

POR UNA PSICOLOGÍA POSITIVA TRANSPERSONAL. RESPUESTA A MARIO SABÁN

JORDI SEGURA
Universitat Ramon Llull

RESUMEN: En este artículo se analiza la propuesta teórica de Mario Sabán, relacionándola con la psicología existencial de Frankl, la psicología interindividual de Girard y la psicología transpersonal de Wilber. La revisión que Sabán realiza de la psicología positiva de Seligman, desde la mística judía, conjuga con el concepto de sentido vital de raíz fenomenológico-existencial y con el modelo integral de Wilber, que también aborda los mundos cosmogónicos, abriendo una visión trascendente de la vida psíquica y social, estructuradas en varios niveles. Sabán aplica la estructura de la mística judía y pone en evidencia que, para tratar la felicidad, la psicología positiva no pasa solo por los mundos de la creación, la psique y la acción, marginando a Ein Sof, el mundo superior. La psicología existencial aborda el sentido, aunque lo sesga. No así la psicología interindividual, que se sustenta en el deseo mimético y en el triángulo de deseo Yo-Tú-Él, que es la base del comportamiento; uno de los vértices está en Ein Sof y es un Tú sujeto y objeto de deseo, como lo son el yo y los demás. Proponemos la necesidad de desarrollar una teoría del conocimiento psicológico integradora, fundamentada en una hermenéutica de los significados.

PALABRAS CLAVE: psicología positiva, psicología interindividual, triángulo del deseo, psicología transpersonal.

189

For a Transpersonal Positive Psychology. Response to Mario Sabán

ABSTRACT: In this article, Mario Sabán's theoretical proposal is analyzed by relating it to Frankl's existential psychology, Girard's interindividual psychology, and Wilber's transpersonal psychology. Sabán's review of Seligman's positive psychology, from Jewish mysticism, is coherent with the concept of the phenomenological-existential sense of living and with Wilber's integral model, which also deals with cosmogonist worlds, thus opening a transcendent vision of psychic and social life, structured at different levels. Sabán applies the structure of Jewish mysticism and shows that, to tackle happiness, positive psychology does not only go through the worlds of creation, psyche and action, disregarding Ein Sof, the superior world. Existential psychology deals with the sense, although it twists it. This is not the case of interindividual psychology, which is based on mimetic desire and the triangle of desire I-You-Him, which is the basis of behaviour; one of the vertices is in Ein Sof and it is a You subject

and object of desire, such as I and the others. We propose the need to develop an integrating theory of psychological knowledge, based on the hermeneutics of meanings.

KEYWORDS: Positive psychology, interindividual psychology, triangle of desire, transpersonal psychology.

El surgimiento de la psicología positiva (PP) supuso una doble aportación a la psicología contemporánea. Una fue quebrar el carácter patogénico de algunos modelos, ocupados en los aspectos psicopatológicos de la persona (Vera, 2006). Ahora, fenómenos como la felicidad, el optimismo, la alegría, la creatividad o la gratitud se sitúan a la misma altura que la ansiedad, la depresión y la enfermedad en general, anteponiendo a la sanación objetivos como el bienestar y la promoción de la salud. Otra aportación es derivada de la anterior: introducir nuevos objetos en el territorio científico, reconociendo implícitamente que más allá del laboratorio también hay conocimiento y que la psicología necesita reinventarse y revisar sus principios epistemológicos y metodológicos. En 1998, al tomar posesión de la presidencia de la APA, en el que fue considerado acto fundacional de la PP (Vázquez, 2006), Seligman vino a reconocer que la psicología empírica comenzaba a asumir el estudio de fenómenos tanto o más reales, universales y relevantes como el dolor y la enfermedad. Sin negar que el sufrimiento mental es consustancial a la naturaleza humana, es evidente que todos los seres humanos, incluso los que se alejan de la normalidad, actúan tan motivados por la búsqueda de felicidad como por condicionantes externos o fuerzas negativas inconscientes.

Los principios de la PP no son una gran novedad, pero permiten avanzar hacia el consenso entre la psicología autodenominada "científica" y propuestas que se habían formulado muchos años atrás, sin que suscitaran demasiada atención. Se recuperan viejos objetivos, procurando que la psicología esté a la altura de las circunstancias y abriendo el interés científico por fenómenos que ya eran familiares a los profesionales que trabajan en la calle. El nuevo siglo pide respuestas a nuevas realidades, empezando por la salud mental en el ámbito de la normalidad.

Dieciséis años después del discurso de Seligman, ¿en qué punto se halla la PP? Muchos años antes, reputados psicólogos ya habían hablado de Autorrealización (Maslow, 1954), crecimiento personal (Jahoda, 1954) o funcionamiento pleno del organismo (Goldstein, 1939; Rogers, 1980), conceptos que después quedaron bastante olvidados y en pleno siglo XXI deben recuperarse. A destacar, entre

ellos, el papel de la conciencia, una función psicológica que sobrepasa los límites de lo aparentemente real, acerca de la cual W. James se anticipó hace más de un siglo (James, 1890).

En estos años, la PP ha avanzado con timidez, persistiendo en el estudio de las emociones, un terreno en el que los viejos paradigmas se sienten seguros. Pero acaso con demasiada prudencia. Se han sustituido como objeto de estudio las emociones negativas por las positivas, pero el modelo de fortalezas y virtudes humanas sigue ahí, sin que se haya explotado su enorme potencial (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000; Peterson y Seligman, 2004).

Mario Sabán pretende señalar en su artículo carencias que la PP podría desarrollar, indicando un posible camino por recorrer, en el que los científicos deben implicarse. Hubo un tiempo en que la literatura reclamaba la conveniencia de unas ciencias sociales *value-free*, técnicamente sólidas, que estuvieran liberadas de pre-requisitos de valor. La respuesta de eminentes epistemólogos fue defender no solo la imposibilidad de que la ciencia abandone pre-conceptos; sino decir también que la posición crítica es imprescindible; que el científico asuma sus propios objetivos y esté dispuesto a someterse a una constante revisión. Como dijo Munné (2008), hay que reconocer que el científico, con sus objetivos, siempre pretende “abarcar” el objeto y, por lo tanto, debe actuar con honestidad y coherencia, con un sentido ético. El marco de referencia de Sabán, basado en el misticismo judío, pone en evidencia que la PP necesita ensanchar su marco paradigmático porque, aun sustituyendo el objeto, sigue anclada en la antigua ciencia, en el mundo de la Yetzirá (tomando sus palabras), y no se atreve a incorporar el Ein Sof, el infinito, quizás porque supondría replantear los objetivos y una revisión epistemológica sustanciales.

Sabán opina que la PP da por supuesto, erróneamente, que la felicidad es un objetivo, pero la sigue considerando un objeto psicológico más. Su análisis parte de una perspectiva antropológico-religiosa concreta, que podría suscribirse desde otros marcos filosóficos y antropológicos, y viene a afirmar que si la PP trata del mismo modo la felicidad (y las emociones, la salud o el bienestar) como hace con la inteligencia, la percepción o la memoria, es decir, como un objeto parcial más y no con una mirada “desde arriba”, lo tiene mal.

La escuela del bienestar eudaimónico, en su perspectiva del crecimiento personal (no del desarrollo emocional, propio del bienestar hedónico), parte de una perspectiva de autorrealización, existencial, que, como diría V. Frankl, podría tener como sentido último el descubrimiento del sentido. La idea de la mística judía sobre el Infinito

o “sentido general cosmogónico” va en esa dirección, si bien la noción de autorrealización de Frankl tiene un sesgo existencialista, porque considera que la búsqueda de sentido se realiza con una elaboración psíquica en interacción con los tres mundos de valor: trabajo, amor (relación interpersonal) y actitud vital, inspirándose en la filosofía de Scheler. Pero, así como los valores del trabajo se refieren al mundo físico (*Umwelt*) y los interpersonales a las relaciones con los otros (*Mitwelt*), los valores de actitud se construyen afrontando la limitación y, especialmente, las situaciones extremas y dramáticas; esto es, en el sufrimiento. Las situaciones dolorosas suscitan la necesidad de un sentido más allá del sentido; piden preguntas sin respuesta y abren paso a la dimensión trascendente, más allá de lo empírico, en dirección el espacio transpersonal. Sabán, en su reflexión, conecta la crisis existencial –objeto fundamental de las psicologías existenciales– con las creencias y el deseo como constructos nucleares de la psique y con la capacidad de conocimiento transpersonal, superior a toda inteligencia humana, que la incluye y la trasciende.

Una psicología que se mueve en el nivel interpersonal se esfuerza por profundizar en el encuentro entre dos. Es así como C. Rogers se identificó con la filosofía del Yo-Tú de M. Buber y pudo reforzar su fundamento antropológico, hasta entonces no del todo claro. La oportunidad de conocer a Buber fue la oportunidad para Rogers de pulir su terapia centrada en el cliente, durante muchos años sostenida en base a su experiencia como psicoterapeuta y una discutible versión del Organismo (Anderson y Cissna, 1998). Otro modelo, el de la psicología interdividual (Girard, 1978), parte del constructo de Deseo, considerado un epifactor, original, previo al encuentro, que el autor descubre encriptado en los mitos y que algunos psicólogos han explorado desde la vertiente psicológica y lo consideran primer atisbo motivacional. El Deseo se construye como mecanismo mimético y explica tanto la génesis de la violencia y sus conductas derivadas, de la que se ha ocupado principalmente el mismo Girard, como la aparición y el desarrollo de conductas positivas como el amor, la amistad, la admiración o la compasión. Se trata de un constructo bio-psico-social, que aporta fundamentos a nivel tanto de conducta individual como colectiva, que no es inconsciente, sino un mecanismo originario, socio-histórico, archivado en la memoria histórica colectiva, sensible a la razón y accesible al conocimiento (Segura, 2004).

El deseo mimético no se podría entender separado de la imitación, una categoría explicativa elemental que explica el comportamiento

psicológico y social (Tarde, 2011a; 2011b). En palabras de Deleuze (2009), una categoría que está fundamentada en el estudio de las infinitesimales corrientes de creencias y deseos que, al relacionarse, por imitación, oposición o invención, van dando forma tanto a unos como a otra. Los estudiosos del pensamiento tardiano subrayan su visión no-lineal y molecular del fenómeno, porque la imitación es la propagación de un flujo de creencias y deseos, y no la distribución de representaciones binarias (Sánchez-Criado, 2011). Un enfoque imitativo del deseo permite superar el tradicional debate entre los planos individual-colectivo del pensamiento, al considerar lo “infinitesimal” o “infinito” en un mundo que se caracteriza por la complejidad y la desproporcionalidad, que requiere combinar la mirada sincrónica, muy propia de la psicología, con la mirada diacrónica, reclamada por Girard. Corsín-Jiménez (2010) recomienda leer la novela de Tarde *Fragmento de historia futura* (1896) porque plantea la existencia una civilización subterránea y la necesidad de una metafísica de lo subterráneo...

Sin ánimo de extendernos en la teoría del deseo, señalar que el deseo de ningún modo es individual ni dual; hay un triángulo del deseo, que explicaría lo escondido de la vida social y psíquica, fundamentada en los mecanismos de mimesis, imitación y apropiación y de fenómenos consecuentes como la envidia, la admiración, la identidad o la pertenencia, entre muchos otros. Son mecanismos que operan de forma automática y no perceptible, que guarda la historia colectiva inmemorial a la que no tienen acceso los modelos tradicionales de pensamiento (Girard, 1982). Perseguir el re-descubrimiento de esa dimensión debería ser el objetivo final de las ciencias sociales y también de la psicología y la psicología social.

La idea de des-conocimiento está presente en Sabán cuando se refiere al Sod, “el secreto”, lo que ignoramos, y cuando afirma que “mientras con el constructo Inconsciente nos referimos a lo que sabemos pero no logramos exteriorizar o comprender, el secreto es aquello que la psique cree que no existe”. Ese “secreto” es la causa primera de los movimientos psíquicos y sociales y la psicología positiva tiene el peligro de concentrarse en la realidad externa y la realidad reflexiva de esos movimientos (los planos emocional, cognitivo y conductual). De acuerdo con Sabán, es imprescindible aproximarse a la realidad no-reflexiva y “la Psique debe elevarse hacia el Ein Sof en un camino de búsqueda permanente de conocimiento, para aceptar la realidad objetiva no-reflexiva”, porque no hay mayor error que el no-conocimiento de una realidad; otra cosa es poder y saber cómo aproximarse a ella.

La psicología positiva trabaja en el mundo inferior del Briá (mundo de la creación ordenado por las coordenadas de espacio y tiempo), en el Yetzirá (mundo de la formación de la psique) y en el Asiá (mundo de la acción), porque entiende la felicidad como la búsqueda de satisfacción de deseos creados artificialmente, quedándose en la mimesis primaria de la forma o la propiedad. Es una felicidad que puede referirse al bienestar hedónico y también del eudaimónico, hasta alcanzar los valores de actitud franklianos, que solo podrían descubrirse en cuanto a la pérdida, el fracaso y la “sin respuesta”; porque esta solo puede proceder del Ein Sof.

Atreviéndonos a leer la psicología interindividual desde la propuesta de Sabán, el deseo y la categoría de la imitación consideran la dimensión triangular, el Yo y el Tú que se completan con un Tú ubicado en el mundo del Ein Sof, considerándole, no como un objeto, mas como un elemento capaz de generar deseo. Así que ahora se nos aparece un nuevo Sujeto y el deseo es propiedad de tres vértices, Yo, Tú y Él, que desean y comunican entre sí. La psicología interindividual tiene algo de transpersonal porque “re-conocer” implica recobrar la conciencia plena, escuchar más allá, al Tú y al Él. Sería un conocimiento múltiple, transpersonal; el objetivo científico sería re-conocer (des-cubrir) las causas de la conducta en los tres planos –individual, interpersonal y comunitario– entendiendo que el deseo es tan individual como interpersonal y colectivo, entendiendo que Él está más allá de lo comunitario como mera suma individual. Como método científico se requerirá una actitud contemplativa, ya sea introspectiva, ya basada en el análisis de las macrorealidades (Segura, 2004). Para Sabán, el objeto de contemplación es el Ein Sof, un sujeto Tú que, desde el tercer vértice, propone el movimiento fundamental y el sentido máximo de la existencia. La idea es que la psicología se ocupe también de los niveles de conciencia existencial, atendiendo a una sabiduría que procure “el acercamiento permanente al Ein Sof”, en una búsqueda permanente de la felicidad.

La psicología transpersonal pretende el estudio de las experiencias directas y personales de las realidades espirituales (Sassenfeld, 2002). La propuesta de Sabán se sitúa en un paradigma relacional o teísta de la psicología transpersonal, pues cree en la existencia de una divinidad personal o personalizada (siguiendo las grandes religiones monoteístas), en una voluntad de relación consciente de la persona con Dios como otro, un Tú, a diferencia del el paradigma no-dual, representado por el budismo, el hinduismo y otras creencias, que cree que la identidad de cada persona equivale a la identidad del

Espíritu (divinidad de carácter impersonal) (Flood, 1996). Sea como sea, nos hallamos en la dimensión de la espiritualidad, con el reto epistemológico que eso supone.

El modelo integral de Wilber (2006) facilita la posibilidad de trabajar a través de una categorización de mundos cosmogónicos comparable a la mística judía y explica lo trascendente en los últimos niveles: en el psíquico, con el inicio de la contemplación; en el sutil, con las experiencias espirituales más allá de lo material y lo mental; y en el causal, donde el Yo se disuelve en la divinidad y surge el sentimiento de pertenencia a Dios. La psicología transpersonal, como avanzó James en el siglo XIX, ha elegido como objeto el estudio de la conciencia, pero su única estrategia es, hoy por hoy, la narración de la experiencia individual, hasta que la nueva ciencia de la complejidad sea capaz de elaborar nuevas y avaladas estrategias metodológicas.

Regresando al modelo interindividual, si partimos de un triángulo de tres sujetos, Yo-Tú-Él, sería erróneo marginar al Ein Sof. Si le consideramos también Sujeto, la actitud de conocimiento (contemplativa o reflexiva) deberá incorporar el principio ineludible de que Ein Sof emana voluntariamente hacia Briá, Yetzirá y Asiá. Es un sujeto activo e intencional, que desea infinitamente y procura la felicidad de la creación inferior; es movimiento perpetuo y constante, hacia el mundo creado. Por lo tanto, es *lícito*, más aún, imprescindible, que el paradigma positivo transpersonal se plantee como objetivo reconocerle.

Es interesante el análisis que hace Sabán de la mentalidad de Job. Se trata de un hombre que no puede sustraerse a lo mundano, que para interpretar las causas de sus desgracias es incapaz de abandonar Yetzirá y Asiá... Frente a él, Qohelet es el hombre sabio, que alcanza altos niveles de conciencia; el idealista que con el solo instrumento de la razón traspasa el nivel psíquico y avanza hacia lo sutil. La ventaja de Job es que ha sido víctima; no ha buscado su tragedia; la ha encontrado. Él ocupa el lugar de objeto en una especie de experimento en el que Satán y Dios ponen a prueba, visto desde su posición, su capacidad de resistencia; pero fundamentalmente la bondad de Dios. Job es un existencial y por tanto su aprendizaje vital será más consistente. Si bien Ein Sof está ahí, no se le puede conocer si no es a través de Briá, Yetzirá y Asiá, fuentes de conocimiento. Job ha tenido acceso a él.

Lo que acontece en Briá tiene su origen en Ein Sof y estimula el movimiento en Yetzirá y Asiá, a modo de respuestas vitales. El sentido máximo se halla en Ein Sof, donde habita el único sujeto con

sentido absoluto. Frankl admite que el sentido espiritual (también religioso) puede ser una excelente vía para que la persona pueda descubrir su sentido, porque la actitud frente a las situaciones límite es la máxima competencia que se puede alcanzar. En ese caso, como él mismo reconoce, desde un nivel religioso, es un conocimiento a través de la mística de la cruz. El judaísmo, como obra histórica y religiosa, posee también el conocimiento acerca de un Ein Sof que actúa y guía la historia. La mística cristiana coincide en esos principios, añadiendo a la mística judía, nada más y nada menos, la mística de la encarnación: Él ha viajado desde Ein Sof hasta Asia y Yetzirá, en el culmen de su obra creativa. Estas ideas pueden servir como un elemento *más, tanto a una psicología de la religión como a la construcción de una psicología transpersonal positiva, que enfoque el estudio de la vida psíquica a partir de la esencia y el ser*, desde las bases tomistas y fenomenológicas. Una psicología que considere que la realidad del mundo superior dialoga permanentemente con los mundos inferiores y que se establece constantemente una relación interindividual entre Yo-Tú-Él, que merece ser tenida en cuenta.

¿Puede hacerse de ese diálogo un objeto psicológico? El objeto científico debería ser el diálogo triangular, en cuanto lenguaje, como una teoría del conocimiento que se interese por la naturaleza de la mente, del deseo y de las creencias (Moya, 1999). Ahí se podría recobrar el debate entre los factores internos al individuo, con contenido intencional de la conducta, y los factores externos, como relaciones físicas y sociales. Las reflexiones de Sabán nos abren a un horizonte interdisciplinar en el que la dialéctica entre deseo y lenguaje estaría en el centro, al estilo del segundo Wittgenstein (1983), usando una hermenéutica de los significados personales y transpersonales.

 196

Referencias

- ANDERSON, R. y CISSNA, K. E. (1997). *The Martin Buber - Carl Rogers Dialogue*. Albany: SUNY Press.
- BARAHONA, A. (1998). "El problema del mal en R. Girard". *Religión y Cultura*, XLIV, p. 513-536.
- CORSÍN JIMÉNEZ, A. (2010). "The height, length and width of social theory". A: CANDEA, M. (ed.). *The social after Gabriel Tarde: debates and assessments*, pp. 110-128. London: Routledge.
- DELEUZE, G. (2009). *Diferencia y repetición*. Buenos Aires: Amorrortu.
- GOLDSTEIN, K. (1939). *The organism: a holistic approach to biology derived from pathological data in man*. Nueva York: American Book.
- FLOOD, G. (1996). *El hinduismo*. Madrid: Cambridge University Press.

- FRANKL, V. (1946/2004). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Herder.
- GIRARD, R. (1978). *Des choses cachées depuis la fondation du monde*. París: Grasset et Fasquelle.
- GIRARD, R. (1982). *El misterio de nuestro mundo*. Salamanca: Sígueme.
- JAMES, W. (1890). *The principles of psychology*. Nueva York: Holt.
- MOYA, C. (1999). *La evolución de la filosofía analítica*. Madrid: Fundación Carlos March. [Colección "Ensayos"]
- MUNNÉ, F. (2008). *La psicología social como ciencia teórica*. Edición en línea. [Fecha de consulta: 8 de enero de 2015]. <http://ww2.portalpsicologia.org/pdfs/2008Munne.pdf>
- PETERSON, C. y SELIGMAN, M. E. P. (2004). *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification*. Nueva York: American Psychological Association & Oxford University Press.
- ROGERS, C. R. (1980). *A way of being*. Boston: Houghton Mifflin.
- SÁNCHEZ-CRIADO, T. (2011). "Imitación, oposición e innovación de las formas sociales: finitude e infinitude en las leyes sociales de Gabriel Tarde". *Athenea Digital*, 11, 1, pp. 241-254.
- SASSENFELD, A. (2002). *Esbozo de una historia de la psicología transpersonal*. Seminario de investigación. Departamento de Psicología de la Universidad de Chile.
- SEGURA, J. (2004). "El desig i la mimesi com a bases d'una psicologia interindividual". *Aloma*, 13, pp. 153-164.
- SELIGMAN, M. E. P. y CSIKSZENTMIHALYI, M. (2000). "Positive Psychology: An Introduction". *American Psychologist*, 55, 1, pp. 5-14.
- TARDE, G. (2011a). *Creencias, deseos, sociedades*. Buenos Aires: Cactus.
- TARDE, G. (2011b). *Las leyes de la imitación y la sociología*. Madrid: CIS.
- VÁZQUEZ, C. (2006). "La psicología positiva en perspectiva". *Papeles del psicólogo*, 27, 1, pp. 1-2.
- VERA, V. (2006). "Psicología positiva: una nueva forma de entender la psicología". *Papeles del psicólogo*, 27, 1, pp. 3-8.
- WILBER, K. (2006). *La pura conciencia del ser*. Barcelona: Kairós.
- WILBER, K. (2008). *La visión integral. Introducción al revolucionario enfoque sobre la vida, Dios y el Universo*. Barcelona: Kairós.
- WITTGENSTEIN, L. (1983). *Investigaciones filosóficas*. Barcelona: Crítica-Grijalbo.