



INSTITUTO HUMANISTA DE PSICOTERAPIA CORPORAL, INTEGRA

**TESIS PARA LA TITULACIÓN EN MAESTRÍA EN PSICOTERAPIA HUMANISTA
CORPORAL QUE PRESENTA:**

MARIA ELENA DEL CARMEN BAILEY JÁUREGUI

**LA DIMENSIÓN ESPIRITUAL Y SU RELACIÓN CON LA DICOTOMÍA
CUERPO-MENTE**

UNA VISIÓN A PARTIR DE LA PSICOTERAPIA HUMANISTA CORPORAL

2016

AGRADECIMIENTOS

Quiero agradecerle principalmente al Instituto Humanista de Psicoterapia Corporal, Integra S. C. por ser a la vez fuente de inspiración y receptáculo de mis preguntas, inquietudes, respuestas y nuevas preguntas: la curiosidad no cesa.

También quiero agradecer a mis tres sinodales por no perder la fe y la disciplina en mí y en mi trabajo. Particularmente quiero agradecer a Bertha Martínez Zavala sin quien este trabajo no hubiera sido posible.

Gracias a Ana María González, Ruella Frank, Luis Mariano Aceves, José Gómez del Campo, Anatolio Freidberg, Medardo Plascencia, Alberto Segrera y Steve Gunther, por obsequiarme su conocimiento y su tiempo a través de las extensas entrevistas que hice con cada uno de ellos.

Particularmente quiero agradecer a mi maestro Juan Lafarga, por su infinito cariño, bendición y paciencia con este trabajo, y a mis maestros Thich Nhat Hahn, Pema Chödrön, John Pierrakos y Bárbara Brennan por acercarme a lo que verdaderamente soy.

Gracias a mi experiencia de vida, que me permite recapitular un poco y poder retribuir algo que espero sea útil.

Gracias a Ti Gran Dios(a) que Todo lo ves y Todo lo sabes, y tanto me amas.

DEDICACIÓN

Dedico la presente tesis a mi hijo Matías, quien con su incansable rebeldía, fuerza y belleza me permite profundizar cada vez más en mi propio camino de búsqueda-encuentro.

A ti madre, que aunque nunca leerás esta tesis, bendices mi camino.

“No busques afuera, vuélvete a ti mismo ya que adentro yace la fuente de la verdad”

San Agustín

ÍNDICE

Resumen	6
Abstract	7
Introducción	8
Propósito de la investigación	11
Justificación	12
Capítulo Uno: Psicoterapia Humanista Corporal y la Dicotomía Cuerpo-Mente	16
1.1. Conceptos de Psicoterapia Humanista Corporal y Espiritualidad a través del tiempo.....	19
1.2.1. Dicotomía Cuerpo-Mente.....	34
1.2.2. La sanación de la Dicotomía Cuerpo-Mente.....	43
1.2.2.1. Las creencias espirituales del psicoterapeuta: ¿afectan el proceso psicoterapéutico?.....	52
Capítulo Dos. Conceptos de la Dimensión Espiritual	55
2.1. Definición de Dimensión Espiritual.....	56
2.2. Principales elementos de la Dimensión Espiritual (Congruencia, respeto, empatía, aceptación positiva incondicional, trascendencia, principio de Unidad, compasión).....	61
2.2.1 El agradecimiento y la espiritualidad	66
2.3 El holismo como característica fundamental de la Dimensión Espiritual	71
Capítulo Tres. METODOLOGÍA	72
3.1 Trabajo de Campo: Datos fuente.....	73
Capítulo Cuatro. RESULTADOS	86
Capítulo Cinco. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	96
REFERENCIAS.....	113
APÉNDICE. Referencias complementarias.....	121

RESUMEN

La presente investigación surge de la necesidad de analizar la relación que existe entre la Dimensión Espiritual y la Dicotomía Cuerpo-Mente en la psicoterapia humanista corporal. Ésta se llevó a cabo a través de una investigación bibliográfica que permitió conformar el marco teórico y, por otro lado se llevaron a cabo entrevistas. Esta investigación se realizó en la Ciudad de México, y es de tipo cualitativo.

Este trabajo pretende enriquecer la reflexión científica acerca de la Dimensión Espiritual, el concepto de Unidad y la manera en que éstos se integran en el trabajo psicoterapéutico y en la Dicotomía Cuerpo-Mente, ahondando en nuestro conocimiento acerca de la salud y la enfermedad y la importancia de la Dimensión Espiritual.

El contenido del documento inicia con el encuadre de la pregunta de investigación, los antecedentes y la justificación. Seguido se plantea el Marco teórico con referencias específicas del tema y el Marco Metodológico. En el subcapítulo del trabajo de campo encontramos las entrevistas realizadas, así como el tratamiento estadístico cualitativo de la investigación. Finalmente se realiza un análisis de los datos obtenidos y se plantean conclusiones.

PALABRAS CLAVE

Dicotomía Cuerpo-Mente, Psicoterapia Humanista Corporal, Tendencia actualizante, Espiritualidad, Sabiduría orgánica, Holismo, Psicosomático, Psique y Soma

ABSTRACT

The present investigation emerges from the need to analyze the relation between the Spiritual Dimension and the Dichotomy between Body and Mind in the humanistic body psychotherapy. It was accomplished through a biographical investigation that allowed to conform the theoretical framework and, on the other hand, nine interviews were made with specialists in the subject. This investigation was done in Mexico City and it is a qualitative analysis.

The present thesis searches to enrich the scientific reflection about the Spiritual Dimension, the concept of Unity and the way in which these are integrated in psychotherapeutic work, and in the body-mind Dichotomy, deepening our knowledge about health and illness and the importance of Spiritual Dimension.

The content of the present document initiates within the frame of the investigative question, and with the antecedent and the justification. After that, the theoretical framework is established with specific references of the theme, and the methodological framework. In the fieldwork chapter, we can find the interviews as well as the qualitative statistic treatment of the present investigation. Finally, a data analysis is done and some conclusions are made.

KEY WORDS

Body-Mind Dichotomy, Actualizing tendency, Spirituality, Humanistic Body Psychotherapy, Organismic wisdom, Holistic, Psychosomatic, Psique and Soma

INTRODUCCIÓN

Existe una dicotomía histórica entre el cuerpo y la mente, la psique y el soma. Hay escuelas que se basan en dicha dicotomía y hay otras que asumen una Unidad inherente entre todos los aspectos del ser humano, y trabajan bajo esta visión. La idea en este trabajo es revisar algunas visiones dicotómicas, y hacer énfasis en la visión Humanista Psicocorporal que incluye y explicita el aspecto espiritual al trabajo psicoterapéutico, entiende y constata una Unidad que globaliza a la psique y al soma, de la cual depende el resultado de su trabajo y la sanación de las personas.

Cuando enferma el cuerpo, se van a producir una serie de reacciones en los procesos mentales del individuo para adaptarse a esa nueva situación. Y viceversa, los estilos de pensamiento, la forma de comportarse ante los demás y nuestras emociones conllevan cambios en el estado físico. En este ámbito aparecen los trastornos psicosomáticos, que por ello también se han denominado recientemente factores psicológicos que afectan al estado físico.

En un estudio publicado por la revista electrónica “Saludalia” (2003), se enumeran los trastornos psicosomáticos frecuentes, y se ve cómo también son influenciados desde su origen y en su intensidad por factores psicológicos. Algunos de ellos son: cardiopatía isquémica, asma bronquial, colon irritable, lumbalgia, infertilidad psicógena, eczema, etc. En este estudio refieren que es fundamental tener en cuenta que dividir al ser humano en cuerpo y mente es un artificio. Añaden que esta Dicotomía sirve para clasificar una serie de enfermedades, pero la realidad es más compleja, y la interconexión entre lo que pensamos, nuestras emociones y nuestro funcionamiento físico es un hecho sustancial para considerarse en la sanación.

El sujeto puede a su vez estar completamente sano o presentar alguna enfermedad orgánica objetivada (por ejemplo, angina de pecho); en ambos casos es lícito hablar de trastornos psicosomáticos, puesto que los dos son influenciados por el estado psíquico.

Este fenómeno es muy evidente en los niños pequeños, en los cuales el lenguaje aun no puede expresar el estado de ánimo; de esta manera pueden expresar su malestar, a través de multitud de síntomas (cólico abdominal, espasmo del sollozo, dolor de cabeza, crisis de asma, etc.). En el adulto, de igual forma, pueden afectarse todos los aparatos o sistemas orgánicos (cardiovascular, respiratorio, endócrino, etc.).

El tratamiento que se deberá dar a estas enfermedades según el artículo (Saludalia, 2003), es la psicoterapia, sin dejar de estar en constante colaboración con el especialista adecuado.

El reto actual para los Psicoterapeutas Humanistas Corporales y para los interesados en una salud integral en general, es encontrar la manera de acercarnos a tener teórica y prácticamente herramientas concretas para favorecer y sostener esta Consciencia Espiritual, que elimina la Dicotomía Cuerpo-Mente. Encontrar la manera en que las personas pueden entender que esto es algo que les va a favorecer en su calidad de vida, educación, sexualidad, economía familiar, etcétera.

Sabemos que las diferentes tipologías caracterológicas psicocorporales (como tipologías esquizoide, oral, masoquista, psicopática y rígida [Lowen, 1985]), son estilos específicos en los que la Dicotomía Cuerpo-Mente se manifiesta como una conformación psicoanatómica con temas mentales, espirituales y emocionales de vida específicos, y con propósitos específicos de crecimiento espiritual. Cada tipología se defiende de manera diferente de la luz (Espiritualidad) y se avergüenza de diferentes aspectos de ella. No es suficiente concientizar las defensas psicocorporales y trabajarlas a partir de herramientas sustanciales como la empatía, el respeto, la congruencia, la aceptación, o trabajar las corazas y los segmentos y los chakras con diferentes técnicas psicocorporales, sino que tenemos que, además, fortalecer el habitar la luz y sostenerla, así como concientizar y trabajar las trampas personales en las que caemos para sustentar dicha Dicotomía o sombra. Esta es, en mi opinión, la única manera en la que el proceso de ampliación de la consciencia y de un compromiso

con una salud duradera se lleve a cabo y no solamente estemos trabajando síntomas y reacomodando la neurosis.

El punto importante y crucial de este trabajo de investigación es, entonces, poder colaborar para que la teoría y la práctica puedan unirse y plantear un camino hacia adelante, con realismo espiritual y con mayor acceso, confianza y cotidianidad en la Consciencia de Unidad (Wilber, 1988) que nos permite alejarnos de la Dicotomía Cuerpo-Mente, sanándola.

El presente trabajo, es de tipo descriptivo, es decir, no pretende explicar la relación de variables o la correlación de las mismas, sino comprender lo que los expertos, en entrevistas personales, están trabajando, aportando y opinando actualmente en relación a la Dimensión Espiritual y la Dicotomía Cuerpo-Mente, así como su relación con la salud y la enfermedad. Los expertos consultados fueron:

- Juan Lafarga Corona
- Ana María González
- Luis Mariano Aceves
- Anatolio Freidberg
- Medardo Plascencia
- José Gómez del Campo
- Ruella Frank
- Steve Gunther
- Alberto Segrera

Si requiere del texto completo favor de solicitarlo a <http://www.instituto-integra.com/contacto/>