicada a los Estados Expandidos de Consciencia, como forma de expresión del profundo respeto a esta sabiduría ancestral. Este proceso psicoterapéutico desarrollado por él, se sustenta no solo en dichas investigaciones de campo sobre las MTI sino también en su experiencia clínica en el campo de la psicología y la psicoterapia a lo largo de más de tres décadas, así como en el campo de la meditación y el Budismo Zen.



Javier Rodríguez, "El haber escogido Psicología como carrera ha sido, sin duda, una de las elecciones más acertadas en mi vida. Aunque cursé mis estudios de Psicología en la Universidad de Santiago de Compostela no fue hasta que conocí al Dr. Almendro y Oxígeme cuando encontré una forma de entender y de hacer psicología que abordaba lo "patológico" con una óptica más allá de los simples síntomas, más profunda y acorde a mi forma de entender al ser humano y lo que las crisis representan en la vida. La Psicología es mi vocación y mi pasión".

"La Psicología es mi vocación y mi pasión en la vida".



Marcos Redondo, soy terapeuta desde hace unos 10 años, actividad profesional que desempeño en mi consulta en Andalucía y que va de la mano de mi propio proceso personal. Este último produjo un gran impacto, apertura y transformación, resituando mi camino personal y vocacional hacia la ayuda al prójimo, por lo que estudié psicología, realicé un máster en psicoterapia y la formación en Oxígeme. Asimismo continuo mi andadura personal con la ayuda del Dr. Almendro y las incursiones en las MTI, algo que me nutre en profundidad personal y profesionalmente.



Sevilla, Héctor (2018). *Espiritualidad Filosófica. El paradigma de la vacuidad en Nāgārjuna, Śaṅkara y Nishitani*. Barcelona: Kairós.

Lo relativo a la espiritualidad usualmente es asociado a religiosidad. El libro *Espiritualidad Filosófica*, escrito por Héctor Sevilla y publicado por editorial Kairós, no comparte esa opinión; de hecho, el texto coadyuva para que sean conocidas otras posibilidades. Si bien la experiencia religiosa puede ser espiritual, no toda intención espiritual debe ser sometida a los estándares de la religiosidad.

En todo caso, es la mística, entendida como el conjunto de actividades y perspectivas desde las cuales se busca lograr una identificación con algo de mayor estatura a lo humano, la que está en franca relación con la espiritualidad. La obra de Sevilla muestra que, en ocasiones, la actitud mística también se encuentra en la indagación que es inherente a la actividad que realizan quienes se dedican a la filosofía.

No obstante, en el libro no se tratan de negar los alcances de la racionalidad, sino de ampliar los horizontes de la misma mediante la inclusión de otras áreas abiertamente excluidas en los ámbitos académicos. Un camino para tan osada finalidad es el paradigma de la vacuidad que está presente en la filosofía de Nāgārjuna, los planteamientos de Śaṅkara y los señalamientos de Nishitani.

Los tres autores elegidos por Sevilla han permanecido con muy pocos reflectores en el amplio desfile de pensadores ofrecidos a los estudiantes de filosofía en Europa y América. Por ello, este libro será del gusto de aquellos que



desean incursionar en un sendero filosófico alternativo que les permita una comprensión distinta de los planteamientos tradicionales.

El primer autor abordado es Nāgārjuna, filósofo de la India que elaboró los *Versos sobre los fundamentos del Camino Medio* o *Mulamadhyamakakārikā*, en el cual se ofrece un abordaje significativo sobre lo real, lo ilusorio y lo verdadero. Sevilla encuentra que los aportes de Nāgārjuna están insertos en lo que podría denominarse un esbozo de metafilosofía, consistente en soltar los conceptos establecidos. Con ello se constata que el filósofo, como místico de la palabra, sabe que sus utensilios no son absolutos y que está siempre a la orilla de lo que su razón ofrece.

El segundo capítulo del libro está dedicado a Śaṅkara, responsable de la consolidación de la filosofía *advaita* hace más de un milenio. Mediante el análisis de algunos pasajes del *Advaita Bodha Dipika* (*La lámpara del conocimiento no-dual*), el *Vākyavritti* (*La exposición de la sentencia*), el *Bhagavad-Gītā* (*La canción de Bhagaván*) o el *Ātmabodha* (*El conocimiento del sí mismo*), el autor indaga el vínculo entre filosofía y espiritualidad.

La tercer y última parte de este intrépido contenido es dedicado a Nishitani, miembro destacado de la escuela de Kioto. En esta sección, Sevilla critica la cotidiana y trivial invitación a ser uno mismo, la cual, cuando es escuchada sin ningún filtro escéptico evita descubrir que el yo que hemos elaborado mentalmente no es lo que somos. Por ende, la facultad de considerar la vacuidad de nuestros saberes, incluidos los conceptos sobre sí, es el punto de partida de la espiritualidad filosófica.

Con esta obra se muestra que la filosofía puede resurgir como un eslabón que favorezca la recuperación de la conciencia en sociedades distraídas que han perdido la atención a lo esencial. La vuelta al pasado que se propone en el libro no es forzosamente un retroceso si se entiende que los tesoros se han descubierto tras excavar en las profundidades de la historia. Los aportes de Nāgārjuna, Śaṅkara y Nishitani, así como la comunidad que los tres generan al sostenerse en el paradigma de la vacuidad, velada o desveladamente, constituyen un respiro ante el agobio, un derroche invaluable que exige disciplina a los que deseen enriquecerse. La pretensión de Sevilla es facultar la posibilidad de tan digna búsqueda.

Héctor Sevilla Godínez

(Guadalajara, 1976). Doctor en filosofía por la UIA de la Ciudad de México. Miembro de la Asociación Filosófica de México, de la Asociación Transpersonal Iberoamericana y de la Sociedad Académica de Filosofía de España. Es profesor e investigador de la Universidad de Guadalajara, en el Centro Universitario de los Valles. Entre los libros más recientes se encuentran: *Filosofía Transpersonal* (Anthropos, 2018), *La sombra del candelabro* (Colofón: 2018), *Contemplar la Nada* (Ítaca, 2017) y *Apología del vacío* (Colofón, 2016). Ha publicado más de 75 artículos en revistas internacionales y ha contribuido con sus estudios y publicaciones al ámbito de la ontología, la mística y la literatura, aportando las bases de un renovado nihilismo de corte transpersonal.

Eventos transpersonales

On-Line

Curso PSICOLOGÍA DEL FUTURO con STANISLAV GROF

Fecha: 29 Enero, 2019

Lugar: On-Line

Organizador: Formación Transpersonal de Grof en Latinoamérica

Información: <https://www.respiracionholotropica.com/cursoonline1/>

ESPAÑA

VII Foro de Espiritualidad de Logroño

Fecha: 26-27, Enero 2019

Lugar: Logroño

Organizador: Universidad Popular

Información:

<https://www.universidadpopular.es/actividades-culturales/foro-de-espiritualidad>

I Congreso "Yo Soy"

Fecha: 1-2 Febrero, 2019

Lugar: Monzón (Huesca)

Organizador: Ayuntamiento Monzón

Información: www.congresoyosoy.com

V Jornadas de Psicología Transpersonal y Espiritualidad

Fecha: 22-24 Febrero, 2019

Lugar: Tudela (Navarra)

Organizador: Asociación Transpersonal Iberoamericana (ATI)

Información: www.ati-transpersonal.org

IX Foro de Espiritualidad de Alcoy

Fecha: 9-10 Marzo, 2019

Lugar: Alcoy (Valencia)

Organizador: Asociación DAAT

Información:

www.foroespiritualidadalcoy.com

I Jornadas Junguianas: Sanando nuestra conexión perdida con la naturaleza. Sí-Mismo y reconciliación.

Fecha: 22-23 Marzo, 2019

Lugar: "El Condestable". Calle Mayor,2. Iruña-Pamplona. Navarra.

Organizador: Sociedad Internacional para el desarrollo del Psicoanálisis Junguiano

Información: <https://sidpaj.es/>

Formación Psicología Transpersonal en formato Semi-intensivo

Fecha: 12 Abril, 2019

Lugar: Amalurra- País Vasco

Organizador: Escuela de Psicología Transpersonal- Integral.

Información:

www.transpersonals.com/
espana@transpersonals.com

ESTADOS UNIDOS

50th International Transpersonal Conference: 50th Anniversary of Transpersonal Psychology

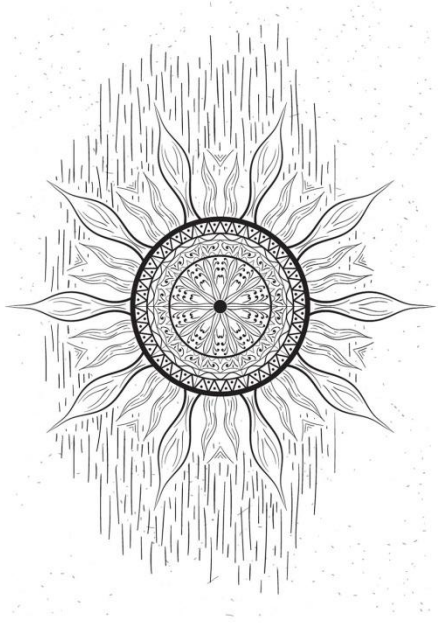
Fecha: 12-14, Abril 2019

Lugar: Pacific Grove, California

Organizador: Association for Transpersonal Psychology (ATP)

Información:

<https://www.atpweb.org/2019ATPCoference.aspx>



FRANCIA

20th European Transpersonal Association (EUROTAS) Conference

Fecha: 25-29 Septiembre, 2019

Lugar: Paris

Organizador: European Transpersonal Association

Información: <http://eurotas.org/>

The Fourth Transpersonal Research Colloquium (TRC)

Fecha: 30 Sept - 1 Oct, 2019

Lugar: Paris

Organizador: TRC

Información:

<http://www.transpersonalresearchnetwork.com/trc-2019-paris/>

PORTUGAL

Workshop "Meditação, Meditações" por Vitor Rodrigues

Fecha: Janeiro 19-20, 2019

Lugar: Porto, Hotel TRYP Porto Expo

Información: <https://www.facebook.com/events/2283628108588404/>

Seminário sobre Modelos Explicativos da Regressão de Memória por Vitor Rodrigues

Fecha: Fevereiro 23, 2019

Lugar: Porto

Organizador: Universidade Fernando Pessoa

Información: <https://vitorrodriguespsicologo.weebly.com/contactos.html>



ITALIA

Feeding the Soul

Fecha: 10-14 Marzo, 2019

Lugar: Quarna Sopra

Organizador: Integral Transpersonal Institute & Mandali Retreat Center

Información:

<https://feedingthesoul.net/>

MEXICO

Formación Psicología Transpersonal en formato Semi-intensivo

Fecha: Inicia el 22 de Febrero

Lugar: Cdad. de México

Organizador: Escuela de Psicología Transpersonal- Integral.

Información:

www.transpersonals.com/
mexico@transpersonals.com

VI Congreso Conciencia: Ciencia y Espiritualidad

Fecha: 9 Marzo, 2019

Lugar: Puebla

Organizador: Instituto Universitario Transpersonal

Información:

<http://conciencia.com.mx/>

CHILE

Formación Psicología Transpersonal en formato Semi-intensivo

Fecha: 2 de Mayo

Lugar: Santiago – Casa Primordial

Organizador: Escuela de Psicología Transpersonal- Integral.

Información:

www.transpersonals.com/
chile@transpersonals.com

Módulo de certificación de Facilitadores en Respiración Holotrópica y Psicología Transpersonal

Fecha: 18-28 Abril, 2019

Organizador: Formación Transpersonal Grof

Información:

www.respiracionholotropica.com

PERÚ

Módulo de Respiración Holotrópica y Medicinas Ancestrales

Fecha: 13-19 Mayo, 2019

Organizador: Formación Transpersonal Grof

Información: www.respiracionholotropica.com

ECUADOR

Formación Psicología Transpersonal en formato Semi-intensivo

Fecha: Inicia el 16 de Marzo

Lugar: Quito

Organizador: Escuela de Psicología Transpersonal- Integral.

Información:

www.transpersonals.com/
ecuador@transpersonals.com

COLOMBIA

Formación Psicología Transpersonal en formato Semi-intensivo

Fecha: 7 de Marzo

Lugar: Bogotá

Organizador: Escuela de Psicología Transpersonal- Integral.

Información: www.transpersonals.com / secretaria@transpersonals.com

Módulo de Compasión y Respiración, con Lama khempo Tenzin Phuntzog Rimpoché

Fecha: 30 Abril al 5 Mayo, 2019

Organizador: Formación Transpersonal Grof

Información: www.respiracionholotropica.com

ARGENTINA

Formación Psicología Transpersonal en formato intensivo

Fecha: del 5 al 20 de Enero de 2019

Lugar: Mendoza - Hotel Montañas Azules

Organizador: Escuela de Psicología Transpersonal- Integral.

Información: www.transpersonals.com / secretaria@transpersonals.com

Módulo de Trabajo Corporal Holotrópico

Fecha: 21 - 26 Mayo, 2019

Organizador: Formación Transpersonal Grof

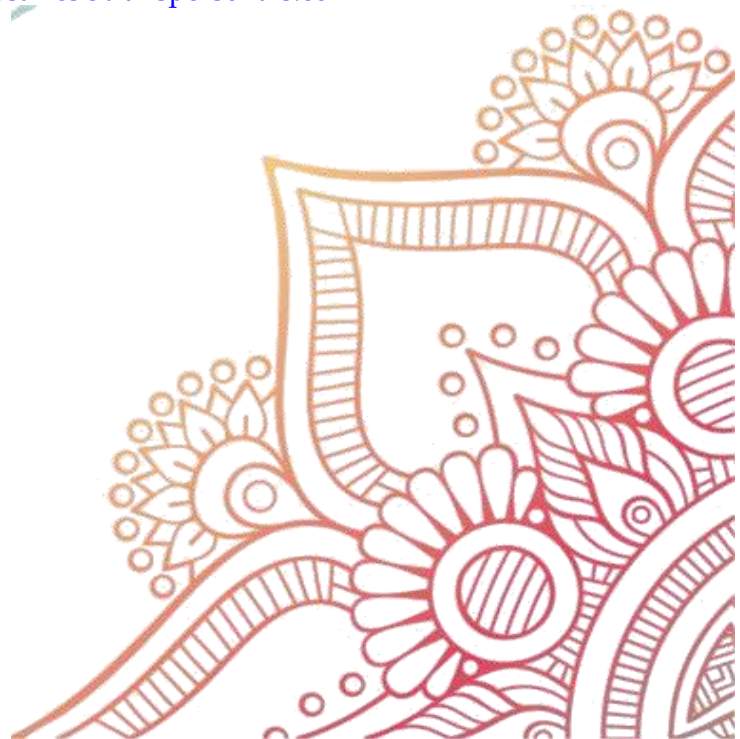
Información: www.respiracionholotropica.com

Formación Psicología Transpersonal en formato Semi-intensivo **Fecha:** desde 16 de Mayo

Lugar: Buenos Aires - Fundación Columbia

Organizador: Escuela de Psicología Transpersonal- Integral.

Información: www.transpersonals.com / buenosaires@transpersonals.com





SEMINARIO: La pareja como camino vital y espiritual.

Con Rafa Millán y Mardía Herrero

¿Por qué no soy capaz de encontrar pareja o caigo en relaciones que me hacen sufrir y no funcionan? ¿Qué necesito para formar una pareja adecuada? ¿Cómo mejorar una relación ya existente? ¿Qué dice mi pareja de mí? ¿Y yo de ella? ¿Cómo hacer del amor de pareja un camino de sanación en lo psicológico y de profundización en lo espiritual?

En el presente seminario nos plantearemos a fondo estas y otras cuestiones. Situaremos la relación de pareja como uno de los fundamentos de la vida y abordaremos su dimensión **psicológica** (como oportunidad para el compromiso y la madurez, como aprendizaje de amor y generosidad) y su dimensión **espiritual** (como unidad en la diversidad, como encuentro de opuestos y escuela de trascendencia).

Y lo haremos desde nuestra propia experiencia como pareja. Y también desde la experiencia clínica de más de 12 años tratando relaciones. El seminario de 3 horas incluye prácticas y ejercicios concretos para entender los obstáculos y problemáticas inconscientes que traban la pareja y aprender a superarlos. Y, en la medida de lo posible, tratamientos personalizados para cada caso.

Rafa Millán: Psicólogo Sanitario y Máster en Filosofía. Periodista con cientos de artículos publicados sobre psicología, filosofía y espiritualidad y colaborador en diferentes programas de radio y televisión. Formado en psicoanálisis, psicología humanista y transpersonal entre otras. Practica el sufismo desde 2007. Ejercicio clínico continuado desde el 2005. Última obra: *Las Enfermedades Mentales No Existen... Son Los Padres* (2017)

Mardía Herrero: Doctora en Literatura, DEA en Ciencias de las Religiones, licenciada en Historia y en Filología Hispánica por la UCM. Especialista en literatura mística, teorías del imaginario y maternidad sagrada. Profesora y escritora. Último obra: *Cómo santa Teresa me acompañó al sufismo* (2018)



**ASOCIACIÓN
TRANSPERSONAL
IBEROAMERICANA**

EN FEBRERO O MARZO

HORARIO: 17:00-20:00

PRECIO:

10€ SI ES ANTICIPADA

15€ SI SE PAGA AL VENIR

Más información en:

www.madridpsicologia.com

www.ati-transpersonal.org

Inscripciones y más información escribir a:

contacto@ati-transpersonal.org



ASOCIACIÓN TRANSPERSONAL IBEROAMERICANA

Para suscribirte a este Magazine envía un mail a:

contacto@ati-transpersonal.org

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

www.ati-transpersonal.org

En Facebook:

<http://www.facebook.com/ati.transpersonal/>

Para profundización científica y/o académica, visita el JTR de la ATI: :

www.transpersonaljournal.com

ati magazine #2