

**Dialogant amb especialistes
de la Psicologia Transpersonal
Una conversa amb Octavio
García, David González Raga
i Ralf Pochadt**

Mercedes Subirana
Raquel Sáenz

Els passats dies 13 i 14 de maig, van tenir lloc a la Facultat de Psicologia de la Universidad Complutense de Madrid les III Jornadas Ken Wilber, organitzades per la AIE (Asociación Integral Española) i AELOTRANS (Agrupación Española de lo Transpersonal) dirigides i dinamitzades per Raquel Torrent.

Les jornades són una oportunitat per compartir el coneixement i l'interès per la "perspectiva integral" tal com ho proposa Ken Wilber en la seva obra. Aquest autor és, sens dubte, un dels pensadors actuals amb major influència en el moviment transpersonal. Wilber ens aporta una sistematització de pensament en la qual lliga els coneixements de les tradicions espirituals amb els avenços més nous de la ciència contemporània i recull les línies de pensament de filòsofs, biòlegs, antropòlegs, psicòlegs, etc. El resultat d'aquesta obra pot reflectir-se, entre d'altres, en allò que s'ha anomenat el mapa integral de la consciència. Després d'anomenar el seu treball "transpersonal", Wilber va considerar que el terme era limitat i el va modificar anomenant-lo "integral". Amb això posa èmfasi en la utilització de tots els sistemes i els models coneguts del creixement humà per a l'elaboració d'aquesta cartografia de la consciència.

Per a qualsevol persona interessada en la psicologia en general i, més en particular, en la psicologia transpersonal, aquestes idees són essencials. Per a nosaltres ha estat una gran oportunitat poder conèixer les darreres aportacions del pensament d'aquest autor, estar informades de la creació de la universitat virtual *Projecte Integral*¹ i haver pogut conversar amb persones vinculades als seus estudis. D'aquesta participació va néixer la idea

¹ Actualment, el desenvolupament del Projecte Integral s'està fent als Estats Units, a la Universitat Integral de Ken Wilber, en la qual un equip interdisciplinari d'experts de renom mundial estan unint esforços; és a dir, s'estan comproment en un desenvolupament integral de l'ésser humà. (si en voleu més informació, consulteu www.integraluniversity.org).

d'entrevistar tres professionals i estudiosos de l'obra de Wilber, per tal de conèixer des del terreny el treball clínic i les aplicacions d'aquest corrent nou de pensament. Hem d'agrair la col·laboració d'aquests professionals i la de l'entitat organitzadora que, amb gran disponibilitat, ens va facilitar poder fer aquestes converses. Sense la seva col·laboració no hauria estat possible aquest article.

Els entrevistats són:

Octavio García: psicòleg i psicoanalista, professor de ioga i meditació, format en psicologia budista amb Dhiravamsa, membre fundador d'ATRE (Asociación Transpersonal Española) i membre de Gràdiva (Associació d'estudis psicoanalítics).

David González Raga: psicòleg i psicoterapeuta, col·laborador i traductor al castellà de diverses obres de Ken Wilber (*Boomeritis: un camino hacia la liberación; Ken Wilber: Antología*) i d'altres obres rellevants, com ara *Emociones destructivas: cómo entenderlas y superarlas*, escrita per Dalai Lama & Daniel Goleman.

Ralf Pochadt: llicenciat en Administració d'Empreses, màster en Individualització i canvi social, expert en el desenvolupament i la cooperació amb Llatinoamèrica, i especialista en la dinàmica espiral.

MS/RA: Quan us va començar l'interès per la psicologia transpersonal?

OG: Fa quasi dues dècades, o potser diria de memòria que al voltant de la publicació en castellà de dos dels primers textos específicament de psicologia transpersonal editats per Kairós: *Más allá del ego*, de diversos autors i *La conciencia sin fronteras*, de Ken Wilber. En realitat, jo estudiava psicologia i era practicant de diverses disciplines contemplatives. Als pocs anys de pràctica d'arts marcial, ioga i meditació, quan era molt jove, ja vaig començar a tenir la sensació que faltava alguna cosa que era necessària en la comprensió i el desenvolupament de la interioritat, la qual cosa em va portar a la carrera de Psicologia i a l'interès per la psicoteràpia i la psicoanàlisi. Amb l'aparició dels textos esmentats i la meua pròpia experiència en les disciplines orientals i els estudis occidentals, vaig trobar un àmbit d'estudi, d'investigació i de pràctica que tractava de congregar i d'integrar els sabers d'Occident i d'Orient, cosa que em va resultar enormement estimulante per a mi.

RP: Jo vaig interessar-me pel tema dels estats alterats de la consciència fa uns vint anys, començant amb tècniques de relaxació (*autogenes training*). Un dia vaig trobar una revista de l'Institut für Grenzgebiete der Psychologie und Psychohygiene*, en la qual hi havia un article sobre la psicologia transpersonal. Llavors vaig pensar d'estudiar-la, però amb els anys vaig encaminar-me cap al món de l'empresa amb els estudis d'administració i de cooperació internacional. Des que vaig participar en un procés de transformació de les organitzacions durant 3 anys a Nicaragua, basat en l'educació popular, i després de llegir alguns llibres de Ken Wilber a partir de 1996, ho vaig veure clar: la psicologia transpersonal en la seva forma més àmplia del model integral de Wilber, Beck i

Cowan, es pot i s'ha d'aplicar a les organitzacions.

DGR: En el meu cas, vaig començar cap al 1969, quan el nostre país era gairebé erm en aquest corrent psicològic i no hi havia llocs on l'interessat en el tema pogués informar-se'n bé. Des d'aquest terreny erm participava també en la nova secció de *Psicología de la Facultad de Filosofía* de Madrid, amenaçada ja de mort pel conductisme reduccionista.

Fou una autèntica benedicció, en aquelles condicions, disposar d'una editorial com Kairós, que va estendre la nostra visió, i tenir la possibilitat de seguir els cursos d'Antonio Blay, amb qui vam poder, d'una banda, experimentar pràcticament una psicologia de caire més humanístic i, de l'altra, assistir al naixement de la que aviat s'hauria de dir psicologia transpersonal.

MS/RA: Què proposa la psicologia transpersonal de diferent de les distintes alternatives psicològiques i de la saviesa espiritual?

DGR: Respondré a aquesta pregunta repetint part del que es diu en la introducció de l'esmentat llibre *Psicología integral*. En el millor dels casos, els diversos enfocaments psicològics occidentals comparteixen un mateix objectiu: assolir una personalitat sana, integrada i adaptada al medi. En conseqüència, el seu camp d'interès roman restringit als aspectes prepersonals i personals de l'existència rebutjant al mateix temps les dimensions superiors del desenvolupament. Els ensenyaments espirituals tradicionals, per la seva banda, han focalitzat quasi exclusivament llur atenció en les dimensions "superiors" del desenvolupament i no acostumen a dir res sobre les "inferiors". Així, doncs, la psicologia ens sol oferir una visió molt "terrenal" de l'ésser humà, mentre que l'espiritualitat, al contrari, ens té acostumats a una imatge excessivament "celestial".

És com si ambdues disciplines s'haguessin ocupat, fins ara, de regions molt diferents del coneixement humà. A vegades, la psicologia penetrava en el camp de l'espiritual i quelcom de semblant passava ocasionalment en el sentit contrari. Però aquestes incursions eren efímeres i furtives, i estaven farcides de recels i de desqualificacions mútues. Nogensmenys, amb l'aparició de la psicologia tradicional, les relacions existents entre ambdues visions van començar a establir-se i a prendre carta de naturalització. Des de la perspectiva proporcionada per la versió integral de la psicologia transpersonal, el psicològic i l'espiritual no representen dimensions aïllades, sinó que constitueixen etapes seqüencialment diferents del mateix procés evolutiu. I aquesta síntesi conté tots els ingredients necessaris per permetre alçar el vol a la psicologia occidental i "aterrar", alhora, a les tradicions espirituals. Això sí, almenys és el que esperem.

OG: Crec que la particularitat de la psicologia transpersonal és que va constituir-se en un context d'encontre entre Orient i Occident, entre la psicologia occidental i la seva elaborada comprensió de la vida infantil, el desenvolupament psicoemocional, sexual i intel·lectual, la psicopatologia, les relacions interpersonals i la maduració personal, entre moltes altres temàtiques, amb la saviesa de les tradicions contemplatives

sobre el desenvolupament espiritual, els estats alterats de consciència, les experiències cim, la salut física i mental òptima i els desenvolupaments de la consciència que van més enllà dels límits ordinaris, entre altres temes, amb la finalitat de desenvolupar una comprensió més àmplia, que abasti més de la consciència humana i els seus potencials. Algunes vegades s'ha parlat de l'intent de treballar en la creació d'una teoria unificada del camp de la consciència. La psicologia transpersonal i, posteriorment, la investigació i la teorització transpersonal, en general, han constituït un marc de referència en què propiciar un encontre i un diàleg fèrtil entre la ciència moderna i la saviesa antiga. En aquest sentit, les disciplines transpersonals són eminentment integradores, i treballen en el desenvolupament de visions sobre la ment, l'ésser i la consciència de major amplitud, recollint els assoliments i realitzacions dels diversos corrents i disciplines d'orient i d'occident. Amplitud i integració per una realització de més possibilitats, d'aquesta manera es contribueix a diversos corrents actuals que treballen en favor de modalitats diverses d'espiritualitat moderna, diàleg interreligiós, interdisciplinarietat, salut holística, desenvolupament integral, encontre transcultural i, en general, l'aproximació entre la ciència i l'espiritualitat universal.

MS/RA: Què fa que la vostra pràctica psicoterapèutica pugui ser considerada com una psicoteràpia transpersonal?

OG: En el meu cas particular, m'atreviria a modificar o a ampliar la pregunta de partida i, per la meua pròpia resposta, formularia endemés el següent: ¿Com intervé o com es fa present la meua pràctica espiritual en el meu quefer psicoterapèutic? A partir d'aquí, tractaré de respondre-hi.

Malgrat el meu interès i investigació en l'àmbit de la psicologia transpersonal, no acostumo a denominar-me psicoterapeuta transpersonal, perquè en rigor no treballo dins el context de la psicoteràpia- promovent l'obertura espiritual o treballant en les dificultats que en sorgeixen. El treball que faig no és un estímul en si mateix per al desenvolupament específicament transpersonal o espiritual, però en tinc cura, ho respecto i hi dono suport en cas que el subjecte hi tingui un interès sincer. Potser es podria parlar amb més precisió de psicoteràpia transpersonal en els casos en què la pràctica espiritual intensa hagi fet sorgir problemes o dificultats d'un ordre superior, propis de nivells per damunt de la consciència ordinària i que hagin emergit com a conseqüència d'una pràctica conscienciosa, encara que inesperadament. Una altra pregunta a plantejar en el context d'aquestes reflexions, per tant, podria ser ¿de quin nivell de l'espectre de la consciència són els continguts o els conflictes que una persona porta a la consulta? ¿Què ve a "curar-se" o en quin nivell ha tingut dificultats i vers on orienta el seu desenvolupament de consciència? A pesar de la meua vinculació amb diversos àmbits de l'espiritualitat moderna, el patiment que rebo és comú a totes les persones, per tant l'atenc d'acord amb la meua formació fonamentalment psicodinàmica. No obstant això, és indefugible la meua formació, interès i experiència en algunes tradicions contemplatives que he conreat al llarg de la meua vida; així, doncs, la meua acti-

tud de fons hi està en algun grau influïda. La pràctica intensiva del ioga i la meditació, entre altres moltes pràctiques, han contribuït sensiblement a la meua forma d'escoltar, d'estar-hi present, d'atendre el silenci i de concebre la relació terapèutica i els continguts que apareguin, a més de la temàtica religiosa o espiritual, si es mostra.

D'altra banda, com que el desenvolupament psicològic i espiritual o transpersonal són dues fases diferents del desenvolupament humà, considero que constitueixen una continuïtat, com les notes de l'escala musical tal com expressa Claudio Naranjo; de manera que el treball psicològic forma part d'un procés que pot o no ampliar-se o obrir-se a un desenvolupament espiritual -i això depèn de la iniciativa i el desig del pacient-, però en qualsevol cas no hi ha cap oposició ni conflicte en si mateix, més enllà del que pugui sorgir en la clarificació dels propis conflictes i en el procés de l'exploració del seu ésser. Personalment, em mantinc neutral en aquest sentit i respecto els horitzons que la persona porta a la consulta. Ara bé, en la pràctica diferencio la psicoteràpia i l'espiritualitat i el desenvolupament en contextos diferents, però estic receptiu als interessos o a les necessitats espirituals que sorgeixen en la psicoteràpia, ja que per mi tenen un elevat valor en el desenvolupament humà. Tanmateix, en sentit contrari, en els contextos meditatis estic molt atent als aspectes psicològics, perquè són cabdals i acostumen a ser menyspreats.

Ara bé, les qüestions religioses o espirituals apareixen amb certa freqüència perquè sovintejem contextos d'educació o ensenyança espiritual; però, en general, es mostren els patiments propis de qualsevol tipus de persona. Si s'està interessat a practicar tècniques o rebre ensenyances de tipus espiritual en algun context, jo intento que no es converteixin en formes d'eludir o escapar-se de les ferides emocionals i dels conflictes interns; per això en respecto i en valido la pràctica, però facilito que no es dissociï de la realitat quotidiana ni es converteixin en un refugi per esquivar les dificultats afectives, emocionals i interpersonalment. Per tant, atès que tinc en compte el desenvolupament espiritual de les persones i em sento plenament implicat en el meu, estic disposat a tenir cura i a respectar el treball en aquest sentit d'aquells que sincerament el conreen, ajudant-los a explorar i a treballar els esculls psicològics que es trobin.

Això no obstant, no considero patològiques en si mateixes les aspiracions espirituals, encara que sí que tracto d'ajudar a discriminar o a diferenciar els aspectes màgics o mífics d'ordre infantil que intentin passar per aspiracions espirituals més conreades, d'aquesta manera es promou un creixement sa vers la maduresa i, si es vol, vers l'espiritualitat. Tracto, per tant, de no invalidar ni menystenir les aspiracions espirituals dels pacients, si en tenen, però també és cert que tampoc no els intento influir o orientar perquè s'hi apropin. Evidentment, també vetllo per tal que no s'intenti encobrir qüestions de dolor emocional amb raons espirituals o plantejar en termes de dilemes existencials o espirituals patiments d'ordre afectiu i relacional.

DGR: El cert és que no podria respondre a aquesta pregunta perquè, de fet, mai no m'he considerat ni m'he presentat com a psicòleg transpersonal. Si sóc sincer, ni tan sols crec en la possibilitat d'una psicologia transpersonal, perquè fins i tot la mateixa expressió

“psicologia transpersonal” és contradictòria. La psicologia s'emmarca dintre l'àmbit personal i, en conseqüència, s'encarrega de la integració, del desenvolupament i del creixement de la personalitat i el seu ajustament al medi. D'altra banda, la transpersonalitat es refereix a les dimensions espirituals i s'orienta vers la disminució, la minva -per dir-ho així-, de la personalitat. No entenc, doncs, que una psicologia pugui ser “no psicològica”.

Sembla que s'ha dit “psicologia transpersonal” perquè va néixer en un determinat moment històric fruit de l'asfíxia provocada per una psicologia exclusivament centrada en la patologia i en l'ajustament a una norma massa “xata”. Tot i així, em sembla que els seus objectius són relativament aliens al camp d'aplicació de la psicologia i que, arribats aquí, el psicòleg ha de donar pas a qui tradicionalment s'ha ocupat d'aquestes coses, és a dir, al mestre espiritual. Aprofito aquest moment per fer una curta digressió i dir que els problemes psicològics que es presenten en consulta són molt diferents i que també ho són els abordatges terapèutics de què avui dia disposem. Però, no tots els enfocaments són adequats a totes les patologies; per això es troba a faltar la figura del que ben bé es podria dir “psicòleg generalista”, que, atenent un model comprensiu que inclogui totes les patologies i totes les modalitats de tractament (un model semblant al que ens ofereix Ken Wilber en el llibre *Psicología Integral*, per exemple), orienti cada pacient en la direcció adequada i el derivi vers l'enfocament o professional més escaient per tractar el seu cas concret. I aquesta és una funció que perfectament podria fer un psicòleg que tingués en compte tots els estadis del desenvolupament (tant els prepersonals com els personals i els transpersonals).

Òbviament, una altra cosa seria considerar la psicologia transpersonal com una disciplina de frontera entre les dimensions psicològiques i les espirituals; i en aquest camp el psicòleg d'orientació transpersonal podria exercir un paper. Però, al meu entendre, el percentatge de problemes específicament transpersonals que acudeixen a consulta és escàs, i la gran majoria són personals o interpersonals, o prepersonals.

Així, doncs, si hagués d'assenyalar el que, per mi, caracteritza allò que avui en dia s'anomena -incorrectament, segons el meu parer- psicologia transpersonal diria, per no allargar més la meva resposta, que consisteix, d'una banda, a servir-se de tècniques procedents del major nombre d'enfocaments terapèutics possibles i, de l'altra, a recórrer a mètodes derivats de les disciplines de desenvolupament de la consciència que orientin cap a la integració personal (harmonitzant intel·lecte, emoció i cos) i la integració interpersonal com a condició prèvia imprescindible per poder endinsar-se amb una certa salut en el camp del desenvolupament espiritual. No oblidem que, parafrasejant el transpersonalista Jack Engler: “*Para poder ir más allá del ego, es necesario disponer antes de una identidad egoica adecuadamente consolidada*”. Finalment, també he de dir que la “transpersonalitat” del terapeuta depèn fonamentalment del seu nivell de desenvolupament personal i espiritual, la qual cosa, òbviament, suposa, a més a més del coneixement teòric i tècnic, haver travessat un procés terapèutic i haver emprès també algun camí de desenvolupament espiritual.

MS/RA: Ralf, com s'aplica la psicologia integral de Wilber al teu treball?

RP: Vaig començar a aplicar el model integral a la nostra xarxa i a l'assessoria d'empreses el 2001. El model integral aplicat a les empreses té alguns aspectes fonamentals; el més important és el *balanç*, en el sentit d'equilibri i de desenvolupament. L'equilibri es refereix a l'equilibri entre les quatre perspectives fonamentals:

- Nosaltres exterior (p. e. estructures organitzacionals, reglaments, tecnologia, infraestructura)
- Nosaltres interior (p. e. valors compartits, concepte de l'ésser humà, concepte del món, visió comuna)
- Jo exterior (p. e. comportament individual, professió, salut del cos, competències)
- Jo interior (p. e. motivació interior, vocació, sentit de la vida, visió personal)

En el treball d'assessorament, elaborem mesures per a un equilibri organitzacional orientat vers el futur. L'equilibri entre les quatre perspectives existeix si es té en compte cada perspectiva de l'empresa en forma de balanç. En aquest equilibri, els membres de l'empresa poden tenir la sensació que es treballa amb satisfacció, per la qual cosa s'assoleixen els objectius amb èxit i harmonia durant algun temps.

El segon aspecte principal del model integral aplicat a empreses és el tema del desenvolupament. El desenvolupament en empreses s'estén per diversos nivells de creixement. Noves maneres de pensar i de veure el món es poden formar en una sèrie específica. Veure i conèixer aquests nivells i treballar-hi és part del lideratge integral i de l'assessorament integral en empreses. En la pràctica, jo prefereixo basar-me en el model *spiral dynamics*, de Beck i Cowan, que introdueixen colors per a distints nivells en organitzacions. Aquests nivells són com veure el món amb ulleres de diferents colors. Així s'esdevenen diferents visions del món, diferents ideologies i actituds en empreses.

Conèixer el "perfil de colors" en empreses permet veure l'empresa a vista d'ocell; d'aquesta manera és més fàcil detectar les causes profundes de problemes superficials, és més fàcil adonar-se dels potencials de l'empresa i, possiblement, dels passos que cal fer per a la transformació del proper nivell. En la nostra xarxa d'assessors hem elaborat un procés integral d'assessorament que ens serveix com a tronc general. A les empreses usem les metodologies modernes d'assessorament, sobretot metodologies sistèmiques, la font documental bàsica de les quals és Peter Senge (*La Quinta Disciplina; el arte y la práctica de la organización abierta al aprendizaje*, 1990). Però hi incloem quelcom més, que, com ho entenem nosaltres, és decisiu per al futur d'empreses integrals: és la dimensió de l'ànima.

Això és com una porta per a la vinculació i la connexió amb la força creadora de la vida. L'empresa integral descobreix la capacitat de crear una visió en connexió amb la tercera força universal, la qual cosa impulsa per convertir la visió vers la realitat i viceversa. Acostar-se als espais transformadors des del moment present en el qual es troba la força creadora és una clau per a la vinculació entre la visió organitzacional i totes les àrees de l'empresa.

* Informacions de l'"Institut für Grenzgebiete der Psychologie und Psychohygiene": <http://www.igpp.de/english/welcome.htm>

¹ Actualment, el desenvolupament del *Projecte Integral* s'està fent als Estats Units, a la Universitat Integral de Ken Wilber, en la qual un equip interdisciplinari d'experts de renom mundial estan unint esforços; és a dir, s'estan compromentent en un desenvolupament integral de l'ésser humà.

(si en voleu més informació, consulteu www.integraluniversity.org).