

La Psicoterapia en el Límite de la Realidad

Walter Jesús Ojeda Murguía¹
(2002)

RESUMEN

Se reseñan los desarrollos que han configurado lo que se conoce como *Realidad Psíquica*, para luego pasar a explicar la teoría de la Transicionalidad del psicoanalista británico Donald Winnicott, y a partir de su concepto de *Espacio Transicional* comprender el de Mundo Imaginal. Ambos espacios o “mundos” se complementan para mostrarnos una realidad poco explorada y a la vez sumamente importante para nuestra evolución personal y el conocimiento de la mente humana. La experiencia con plantas psicotrópicas o enteógenas es, de este modo, más asequible para su asimilación y hallar el sentido de su utilidad. Por ello, para terminar, detallaremos las características de utilización de la Ayahuasca, desde nuestra experiencia, la de nuestros pacientes en el centro Takiwasi, y de la literatura correspondiente.

La síntesis final busca presentar la utilidad práctica de la exploración de los Estados Alternativos de Conciencia y sus aplicaciones en la psicoterapia.

PALABRAS CLAVE

Realidad Psíquica, Espacio Transicional, Mundo Imaginal, Arquetipos, Sombra, Psicoterapia

¹ Psicólogo de orientación transpersonal, colaborador del Centro de Rehabilitación de Toxicómanos e Investigación de Medicinas Tradicionales TAKIWASI, iniciado en la Medicina Tradicional Amazónica, terapeuta floral y energético (sistemas Reiki y Energetic Healing).



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	3
ACERCA DE LA REALIDAD PSÍQUICA.....	3
LO TRANSICIONAL.....	4
Espacio Transicional	
Fenómenos Transicionales	
Objeto Transicional	
LO IMAGINAL.....	6
1. LO ARQUETÍPICO.....	7
Arquetipos	
Imágenes Arquetípicas	
Los Mitologemas	
2. LOS MUNDOS IMAGINALES.....	8
Riesgos en el Mundo Imaginal	
Entidades de los mundos imaginales	
La Sombra	
El Daimon	
La Posesión	
LA AYAHUASCA COMO ACCESO A LO IMAGINAL.....	12
A MODO DE CONCLUSIÓN.....	12
BIBLIOGRAFÍA.....	14



INTRODUCCIÓN

Mundos Imaginales, Transicionalidad, Ayahuasca. Términos y entidades de poco uso en la psicología contemporánea. Escribir sobre ellos parte de la imperiosa necesidad de llenar un vacío teórico sobre temas cada vez más transitados: los Estados Alternativos de Conciencia (EAC) y sus utilidades psicoterapéuticas.

Nuestra experiencia, directa e indirecta, con el uso ritual de la ayahuasca, como medio de curación integral (tanto psíquica como física y espiritual) nos ha exigido reformular nuestros constructos acerca del inconsciente, y sólo a la luz de los postulados de la Psicología Transpersonal hemos podido “acercarnos” a su mejor comprensión, cuyo resultado es la presente monografía.

Mucho de lo vertido aquí es bastante controvertido y difícil de asimilar sin la experiencia personal y profunda de habernos confrontado con nuestro inconsciente. Mi único pedido es que leáis estas páginas con la mente abierta (transicionalmente)...

ACERCA DE LA REALIDAD PSIQUICA

Cuando en 1900 se publicaba “La Interpretación de los Sueños”, Sigmund Freud presentaba los cimientos de una visión organizada de la hasta entonces ignorada (en su sentido de “no conocida” y de “evitada”) Realidad Psíquica.

El reconocimiento del Inconsciente como parte importante e incluso determinante de la actividad consciente; de sus mecanismos, procesos y contenidos, han permitido explicar las motivaciones y deseos subyacentes a la mayoría del comportamiento humano. El psicoanálisis creado por Freud lo aborda desde el análisis y la comunicación verbal (y paraverbal), a diferencia de escuelas más recientes que lo hacen desde lo no-verbal y la síntesis (terapia gestalt, psicósíntesis, análisis bioenergético, etc.).

Reflexionemos acerca de lo que es real.

Como mentes occidentales, hijos del siglo XX, estamos acostumbrados a pensar que “la realidad” o “lo real” es aquello que es tangible, que se puede ver, oír, oler, gustar tocar, sólo a través de los cinco sentidos. Es decir, aquello que es mensurable. Ello descarta, en su calidad de *real*, al contenido de los sueños, a los productos de la imaginación y de la fantasía, entre otros, lo cual no deja de ser un descarte *metodológico* de la ciencia, válido sólo para ella, pues el conocimiento de la realidad comprende otras áreas: la filosofía, la religión, y la psicología como área-frontera (Wilber, 1991).

“Pienso, entonces, existo”² dice Descartes. Es decir, sólo por medio de la autorreflexión, sólo por medio de mi aparato cognoscitivo, puedo saber que existo, puedo reconocer lo que es real. Si no hay un alguien capaz de pensar la existencia, la existencia como tal no tiene sentido. En psicología se discute mucho de la objetividad, que es una forma encubierta de hablar de lo que es real. ¿Es posible ser objetivos? Quiero ilustrar esto con dos ejemplos. A nivel filogenético los seres humanos vemos colores, los perros tonos de gris. Para el perro los colores no existen. A nivel ontogenético nos relacionamos con el mundo externo en función a nuestras experiencias pasadas y, por tanto, ¡cada persona tiene su realidad! Lo que impide nuestra caída en la psicosis es el hecho de compartir una realidad consensual, que establece puentes de un yo a otro yo. La objetividad pura, en este sentido, es una ficción.

² Es el sentido del *Pienso, luego, existo*, que suele interpretarse en términos temporales sutil y erróneamente.



Entonces, ¿qué es la Realidad Psíquica? Es la configuración de las vivencias de un ser vivo, que determinan su relación con la realidad externa. Dichas vivencias provienen tanto de aspectos biológicos (herencia, tendencias, pulsiones, arquetipos), ambientales (relaciones objetales, contactos con lo exterior), como también trascendentes (campos morfogenéticos³, vivencias espirituales). Comprende, de este modo, al aparato psíquico freudiano (conciente, preconciente, inconciente) y niveles de conciencia menos conocidos.

Así lo expresa Jung:

La “Realidad Psíquica” es un concepto controvertido, como “psique” o “mente”. Por los últimos términos algunos entienden la conciencia y sus contenidos, otros permiten la existencia de representaciones “oscuras” o “subconscientes”. Algunos incluyen a los instintos en el dominio psíquico, otros lo excluyen. La gran mayoría considera que la psique es un resultado de procesos bioquímicos en las células cerebrales. Unos cuantos conjeturan que es la psique lo que hace funcionar las células corticales. Algunos identifican “vida” con psique. Pero sólo una minoría insignificante considera al fenómeno psíquico como una categoría de existencia per se y saca las conclusiones necesarias⁴.

Recalquemos, entonces. La Realidad Psíquica es tan real como la realidad externa u “objetiva”. Y tiene sus propias leyes de funcionamiento, más fáciles de explicar por física cuántica que por física mecánica, usada por Freud y, de manera implícita, por la psicología contemporánea. La conducta observable y los procesos conscientes se explican en términos mecánicos; la realidad psíquica, por cuántico-relativistas (Cfr. Isaacs, Davies, Grinberg).

A lo largo de su vida Freud fue desenrollando la madeja de la realidad psíquica pero se vio limitado por su fijación pansexualista, biologicista y pesimista del ser humano. Posteriores desarrollos psicodinámicos han superado dicho enfoque.

Entre 1910 y 1920 el suizo C.G. Jung, antigua mano derecha de Freud y luego disidente, genera una teoría de la libido como energía universal pre-existente, más que mera energía sexual. Amplía el concepto de inconsciente, señalando que existe el Inconsciente Personal (freudiano) y el Inconsciente Colectivo, lugar donde se depositan los avatares de la evolución, los Arquetipos, y revalora lo espiritual como factor determinante para el desarrollo de un ser humano sano (“proceso de individuación”).

LO TRANSICIONAL

Décadas más tarde, el pediatra inglés Donald Winnicott, a través de su trabajo, teorizó acerca de lo que llamó lo Transicional, constituido por fenómenos transicionales, objetos transicionales y el Espacio Transicional, donde se desarrollan aquellos.

El Espacio Transicional surge en el proceso de des-fusión entre la madre y el niño. El niño, al ir tomando distancia de la madre, requiere tolerar la angustia de la separación de algún modo y es entonces que “alucina” a la madre, de modo tal que la mantiene a su lado aunque la empieza a distinguir distinta y lejana. De este modo, poco a poco, se va formando un *espacio*, que no es completamente interior, desde el cual es posible re-crear la realidad, jugar con ella (*play* en lugar de *game*, el juego libre en lugar del juego reglado), para luego ser capaz de enfrentarla mejor. Winnicott dice:

³ Concepto desarrollado por el biólogo Rupert Sheldrake para explicar la pre-existencia de la conformación de todo lo que existe.

⁴ C.G. Jung. “Psychology Commentary” en W.Y. Evan Wentz (comp.), *The Tibetan Book of Great Liberation* (Londres: Oxford University Press, 1977). Citado por Kakar (1993).



El juego, la creatividad, los fenómenos transicionales, la psicoterapia y la expresión cultural (el énfasis está puesto en la “expresión”), tienen un ámbito en el que ocurren. Este ámbito, el espacio potencial, no se encuentra en el interior, en ninguno de los sentidos de la palabra..., tampoco se encuentra en el exterior, es decir, no forma parte del mundo repudiado, del no-yo, de lo que el individuo decide reconocer (en perjuicio de cualquier dificultad y aún dolor) como verdaderamente externo, o sea, que está fuera del control mágico. El espacio potencial es un área intermedia de la experiencia situada entre a) el mundo interior, la “realidad psíquica interna” y b) “la realidad real o externa”⁵

En esa zona intermedia de experiencia, en cierta forma uno crea el objeto que encuentra. Por ello habla del fenómeno de ilusión, pero no en un sentido perceptual, sino en el sentido que lo que tomo del mundo externo es re-creado y hecho “a medida”. Es el área de la creatividad, donde se crea *mi* mundo. El ambiente es todo lo que me rodea. Mi mundo es eso que yo tomé de afuera y re-creo dentro de mí, donde cada cosa ocupa un lugar distinto y absolutamente subjetivo. La zona intermedia, el espacio Transicional, es una zona límite entre la realidad compartida y la subjetividad. Winnicott se refiere a que uno incorpora algunos elementos de afuera y los vuelve a ubicar afuera con elementos propios sobregregados. Entre estos dos tipos de experiencia están los fenómenos transicionales (Nelken).

Los Fenómenos Transicionales son, pues, todo aquello que ocurre en el espacio transicional y que permiten dar coherencia al vínculo y a lo vinculante (el objeto transicional) entre la realidad psíquica y la externa. La madre inicia al bebé en el complejo problema de reconocer entre sus percepciones subjetivas y las consensuales. Como ya dijimos, sus ausencias obligan al niño a buscar una solución a la angustia, primero a través de la fantasía inconsciente, y luego a través del juego. Allí está el germen de la capacidad de imaginar, del arte, del contacto religioso, de la creatividad. Si la madre prolonga en demasía la soledad del bebé, el duelo se instala para siempre y el objeto es vivido como irreparable. El espacio de transición no se forma cabalmente. De este modo se tienen, por un lado, a los esquizo-, con su poca conexión con la realidad consensual y aplanación afectiva y, por el otro, a aquellos ajenos a su mundo interno, extrovertidos al máximo (Abadi).

El Objeto Transicional ocupa el lugar de la madre pero no la reemplaza. Así es como se elabora la ausencia. “En el niño hay un registro de que ese objeto lo acompaña en ausencia de su madre, pero no es la madre. Representarla implica el reconocimiento de la pérdida y su recuperación en la fantasía” (Abadi, p. 90). El objeto de forma natural va perdiendo significación y es dejado de lado. El objeto del niño se convertirá en la pintura del artista o en la producción científica del intelectual. Pero, si las condiciones ambientales superaron la capacidad amortiguadora del objeto transicional veremos que el objeto posterior ya no ayudará a elaborar la ausencia sino a negarla: fetichismo, adicciones, amuletos. El uso fetichizado implica la ilusión de que el objeto es la madre, lo que implica la dificultad de transitar por lo simbólico (Abadi).

Hasta aquí nos hemos movido en terrenos psicodinámicos de raigambre psicoanalítica. Hemos visto que la realidad está compuesta por tres instancias: la externa, que es aprehendida por medio del consenso cultural; la interna o psíquica, tal como la describió Freud y la ampliaron otros; y la zona intermedia, que a la vez las une y las separa: El Espacio Transicional.

Es momento de profundizar desde un enfoque diferente, ampliándolo e integrándolo con la teoría de Henri Corbin.

⁵ Citado por Rache (2001).



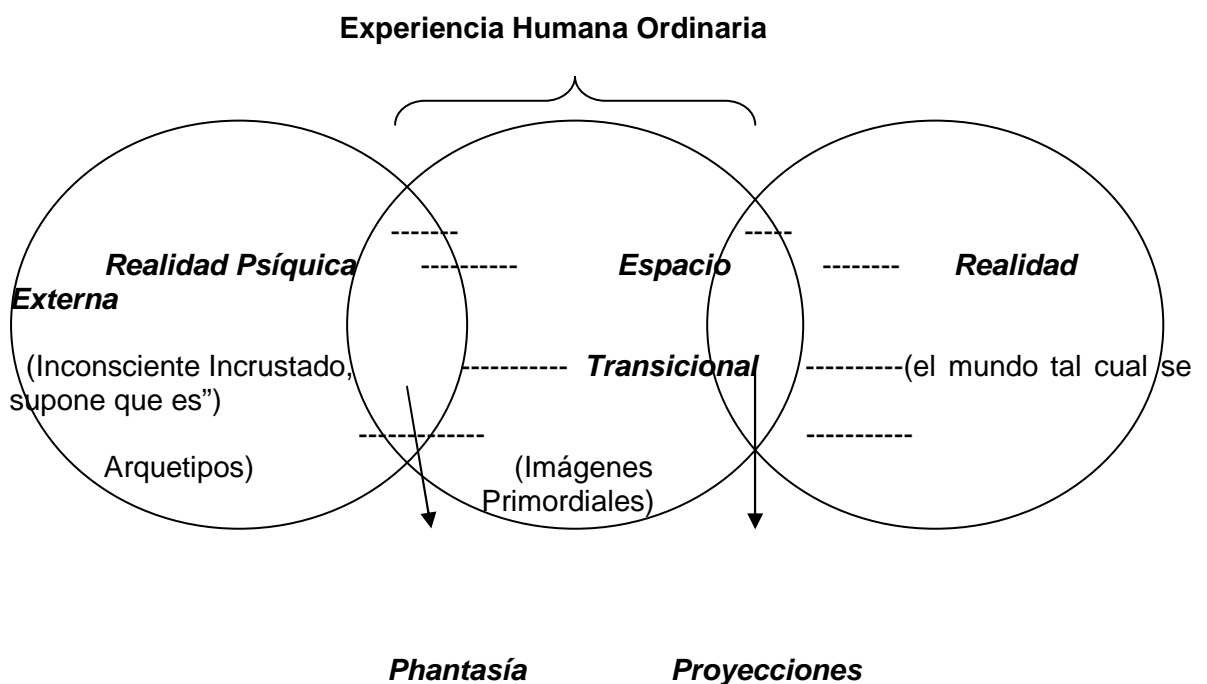
LO IMAGINAL

“Entre los dos (el mundo empírico y el mundo del entendimiento abstracto), existe un mundo intermediario, mundo de la imagen o de la representación, un mundo ontológicamente distinto al mundo de los sentidos y al mundo del intelecto, un mundo que requiere una facultad de percepción que le es propio...” (paráfrasis. Leloup, p. 22).

Este párrafo es muy semejante a lo expresado como Transicional, pero aquí es denominado lo *Imaginal* por su uso predominante de la imagen. Hay que aclarar que por imagen no sólo debe entenderse lo visual (que es lo más frecuente), sino toda re-presentación sensorial (*Imagen: reproducción mental de un objeto a través de los sentidos*. Diccionario Océano.). En este sentido, amplía y complementa el concepto winnicottiano, permitiéndonos explorar otras facetas del ser humano.

Las imágenes cumplen la función de comunicar sin juicios de valor, a diferentes niveles de comprensión, de manera sintética y potente; emergen del presente y se adaptan a la situación particular (toman forma), del mismo modo que una metáfora. Dependiendo del nivel intelectual, la procedencia cultural, la edad, el grado de ajuste, etc., el sujeto alcanza una comprensión determinada, válida para cada cual. Este potencial polivalente permite que la experiencia simbólica sea (re) constructiva. Por ejemplo: una espada, intuitivamente es un símbolo de poder, que puede ser interpretado –o significar, de acuerdo a las circunstancias- como arma de combate, imagen fálica o como el símbolo de la lucidez mental que atraviesa toda ilusión (Vaughan).

Lo Imaginal, podemos decir, es uno de los fenómenos transicionales, otro de ellos es **la Imaginación**. Pero mientras la imaginación es consciente (“imagina que los chanchos vuelan”) y **la fantasía** es preconsciente (el *quedarse absorto*, “sin pensar en nada”, por ejemplo.), lo imaginal se encuentra más cerca de la phantasia kleiniana (fantasía inconsciente), se nutre de capas profundas del inconsciente, tanto personal como colectivo, y a él se puede acceder por medio de la alteración de nuestra conciencia ordinaria con las técnicas más diversas: ensueño dirigido, niveles intermedios de meditación, sustancias enteógenas, hiperventilación, hipoventilación y estados cercanos a la muerte, etc. (Ring, Rowan).



El Esquema presenta una visión del Espacio Transicional como lugar donde se desarrollan los mundos imaginales, integrando las concepciones de Winnicott y de Corbin.

- La Realidad Psíquica *per se* se constituye por lo Inconsciente, gran parte de él definitivamente inaccesible (*incrustado*) pero no por ello menos influyente.
- La Realidad Externa (“tal como es”) es un espacio difícilmente accesible, quizá sólo descubrible por la experiencia mística (“yo y el universo somos Uno”), la cual, por su propia naturaleza es imposible de ser transmitida a otro.
- La interfase Espacio Transicional-Realidad Psíquica es el lugar de la phantasia o fantasía inconsciente, las vivencias primitivas que se hallan “flotando” en la mente y que determinan nuestro comportamiento (*Inconsciente Emergente personal*).
- La interfase Espacio Transicional-Realidad Externa es la zona de la Proyección, común a la vida ordinaria puesto que nuestra relación con el exterior es básicamente a través de su interpretación desde nuestra experiencia individual.
- El Espacio Transicional es aquella zona-puente, que se manifiesta en los sueños, el arte, las visiones, etc. (*Inconsciente Emergente personal y colectivo*).

La experiencia humana ordinaria se desarrolla en el Espacio Transicional y sus interfases. El acceso a las otras realidades corresponden a estados no ordinarios y/o de diferente nivel de conciencia.

Una aproximación neuropsicológica de la emergencia de lo imaginal es explicable de la siguiente manera: Cuando la Formación Reticular, responsable de la vigilia (o estado de conciencia ordinario) se ve alterada, su función de dar tono al córtex –haciendo que los estímulos fuertes (exteriores o conscientes) sean significativos y los estímulos propioceptivos y no conscientes sean no significativos- es revertida, emergen sensaciones, imágenes y emociones que han permanecido de modo subliminal (debajo del límite consciente). La memoria se desorganiza en términos espacio-temporales lineales (pasado-presente-futuro) y lo que ella almacena se muestra desde otra perspectiva, e incluso recuerdos remotos y aparentemente irrelevantes toman presencia y sentido muy actuales (Luria, Siegel).

El concepto de lo imaginal fue creado en 1972 por el francés Henri Corbin, quien pertenecía al Círculo Eranos, grupo de hermenéutica que se reunía anualmente en Suiza en el Instituto Jung. El sostuvo que las imágenes arquetípicas se situaban en el *mundus imaginalis*, y no en el Inconsciente Colectivo, convirtiéndose aquellas en “mediaciones arquetípicas ente lo divino y lo humano”⁶

Es conveniente que diferenciamos entre Arquetipo e Imagen Arquetípica o Primordial, muchas veces confundidas y poco entendidas.

LO ARQUETIPICO

⁶ Prólogo de F. Rodríguez. En Rowan, p.16s.

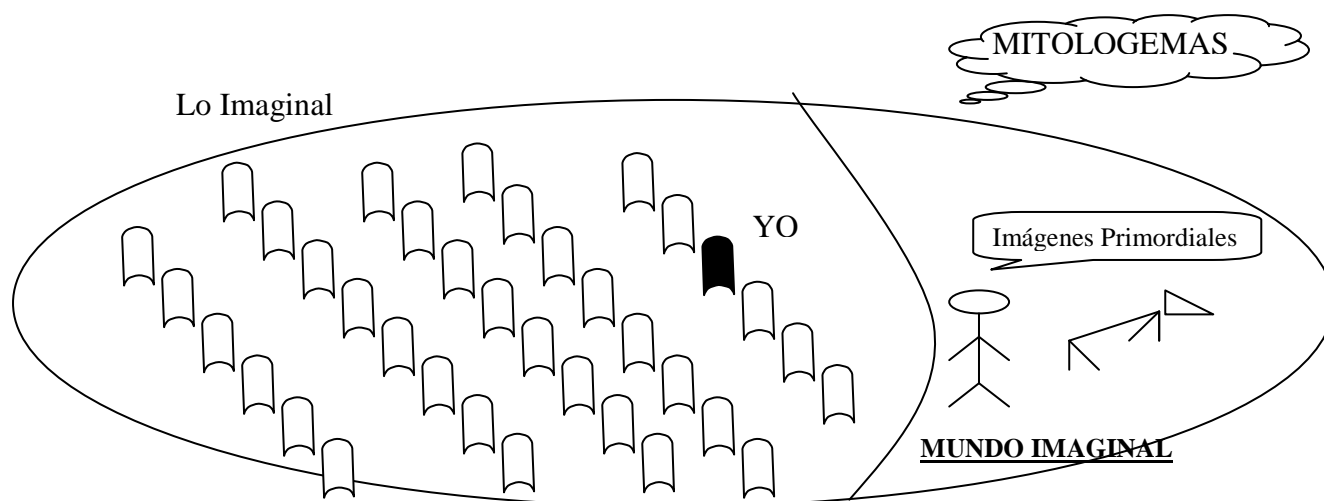


Por **Arquetipo** se entiende a las antiguas y primordiales (*arquía*) huellas impresas (*typus*, dejar huella), dejadas en el psiquismo como consecuencia de las experiencias vitales que los seres vivientes que nos preceden fueron acumulando desde tiempo inmemorial (Rowan, p. 64).

Según Von Neumann, discípulo de Jung, son “*predisposiciones estructuradas de la psique* (determinadas biológicamente), *que configuran el inconsciente colectivo* (que estaría contenido como información en el ADN) *y encuentran su primera formalización* (toman forma con sentido, hacen gestalt) *en las Imágenes Primordiales* (imágenes universales como el Viejo Sabio, la Gran Madre, la Serpiente del Conocimiento, el Dragón destructivo, etc.). –los paréntesis son nuestros.⁷

Las **Imágenes Arquetípicas** o Primordiales adquieren su forma particular de acuerdo a la experiencia personal (religión, cultura, intereses, etc.). Así por ejemplo, ante la visión de lo divino un cristiano verá a Jesús, un musulmán a Mahoma, un budista al Buda, un indígena a su tótem (Vaughan, p.246).

Harding (1965) señala que las imágenes arquetípicas se configuran alrededor de los **Mitologemas**, que son estructuraciones temáticas del Arquetipo. Se evidencian en la similitud de las tramas míticas, los cuentos de hadas, los sueños y en la imaginación activa. Ejemplos de ello son Edipo, las persecuciones oníricas, los diversos Apocalipsis, el tema del héroe al rescate de la doncella (tan explotado por los melodramas mexicanos), etc.



LOS MUNDOS IMAGINALES

Si los mitologemas son el guión y las imágenes primordiales son los actores, el Mundo Imaginal es el escenario donde se desarrollan aquellos. Lo imaginal es el teatro, donde uno (“Yo”) ingresa, sea como espectador o como participante de lo puesto en escena (ver gráfica).

Corbin sugiere que:

*Posee extensión y dimensión, figuras y colores: pero no se los puede percibir por medio de los sentidos a la manera de las propiedades de los cuerpos físicos. No, estas dimensiones, figuras y colores son objeto de la imaginación perceptiva o de los “sentidos psicoespirituales”.*⁸

⁷ ibídem

⁸ Corbin, H. *Mundus Imaginalis, or the Imaginal and the Imaginary*. Ipswitch, Golgonooza Press (1976, 1972). Citado por Ring, p. 224.

Las palabras de Corbin hacen resonar las de María Magdalena:

*Señor ¿el que ahora ve la visión, la ve a través del alma –psiqué- o a través del espíritu -pneuma-? El Salvador contestó y le dijo: No ve a través del alma ni a través del espíritu sino que **la mente -nös- que está entre las dos, esa es la que ve la visión...**” (el resaltado es nuestro).⁹*

Además, cabe resaltar que los “sentidos psicoespirituales” de Corbin y el nös del Evangelio Apócrifo de María -gnóstico -coinciden con el concepto budista de considerar a la mente como un sexto sentido, con sus propias percepciones.

Por otro lado, como parte de la realidad psíquica, no está sujeto a las leyes temporales ordinarias. Por tanto, todo es posible y nada muere para siempre. No son infrecuentes las experiencias de muerte, desmembramiento y resurrección, con lo que el hecho de matar a un “enemigo” (un defecto), en el mundo imaginal, no supone que no reviva o que no reaparezca bajo otro aspecto (Vaughan, p. 242).

Creo que sería más preciso hablar de “mundos imaginables”, en plural, puesto que son vivenciados como múltiples, con personajes, tiempos y tramas particulares, a los cuales se puede volver a recurrir en diferentes momentos.

Riesgos en el mundo imaginal

Explorar el *mundus imaginalis* puede ser sumamente enriquecedor pero también sumamente aterrador. Como tiene un carácter real, a veces quien se encuentra en él olvida que puede volver en cualquier momento a su función yoica, a la realidad consensual o permanecer en dicho mundo con una actitud distanciada, como espectador de los acontecimientos. Y lo que puede constituirse en una fuente de consuelo, poder y renovación puede terminar en una “crisis psicótica”, por no tolerar lo que se ve.

Esto que se “ve” y que asusta tanto puede ser:

- a) Nuestros aspectos reprimidos con tanto esfuerzo. Debido a la disminución o desubicación del sistema defensivo yoico.
- b) La captación del lado oscuro de la humanidad, en abstracto o en particular. Se produce por el fenómeno de “el self se abre a los demás” (Corbin), en el que uno se permeabiliza y a la vez que se está expuesto a ser “captado” en sus sentimientos y pensamientos por otros que lo acompañen, se es capaz de captarlos también. En su polo positivo, permite tener el “sentimiento de fusión”, con los demás seres.
- c) Interferencias ambientales (ruidos, olores, etc.), que activan memorias personales (Mabit a.).
- d) Lo *Numinoso*, lo muy sagrado. Como señala la literatura religiosa, Moisés tuvo que taparse los ojos para no ver a Dios y morir. El no estaba preparado. (Ex 3,6). Un milenio después Pedro, Santiago y Juan pudieron ver a Jesús Transfigurarse (Mt 17,2).

Esto es lo que tiene que decir un shamán australiano:

*Quando te acuestes para tener dichas visiones, y las tengas, serán horribles, pero no temas. (...) Algunas de esas visiones son espíritus malos, algunas son parecidas a las serpientes y algunas son espíritus de hombres malos que parecen fuegos devoradores. Verás arder tu campamento y subir las aguas de sangre; habrá truenos, relámpagos y lluvia, la tierra temblará, las colinas se estremecerán (...). No temas. **Si te levantas, no***

⁹ Evangelio de María, v. 10. En Vidal (199?).



verás esas escenas, pero si vuelves a acostarte las verás, a menos que tu terror sea demasiado grande (...). si oyes y ves estas cosas sin miedo, nunca más volverás a temer nada. Estos muertos no se te aparecerán jamás, pues tu miwi (fuerza física) se habrá hecho fuerte. Entonces serás poderoso, porque habrás visto estos muertos¹⁰. (el subrayado es nuestro).

Sin embargo, si el pánico domina tenemos al frente un cuadro psiquiátrico, con los mismos contenidos pero con el miedo en lugar del asombro, la violencia en lugar de la creatividad, el pesimismo en lugar de la paz ecuánime. A esto llama James *misticismo diabólico*, en contraste con el *misticismo religioso*, señalando que ambos provienen “del mismo nivel mental, de esa inmensa región subliminal o transmarginal” (James, p. 319).

Por ello es tan importante acceder a dichos mundos de manera segura. La práctica de la meditación, con su actitud de desapego y no-reacción ayudan a estar lo suficientemente tranquilos en sus dominios. La ingesta de sustancias enteógenas en un contexto ritual o bajo supervisión de un psicoterapeuta brindan la seguridad necesaria. La imaginación activa, como parte de un proceso psicoterapéutico, tiene el respaldo del encuadre analítico.

Entidades de los Mundos Imaginales

Mircea Eliade destaca que entre los *andamás* de Oceanía, el shamán que contacta a los “espíritus” en sueños es de menor categoría que aquel que lo hace en vigilia o semi-vigilia, en parte porque son de otra índole, en parte porque la vivencia es cualitativamente distinta en intensidad.

Los mundos imaginables están poblados por distintos seres: almas de los muertos, espíritus protectores (“animales de poder”, por ejemplo), espíritus de las plantas, de los objetos, dioses y diosas, monstruos, duendes, seres “negros” y seres “de luz” (los diablos y ángeles cristianos), fuerzas de la naturaleza, nuestras cualidades y defectos personificados, etc. (Eliade, Véase Barrionuevo). En su mayor parte estas entidades son proyecciones plásticas de nuestro interior y del inconsciente colectivo (Kakar, Master & Houston).

La utilidad de entrar en relación con ellas es múltiple: reencontrarnos con un familiar muerto nos permite decirle aquello que nunca dijimos, o despedirnos; acceder a nuestro animal de poder nos anima a seguir desarrollando de acuerdo a las cualidades que representa; entrar en contacto con los espíritus de la naturaleza nos sensibiliza ante ella; comunicarnos con entes espirituales nos permite reformular nuestra actitud religiosa; estar cara a cara a un monstruo es la forma más gráfica de enfrentar nuestros miedos más profundos, etc. Y son una fuente constante de creatividad.

El shamán (y cualquiera que emprenda el trabajo con lo imaginal) lo que hace es aprender a entrar a lo que él llama el mundo de los muertos o de los espíritus, por tanto, deja de temer a la muerte. Se comunica con los muertos así como los moribundos dicen ver acercarse a los que les precedieron (Doore). Holger Kalweit lo expresa de la siguiente manera¹¹:

No se debe considerar a la geografía del Más allá descrita [aquí] una descripción ingenua de otros pasajes...sino como un intento de permitir que la conciencia sobreviviente comprenda que ella es en sí el mundo del Más Allá... No existe un reino de la muerte en cuanto tal. El Más Allá está conformado por esas propiedades de la conciencia cuando se independiza del cuerpo. (el subrayado es nuestro)

¹⁰ Elkin. Aboririginal Men of High Degree, citado por Eliade, p. 86.

¹¹ Kalweit, H. (1988). Dreamtime and the Inner Space. Boston. Shambhala, p. 96. cit. por Ring.



Si bien es necesario sensibilizarnos a lo que nos rodea, superar la pena por nuestros muertos (nuestros objetos muertos), y el temor a la muerte, el trabajo de individuación, de desarrollo personal, requiere enfrentarnos con nuestro principal obstáculo: nosotros mismos, lo que en lenguaje imaginal corresponde a nuestros demonios.

La Sombra

El concepto de sombra, también de origen jungiano, se refiere a todo aquello que consideramos inaceptable en nosotros, nuestros defectos, nuestras pasiones, lo que hemos reprimido. Para continuar nuestra evolución, sugiere Jung, debe ser aceptada, integrada a la totalidad de nuestro ser. Ello no significa claudicar a sus dictados “maléficos”, sino reconocer su existencia para convertirla en una fuerza creativa. Sino, ella continuará sabotajeando nuestros actos conscientes. Asumir la sombra nos hace humildes, sabedores de nuestro potencial negativo. Al canalizarla a través del arte u otra actividad expresiva, despierta nuestro potencial creativo). (Wilber, Bly, 1998).

Mientras tanto, la Sombra toma cuerpo, se manifiesta en la realidad consensual como “enfermedad” (psicosomática o psicógena), y en el mundo imaginal como demonio, hostigando caprichosamente nuestros pensamientos y accionar (Diamond).

El Daimon

Usar la expresión “diablo” o “demonio”, en este contexto, es poco provechoso porque, en primer lugar, han adquirido una significación del Mal absoluto y, en segundo lugar, porque proyecta su contenido fuera del Yo, de lo cual uno no es responsable, sino que uno es “poseído”. *Daimon* es la palabra griega que derivó en “demonio”. Ella no sólo está desprovista de su connotación negativa gramaticalmente sino que conceptualmente siempre aludió a lo interno, a los espíritus o genios que nos habitan, ellos no provienen de afuera (rezagos de ello se encuentran en la expresión tiene buen –o mal- *genio*).

Lo daimónico es cualquier función natural –como la sexualidad, el erotismo, la cólera, la pasión, el anhelo de poder- que tienen el poder de dominar a la totalidad de una persona (...). Lo daimónico no es una entidad sino una función arquetípica fundamental de la experiencia humana, una realidad existencial (Diamond, p. 265).

La Posesión

“Lo daimónico...tiene el poder de dominar a la totalidad de la persona”, dice Diamond. En palabras sencillas, y en su expresión más negativa, esta idea alude a la posesión demoníaca. En los casos extremos de psicopatología, en un estado alternativo de conciencia o en la vida cotidiana de pueblos poco “civilizados” es así como es vivida, como una entidad que viene de fuera de uno, de carácter maléfico, ante el que se encuentra impotente el sujeto.

Vivido de esta forma, el primer paso es enfrentarlo en su lenguaje, sacándole del cuerpo con una “chupada” o a través del vómito (procedimientos comunes en el shamanismo amazónico), con el exorcismo (practicado por diversas religiones) u otras técnicas. El paso siguiente se desarrolla en el estado ordinario, en el que debe ser integrado como aspecto de la sombra personal, reconocerlo como un daimón, y realizar los esfuerzos necesarios para cambiar las pautas de comportamiento que los generaron, sino se corre el riesgo de empeorar exponencialmente. Jesús lo ilustra de este modo:



*Cuando el espíritu inmundo sale del hombre, queda vagando por lugares áridos en busca de reposo, pero no lo encuentra. Entonces dice: Me volveré a mi casa, de donde salí. Y al llegar la encuentra **desocupada**, barrida y en orden. Entonces va y toma consigo otros siete espíritus peores que él, entran y se instalan allí...*¹²

A su vez, la práctica espiritual (no necesariamente religiosa) es una eficaz defensa contra la “posesión”, al estar *imaginalmente* al servicio de un dios, es decir, “hay que **ocupar la casa**” (Vaughan, p. 238).

LA AYAHUASCA COMO ACCESO A LO IMAGINAL

Ayahuasca etimológicamente significa “soga de los muertos”, pues permite la comunicación o la entrada al otro mundo, al mundo imaginal. La ayahuasca no se trata de una sustancia ajena a nuestro organismo pues tenemos también una suerte de “endo-ayahuasca” que fabrica nuestro cerebro. De allí su falta de toxicidad además de sus mecanismos de autorregulación que determinan que la pócima se elimine mediante vómito o diarrea cuando el efecto es mayor a la tolerancia, ya sea física o psíquica. El aporte exterior de la Ayahuasca no hace más que exaltar temporalmente funciones naturales del organismo que se pueden resumir en un aumento de los efectos serotoninérgicos. **En el plano psicoterapéutico**, se induce entonces un proceso onírico pero consciente y emocionalmente dramatizado. El material psíquico entonces visualizado bajo formas simbólicas tiene un soporte real a nivel psico-emocional, como en una producción onírica, por lo que no es propiamente dicho alucinatorio sino visionario. La Ayahuasca **no es una planta alucinógena sino visionaria**.

Las visiones producidas están relacionadas tanto con el inconciente personal como con el colectivo, manifestándose los aspectos sombra del sujeto, y –como tradicionalmente se usa la ayahuasca en un ritual grupal- también se puede entrar en contacto con la información vital de los otros participantes, de manera plástica, viéndoles transfigurados, percibiéndoles con un olor o color particulares, etc. Es en este espacio ritual, imaginal, fuera de las coordenadas cotidianas de tiempo y espacio, donde el curandero actúa, invocando a los “espíritus” (entidades imaginales, arquetípicas o daimones) para que traigan salud y bienestar, y expulsando a los demonios que se han posesionado de los asistentes (si fuera el caso).

A MODO DE CONCLUSION

Mis experiencias con los estados alternativos de conciencia (EAC) -con ayahuasca o sin ella- no han generado en mí nunca un problema intelectual. Les he juzgado por su utilidad práctica Sin embargo, cada vez que ha sido necesario transmitir aquello me encontraba con enormes dificultades para darle una coherencia “racional”. Y ese ha sido el sentido del presente trabajo, esperando que facilite el acercamiento y el intercambio de otros investigadores y terapeutas.

La Ayahuasca, lo hemos dicho, es de empleo milenario y debe ser consumida, por razones de seguridad, de preferencia sólo bajo la dirección de un shamán experimentado y que nos inspire confianza (¡y no son fáciles de encontrar!). Uno debe acercarse a ella preparado, mejor aún dentro de un proceso psicoterapéutico con alguien que conozca o sea sensible a los EAC. Durante la sesión hay que mantener una actitud de desapego, dispuesto a confrontarse con lo que surja y, en la medida de lo posible, a profundizarlo, con la suficiente flexibilidad para dejarlo ir si así lo determinan el devenir de los acontecimientos. De este modo se cumplen dos requisitos básicos para cualquier ingreso a lo imaginal:

1. Adentrarse de manera consciente y mediante un acto de voluntad y,

¹² Mateo 12, 43-45



2. Apenas uno se ha adentrado, debe abandonar el control y mantener una actitud activa y de descubrimiento, dejándose llevar por la experiencia (Rowan, p. 92s).

Este ingreso a lo imaginal nos permite vislumbrar que existen diversos mundos imaginables, cada cual con sus propias características y habitantes. Sea grupal (como en una sesión ritual) o interpersonal (psicoterapia individual), el terapeuta, el cliente (y los demás participantes) comparten y tiene accesos (por momentos) a un mismo mundo imaginal. Este fenómeno recibe distintos nombres: “self abierto a los demás” (Corbin), “mente grupal” (Bohm), “contratransferencia encarnada” (Samuels), resonancia, etc., sólo explicable a través de la teoría cuántico-relativista, pues la mente funcionaría a dicho nivel. Este mundo, entonces, es compartido no a través del lenguaje sino de la imagen (“la representación mental de cualquiera de los sentidos”), teniendo lugar en el cuerpo, sentimientos y las fantasías de cada participante (Rowan, cap. 2).

Las visiones que se tienen requieren ser contrastadas luego, no tomarlas al pie de la letra ni realizarlas de inmediato. Así como cualquier crisis, deben ir acompañadas de un período de elaboración que permita su posterior integración a la vida cotidiana.

Cabe resaltar que “las visiones pueden ser útiles, inútiles o incluso perjudiciales, pueden ser estimulantes o desalentadoras, iluminadoras o desorientadoras, pero nunca verdaderas ni falsas” (Rowan, p 243).

Pero no todo es visual. Al hablar de “visión” se incluyen sonidos, voces, sensaciones, pensamientos, *insights* y, lo que casi no se toma en cuenta en la literatura especializada, “reconocimientos táctiles”. Es muy frecuente en la experiencia con ayahuasca –y lo hemos visto también, con menor frecuencia, en la Respiración Holotrópica- que las personas tocan sus cuerpos como descubriéndose, acariciándose. En buena cuenta, re-conociéndose. Si, como dice Winnicott, la madre no fue *suficientemente buena*, faltó el *handling* (la manipulación, el reconocimiento físico), vemos que a través de estos gestos los individuos reparan esa falta, con las implicancias que ello implica para el esquema corporal y la autoestima (Yoel).

Además del contenido mítico, que orientan la resolución de nuestros conflictos; de las experiencias sensoriales, que reparan nuestro *soma*; están las experiencias que desarrollan nuestra conciencia ecológica: a través de la comunicación con los “espíritus” de los animales, plantas y minerales, del “sentimiento de unidad con la naturaleza”, visiones acerca de la evolución, etc. (Rowan, p.75).

Todo lo descrito actúa como un verdadero Espacio Transicional, uniendo lo externo con lo interno –y manteniéndolos separados a la vez-, en el que se recobran fuerzas, se de-construyen y re-construyen vivencias, y donde la creatividad tiene su germen (Fernández). Winnicott lo ilustra muy bien:

El niño que se halla experimentando la omnipotencia al amparo del medio ambiente posibilitador crea y recrea el objeto y paulatinamente el proceso pasa a formar parte de él, apoyado por la memoria (...). en la normalidad el objeto es creado, no encontrado¹³

Por todo lo expresado podemos ver cuán importante es trabajar con lo imaginal en nuestras vidas. La ayahuasca es sólo uno de esos medios. También lo son la Respiración Holotrópica de Stanislav Grof, la Biodanza de Rolando Toro (en sus niveles avanzados), la Imaginación Activa de Carl Jung, el Ensueño Guiado, por mencionar técnicas relacionadas con la psicología y de fácil acceso. Todas ellas nos permiten “morir antes de morir”, nos conducen a la humildad del que reconoce su “lado oscuro”, y nos hacen conscientes que la Tierra es nuestra madre ¡y quien sería capaz de lastimar a su propia Madre!

¹³ Winnicott, D. (1987, 1971). Realidad y Juego. Gedisa. Buenos Aires, Argentina. Cit. por Harman.



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ABADI, Sonia (1997). "La Teoría de la Transicionalidad" en *Desarrollos Post-Freudianos*. Editorial de Belgrano. Buenos Aires, Argentina.
- BARRIONUEVO, Alfonsina (2000). **Poder en los Andes**. Impreso por Gráfica Bellido S.R.L. Lima, Perú.
- BIBLIA DE JERUSALEM (1987). Desclée de Brouwer. Bilbao, España.
- BLY, Robert (1998). "El Proceso de digestión de la sombra". En Zweig & Abrams: *Encuentro con la Sombra*. Kairós. Barcelona, España.
- DAVIES, Paul (1986, 1983). **Dios y la Nueva Física**. Salvat. Barcelona, España.
- DIAMOND, Stephen (1998). "Redimiendo nuestros diablos y nuestros demonios". En Zweig & Abrams: *Encuentro con la Sombra*. Kairós. Barcelona, España.
- DOORE, Gary (1992). **¿Qué Sobrevive?**. Planeta. Buenos Aires, Argentina.
- ELIADE, Mircea (1976, 1951). **El Chamanismo y las Técnicas Arcaicas del Extasis**. Fondo de Cultura Económica. México D.F., México.
- FERNÁNDEZ Mouján, Octavio (1994). **La Creación como cura**. Piados. Buenos Aires, Argentina.
- GRINBERG-ZYLBERBAUM, Jacobo (1979). **El Cerebro Consciente**. Trillas. México D.F. México.
- (1978). **Los Fundamentos de la Percepción**. Trillas. México D.F. México.
- HARMAN, María (1995). **Psicosis, Arte y Simbolización**, en Kristal, Ruth (1988, comp.). *Psicoterapia: ¿ciencia, arte, mito, religión o dogma?* Australis. Lima, Perú.
- ISAACS, Susan (1943). "Naturaleza y función de la Fantasía", en *Desarrollos en Psicoanálisis*.
- JAMES, William (1986, 1902). **Las Variedades de la Experiencia Religiosa**. Península. Barcelona, España.
- LELOUP, Jean-Yves (2000, 1997). **L'Évangile de Marie**. Ed. Albin Michel. París, Francia.
- LURIA (1970). **La Organización Funcional del Cerebro**. En *Selecciones Científicas Americanas*.
- MABIT, Jacques (artículos inéditos).
- MASTERS, R. E. L. & HOUSTON, Jean (1974, 1966). **LSD. Los secretos de la experiencia psicodélica**. Bruguera. Barcelona, España.
- NELKEN, Andrés (2001). **Clase 1: Introducción al pensamiento de Winnicott**, en Seminario: El Pensamiento de Donald D. Winnicott, www.edupsi.com/winnicott
- OCEANO UNO (1989). **Diccionario Enciclopédico**. Ed. Océano. Barcelona, España.
- RACHE, Eliane (2001). **El Espacio Potencial desde la trama de un discurso mítico**, en www.winnicott.net
- RING, Kennet (1990). **La iniciación chamánica, los mundos imaginales y la luz después de la muerte**. En *¿Qué Sobrevive?*, Gary Doore (1992, comp.). Planeta. Buenos Aires, Argentina.
- ROWAN, John (1996). **Lo Transpersonal**. Los libros de la liebre de marzo. Barcelona, España.
- SIEGEL, Ronald (1986, 1976). **Alucinaciones**. En *The Mind's Eye*, Scientific American Articles, W. H. Freeman & Co. New York, p. 109-116.
- SUDHIR KAKAR (1993, 1982). **Chamanes, Místicos y Doctores**. Fondo de Cultura Económica. México D.F. México.
- VAUGHAN, Francis (1997). **Sombras de lo Sagrado**.
- VIDAL, César (reimpresión 2005, 199?). **Los Evangelios Gnósticos**. Martínez Roca. Barcelona, España.
- WILBER, Ken (1991). **Los Tres Ojos del Conocimiento**. Kairós. Buenos Aires, Argentina.
- WILBER, Ken (1998). "Asumir la responsabilidad de la propia sombra". En Zweig & Abrams: *Encuentro con la Sombra*. Kairós. Barcelona, España.



YOEL, Claudia (200?). **Clase 5: La función Materna**, en Seminario: El Pensamiento de Donald D. Winnicott, www.edupsi.com/winnicott
ZWEIG, C. & ABRAMS, J., comp. (1998, 1991). **Encuentro con la Sombra**. Kairós. Barcelona, España.

