

# Las posibilidades del psiquismo. Psicología Trascendental. Taller de psicología humanista X

En los talleres anteriores hemos realizado un recorrido introductorio por el tema del psiquismo desde la perspectiva del nuevo humanismo y el raciovitalismo. Estudiamos su composición desde el punto de vista de la psicología descriptiva y lo vimos en dinámica desde el ángulo de la psicología relacional o del comportamiento. En este último taller vamos a estudiar las posibilidades de nuestra Mente intentando comprender su proceso evolutivo y, de alguna manera, dando sentido a todo el trabajo anterior, desde la óptica de la psicología trascendental o evolutiva.



## **Psicología trascendental**

La palabra trascendental tiene muchas connotaciones (sobre todo en el universo filosófico) pero, en general, viene a hacer referencia a «algo que está más allá». En nuestro caso, diríamos, **aquello que está más allá del psiquismo**. Una psicología trascendental parece algo paradójico pues ¿cómo vamos a estudiar aquello que está «fuera del psiquismo»? Estamos diciendo que cualquier fenómeno trascendental no está al alcance de la psicología. O dicho en modo inverso: Todo aquello que podemos representar está fuera del campo de lo trascendente.

La Psicología Trascendental se ocupa de aclarar las condiciones de la Mente para poder preguntar acerca de lo Trascendental. Una mente perturbada y confusa no parece la situación más adecuada para responder a esta pregunta.

Aspiramos a una **Normalización de la vigilia**, libre del fantaseo cotidiano, y a una **Atención vigilante**, capaz de observar un objeto y ser consciente del mismo.

Si existe mucho «ruido mental» por contenidos biográficos no resueltos. Si estamos tomados por un clima negativo o tenemos bloqueos de descarga de tensiones, difícilmente vamos a disponer de energía psicofísica suficiente para emprender este tipo de trabajos. Es una ley: la disponibilidad de energía libre permite dar el salto evolutivo. Podemos decir que, profundizando y ampliando todos los trabajos anteriores ponemos la condición previa para entrar en estos temas.

La psicología trascendental se preocupa por las posibilidades evolutivas que están a la mano de todos los seres humanos. Se interesa por el impulso religioso y por las diferentes «traducciones» de las experiencias de acceso a lo trascendente. La religiosidad profunda se registra cuando la mente está muy lúcida, muy atenta, muy silenciosa y es capaz experimentar su propio potencial.

### **¿Es posible una Mente independiente del Cuerpo?**

Esta es una pregunta que ha surgido a lo largo de los tiempos y, su misma formulación, plantea una dicotomía que induce a error. La mente surge de un proceso evolutivo ligado al cuerpo. Es, por lo tanto, **una función de la vida**. Entonces, la pregunta debería ser por el sentido de la vida: **¿Es la vida independiente de ciertas condiciones o es totalmente dependiente?** Cuando uno se pregunta acerca del sentido de la vida, frecuentemente, adolece del mismo error y se responde atendiendo al sentido de «su» vida. Cualquier sentido personal de la vida nos lleva al terreno de lo provisorio (muy respetable, por cierto, pero ajeno a la temática de lo trascendental) porque nos desvía de un proceso que va más allá del individuo concreto. Entonces la pregunta definitiva es: **¿Es que la vida tiene un sentido? Y si lo tiene: ¿Es que mi vida acompaña a ese sentido o va en otra dirección?**

### **El emplazamiento del Yo**

En su momento estudiamos al **Yo** como mecanismo de reversibilidad de la conciencia que nos da un registro **ilusorio** de identidad y permanencia para movernos en el mundo. Ese yo, como punto de vista observacional, puede emplazarse en diferentes profundidades del espacio de representación según sea el nivel de trabajo de la conciencia. De este modo, durante el sueño, por ejemplo, nuestra mirada se encuentra interiorizada en el espacio observando sucesos que acontecen en el intracuerpo (representaciones de memoria, sueños) mientras que, en vigilia, nuestro yo-atencional coincide con la frontera que demarca nuestro cuerpo (particularmente la cara) y el mundo externo.

### **Estados alterados de conciencia**

Por circunstancias transitorias (situaciones de fatiga, hambre, sed, etc.) o patológicas se pueden producir alteraciones en el mecanismo de reversibilidad de la conciencia que dan lugar a distintos posicionamientos del yo. La desaparición, en vigilia, del límite entre el mundo interno y el mundo

exterior puede generar alucinaciones y un emplazamiento proyectado del yo que se ubica «afuera del cuerpo», pegado a los objetos externos, como en el caso de las explosiones de violencia. En el extremo opuesto, el ensimismamiento introyectivo lleva al sujeto a confundir las representaciones externas con su propia interioridad (debido a la desconexión con el mundo externo propia de la interiorización del punto de vista que descontextualiza la percepción). En estos casos, por ejemplo, el sujeto cree ser el único capaz de comprender las misteriosas señales que le envían las luces de la ciudad.

Podemos comprender que este mecanismo de identidad y permanencia del yo, además de ilusorio, es muy versátil. La variación de su emplazamiento en el espacio de representación modifica nuestra experiencia vital. Por no mencionar los efectos de las drogas y los psicofármacos que, por otra vía, producen similares efectos.

## **El trance**

El desplazamiento del yo y su sustitución por otras entidades pueden ser verificados en multitud de cultos en los que, mediante distintas técnicas, los individuos entran en trance. Estas formas de trance representan la «arqueología» de la inspiración mística que indaga en el acceso a la experiencia trascendental.

## **La conciencia inspirada**

**Los diferentes modos de estar el ser humano en el mundo corresponden a estructuraciones completas de conciencia.** Así, de una persona angustiada, podemos decir que su conciencia está haciendo una estructuración angustiada de la realidad. Podemos hablar de conciencia asqueada, de conciencia emocionada, de conciencia inspirada... que disponen al yo en su correspondiente emplazamiento respecto al objeto que atiende. Por ejemplo, en el caso del asco, la distancia entre lo asqueroso y el yo se «acorta» hasta tal punto que produce el «rito de la arcada» como si lo observado estuviera «dentro» de uno mismo y hubiera que «expulsarlo».

La conciencia inspirada es una estructura global, capaz de lograr intuiciones inmediatas de la realidad y organizar conjuntos de experiencias que predisponen la modulación sensitiva individual o colectiva para captar y producir impactos sensoriales no habituales.

## **La experiencia de lo Sagrado**

En la **Mística** encontramos vastos campos de inspiración y casos extraordinarios de experiencias de lo sagrado que podemos tipificar como: **Éxtasis**, el sujeto queda deslumbrado dentro de sí; **Arrebatos**, el sujeto se siente transportado por una agitación emotiva y motriz incontrolable; y **Reconocimientos**, el sujeto cree comprenderlo todo en un instante. Ejemplos cotidianos de inspiración son el «palpito» del enamoramiento, la comprensión súbita de problemas complejos y la resolución instantánea de problemas que fueron perturbadores durante mucho tiempo.

## El acceso a los niveles profundos

La entrada a la experiencia trascendental pasa por la suspensión del yo evitando toda sustitución por otra entidad. Esto se puede observar en algún tipo de yoga y en algunas prácticas místicas avanzadas. Ahora bien, **la supresión del yo sólo puede darse en unas condiciones determinadas y nunca en la vida cotidiana.** Esa idea de «suprimir el ego», «eliminar el yo» es una absurdidad que, de ser posible, nos dejaría en un estado equivalente al sueño vegetativo.

Las condiciones ineludibles para realizar ese tránsito a los espacios «vacíos» de la Mente son: 1.- Tener claro el **Propósito** de lo que se desea lograr como objetivo final del trabajo; 2.- Contar con **suficiente energía** psicofísica para mantener la atención ensimismada y concentrada en la suspensión del yo y; 3.- Poder continuar sin solución de continuidad en la profundización del estado de suspensión hasta que **desaparezcan las referencias espaciales y temporales.**

El registro de «vacío» significa que nada debe aparecer como representación, ni sensaciones internas. Se trata de un «chispazo» del cual se regresa a la vigilia habitual. *No podemos hablar de ese mundo porque no tenemos registro durante la eliminación del yo, solamente contamos con las «reminiscencias» de ese mundo, como nos comentara Platón en sus mitos.*

### En síntesis

*La psicología trascendental se ocupa de habilitar las condiciones adecuadas para responder a la pregunta sobre el sentido de la vida desde el punto de vista de las posibilidades evolutivas del psiquismo. Se interesa por la experiencia de lo sagrado en el ser humano, particularmente en las prácticas conocidas como «místicas», de acceso a lo profundo, y de sus reminiscencias.*

---

## Ejercicio práctico

### Experiencia de Fuerza

El trabajo con la energía permite, de manera práctica, poner en marcha experiencias que orientan hacia el sentido de la vida y una estructura de conciencia inspirada imprescindible para ir modelando un estilo de vida acorde con la búsqueda trascendental.

*Relaja plenamente tu cuerpo y aquieta la mente...*

*Entonces, imagina una esfera transparente y luminosa que, bajando hasta ti, termina por alojarse en tu corazón.*

*Reconocerás que la esfera comienza a transformarse en una sensación expansiva dentro de tu pecho.*

*La sensación de la esfera se expande desde tu corazón hacia afuera del cuerpo, mientras amplias tu respiración.*

*En tus manos y el resto del cuerpo tendrás nuevas sensaciones.*

*Percibirás ondulaciones progresivas y brotarás emociones y recuerdos positivos.*

*Deja que se produzca el pasaje de la Fuerza libremente. Esa fuerza que da energía a tu cuerpo y mente...*

*Deja que la fuerza se manifieste en ti...*

Es importante observar que la atención debe estar puesta en la sensación de la esfera que se expande hacia afuera del cuerpo quedando tu corazón en el centro de la misma. Si no se produce el pasaje se puede probar en otras ocasiones intentando realizar, previamente, una buena relajación. En todo caso, se habrá logrado una agradable «experiencia de paz». También puede ocurrir que no se logre el pasaje por una falta de «soltura interior» que, de todas formas, se manifestará en la vida cotidiana como reflejo de tensión, problemas con la dinámica de imagen, etc. Cuestiones todas que se pueden ir trabajando si se quiere.

## **Experiencia guiada sobre el sentido de la vida**

### ***El Viaje***

Esta experiencia apunta a tomar contacto con las sensaciones que acompañan los grandes descubrimientos. Se trata de una experimentación que permite reconocer y producir importantes registros internos.

[http://meditaciones.org/wp-content/uploads/2020/05/El\\_viaje.mp3](http://meditaciones.org/wp-content/uploads/2020/05/El_viaje.mp3)

---

### **Para ampliar el tema:**

[Apuntes de psicología](#), Silo

[Autoliberación](#), L. A. Amman

[El psiquismo como función de la vida](#). Taller I

[Los fundamentos del psiquismo](#). Taller II

[La función de la imagen y el espacio de representación](#). Taller III

[El campo de copresencia](#). Taller IV

[El ser humano en situación y no como subjetividad aislada](#). Taller V

[El fantaseo cotidiano y hacia dónde va nuestra vida](#). Taller VI

[El lenguaje del psiquismo](#). Taller VII

[El equilibrio interno del psiquismo.](#) Taller VIII

[La integridad del psiquismo.](#) Taller IX