

Dossier

**U** universidaddevida.online  
Daniel Gabarró - Sergi Pérez

# Universidad de Vida

## **AUTO-ENGAÑOS Y PATOLOGÍAS DEL TRABAJO INTERIOR (PARTE 3)**

**DOSIER 72**

**16 de septiembre de 2019**

## ÍNDICE

Utilidad del dossier	3
1. Introducción	4
2. Psicología y psiquiatría	6
3. Los escalones para subir de estadio	10
4. No somos lineales	12
5. Niveles: sus patologías y acciones terapéuticas	14
6. Aplicación práctica	20
7. Bibliografía	21

## UTILIDAD DEL DOSIER

Cada semana, recibirás un **dosier que resume los contenidos impartidos en la sesión** para que puedas completar tus apuntes.

Además, de este modo, no hará falta que tomes apuntes si no lo deseas. Para algunas personas tomar apuntes facilita aprender, para otras personas les dificulta seguir la clase. Sabiendo que recibirás el resumen de la sesión, podrás decidir si tomas muchos o pocos apuntes en clase: **¡siempre lo tendrás todo!**

Sin embargo, **el dosier no sustituye la sesión**, porque en la sesión hay cosas que se cuentan y no pueden plasmarse por escrito. A veces lo que se dice es menos importante que el lugar desde donde se dice y eso es difícil de captar por escrito. Recuerda que la **asistencia a la clase en directo o en diferido es el 80% del resultado** del mismo.

También te invitamos a hacer **preguntas sobre el tema** tratado en la sesión usando el espacio que hay para preguntas que encontrarás en la pestaña “Acceso Alumnado” de [www.universidaddevida.online](http://www.universidaddevida.online).

Te rogamos que solamente hagas preguntas sobre el tema y no consultas privadas: no es un consultorio personal y eso bloquearía tanto a Daniel como a Sergi. Las preguntas contestadas se enviarán los **viernes** en un boletín de dudas donde aparecerán las respuestas de **forma anónima**: así podrás preguntar libremente y, además, podrás disfrutar de las respuestas que se den sobre el tema a otras compañeras o compañeros del curso.

¡Ah! Una última cosa: no dudes en proponer temas para que sean abordados en el curso si crees que hay un aspecto que te interesa o en el que quieres profundizar. ¿Te parece?

¡Pues empezamos!

## 1. INTRODUCCIÓN

Esta semana tenemos una sesión muy especial. Como sabéis, continuamos con el bloque de **auto-engaños y patologías del trabajo interior**.

Para que nos situemos, en la primera sesión hablamos sobre el Ego y el Yo, para saber que **quién inicia el trabajo es el Ego** y, por lo tanto, debemos hacer un **trabajo de recuperación: un yo consciente debe aparecer... ¡y eso es todo un trabajo!** Un trabajo que, como explicó Sergi en la segunda sesión, no es de lucha sino de amor, no es de esfuerzo sino de disfrute, no es para ser mejores sino para ser quién ya somos. Pero también hablamos sobre una serie de **errores mentales, errores emocionales y errores energéticos o corporales**.

En la segunda sesión, Sergi profundizó sobre estos tres temas: querer ser mejores, luchar contra el ego y forzarse en lugar de disfrutar y poner esfuerzo.

Y hoy tenemos la tercera sesión.

¿Qué haremos en esta ocasión?

Teniendo en cuenta que existen distintos niveles de conciencia y sabiduría (no es el mismo nivel de sabiduría, por ejemplo, el que tiene un niño de 4 años que una persona adulta que ha realizado un trabajo profundo de autoconocimiento), nos vamos a preguntar dos cosas:

- **Cuál es la patología de cada nivel:** cada nivel de conciencia tiene sus enfermedades típicas. Saberlas, por lo tanto, es muy útil.
- **Las acciones terapéuticas de cada nivel.** A cada nivel le corresponden una serie de acciones que solo son curativas en ese estadio.

**¡Advertencia!** Todo lo que explicaremos esta semana es novedoso. Es la primera vez que lo contamos con este orden y estructura. En este sentido,

os pido disculpas, si no he conseguido que quede lo suficientemente claro y evidente. Esta clase debe servirnos como inspiración, para que hagáis un cambio de mirada. ¡Ojalá os sea muy útil!

Antes de continuar, me gustaría recordaros dos temas más:

- 1) Como este mes tiene cinco semanas, la **última clase la dedicaremos a un tema distinto** al bloque que estamos trabajando. En esta ocasión, me gustaría hablar sobre hasta qué punto, nosotros creamos nuestra realidad o la generamos, o nos hacemos correspondientes de ella. Así mismo, hasta qué punto nuestro pensamiento modifica nuestra realidad. Sin embargo, si tenéis alguna propuesta, no dudéis en enviárnosla.
  
- 2) Estamos preparando el **primer encuentro presencial de alumnos y exalumnos de Universidad de Vida**. Más adelante, os informaremos detalladamente de todo, pero lo que ya sabemos es:
  - a. Fecha: sábado 29 de febrero y domingo 1 de marzo
  - b. Lugar: Residencia salesiana Martí Codolar, Barcelona
  - c. Precio: 40€

**¡Ah! Aula Interior y el Centre de Vic ya han abierto la matriculación para la edición de este año. ¿Se lo dices a quién creas que le puede ser útil?**

Ahora sí, empezamos. Las cinco partes de la clase de hoy serán:

- Psicología y psiquiatría
- Los escalones para subir de estadio en estadio
- No somos lineales
- Niveles: sus patologías y acciones terapéuticas
- Aplicación práctica

## 2. PSICOLOGÍA Y PSIQUIATRÍA

En la clase os enseñe dos imágenes.



Por un lado, la de una mujer, que tenía la pierna inmovilizada y, consecuentemente, andaba con muletas.

Evidentemente, cuando una persona se rompe una pierna, no es nada vergonzoso. Tenemos derecho a rompernos una pierna, a tener una gripe o lo que sea que nos ocurra.

Sin embargo, muchas enfermedades han superado el nivel de dolencia y se han convertido en enfermedades culturales. Me explico: tener un virus es un tema puramente físico, no tiene importancia.

Pero algunas personas se sienten culpables por tener ciertos virus, como podría ser el caso de un virus transmitido por contacto sexual. Toda esa culpabilidad y vergüenza no guardan relación con el virus, sino con el contexto cultural. Seguramente, si viviésemos la sexualidad de otra manera, también viviríamos de otra manera este tipo de enfermedades.

**Enfermedad**, por lo tanto, es la **construcción cultural** que hace que ciertas dolencias físicas estén bien vistas, mientras que en otras ocurre todo lo contrario. Pensemos, sino, en una conversación en el trabajo: seguramente, si decimos que tenemos la gripe, no ocurrirá nada porque está bien visto; pero no ocurriría lo mismo si les contásemos a nuestros compañeros/as que tenemos gonorrea, ¿verdad? Las reacciones suelen ser totalmente distintas.

Lamentablemente, muchas enfermedades psiquiátricas están mal vistas y generan un dolor innecesario en quienes las sufren. No solo están enfermas/os, sino que se sienten juzgados por ello.

Igual como no juzgaríamos a nadie por tener la pierna rota, también es sabio mirar sin juicio a todas las personas que tienen problemas psiquiátricos. ¡No es algo de qué avergonzarnos!

Pero ahora entenderéis porqué he usado esta imagen de la mujer con muletas y la pierna enyesada. Para mí, esta imagen ilustra lo que es la **psiquiatría**: Una ciencia médica que aborda los problemas que vivimos en nuestra mente, pero que están producidos por lo biológico.

Es decir, siempre que tengamos problemas en el ámbito psíquico o mental con un origen sea biológico, deberán ser tratados desde la psiquiatría.



Por otro lado, vimos la imagen de una persona que acaba de caerse de su bicicleta y, por consiguiente, tenía miedo a montarse de nuevo. Ese miedo no es biológico, es mental (¿qué ocurrirá?, ¿y si me vuelvo a caer? ...). Y, por lo tanto, pertenece al ámbito de la **psicología**.

La psicología nos ayuda a superar una serie de autolimitaciones y miedos que tienen relación con nuestra visión del mundo. En cambio, la psiquiatría nos ayuda a resolver sufrimientos psíquicos, pero que tienen su origen en lo biológico. Desde mi punto de vista, son ámbitos muy distintos.

Dicho esto, en muchos países de occidente se utiliza un libro que lleva por título **DSM** (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*). Es el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales de la Asociación Americana de Psiquiatría (American Psychiatric Association, APA) y contiene descripciones, síntomas y otros criterios para diagnosticar trastornos mentales. Actualmente, el libro va por su quinta edición, pues se va actualizando a lo largo del tiempo.

Lo curioso es que, si hacemos caso a este manual, casi el 50% de la población occidental tiene un trastorno psiquiátrico. ¡Y que el 25% encaja en la descripción de dos de ellos!

En mi opinión, creo que quizás estamos psiquiatrizando en exceso la vida cotidiana. Por ejemplo, cuando una persona pierde a un familiar, rápidamente queremos medicarle para que no sufra, cuando el duelo es una forma sabia de aproximarse a un sentido mucho más profundo de la vida y dejar caer falsas creencias. Precisamente esas falsas creencias son las que nos hacen sufrir y si las eliminamos químicamente, nos impedimos usarlas como una palanca de crecimiento y mayor comprensión.

Algunos psiquiatras como Stan Grof o Javier Álvarez, plantean una idea clave: **no confundir sufrimientos mentales generados por crisis de crecimiento, con problemas biológicos o psiquiátricos.**

Muchas de las cosas que sufrió San Juan de la Cruz y muchísimos otros místicos, eran crisis espirituales. Nacían de contactar con niveles superiores de conciencia cuando todavía no estaban suficientemente maduros. La Esencia los llamaba, pero al no estar suficientemente evolucionados, lo vivían con dolor. Es muy posible que esto mismo le esté pasando ahora a muchas personas que, en lugar de problemas psiquiátricos, tengan contactos con niveles superiores de conciencia que todavía no comprenden suficientemente y ello les genera dolor.

Teniendo en cuenta esto, es posible que algunas personas que están actualmente en los hospitales y centros psiquiátricos estén, en realidad, teniendo una crisis de crecimiento. Si las medicamos, de forma que mengüen sus capacidades mentales, les quitamos la posibilidad de enfrentarse a esa crisis con fuerza suficiente y, por tanto, la posibilidad de crecer.

Javier Álvarez, un psiquiatra que habla desde esta perspectiva, por ejemplo, utiliza el término de la **hiperia**: cuando la conciencia ordinaria (la mente lógica, los juicios...) es sustituida por una conciencia diferente, muy a menudo a niveles superiores de conciencia y, de ahí, nace el conflicto.

Esta conciencia superior la somos, pero todavía no sabemos habitar en ella de forma consciente y permanentemente. A veces puede ocurrir que conectemos y no sepamos manejar esa situación, no la sepamos ubicar. Eso nos producirá un cortocircuito, un sufrimiento.

No tenemos un problema psiquiátrico. Tenemos un problema de hiperia.

Pero lo importante es darnos cuenta de que es muy distinto **creer que estamos viviendo una neurosis o una psicosis** (con una base física y que, por lo tanto, necesitamos medición para resolver la causa), o **considerar que eso puede ser una apertura a un nivel superior de conciencia** que todavía no podemos mantener.

Lo comento porque es posible que en ciertas ocasiones vivamos conflictos con nuestra psique, psicológicos, que no debemos confundir con problemas psiquiátricos. Si no tienen un origen biológico, su enfoque tiene que ser muy distinto.

### 3. LOS ESCALONES PARA SUBIR DE ESTADIO EN ESTADIO

Visto este primer apartado, me gustaría comentar cuáles son los escalones de cada nivel.

Cuando nos iniciamos en un nuevo estadio de conciencia, siempre nos encontramos en el **escalón 1**. En ese nivel, vivimos con una calma extraordinaria la nueva realidad, pues para nosotros es la totalidad, lo normal, lo adecuado. Si hemos llegado a él desde un nivel inferior, además se suma el gozo: como estábamos en un nivel inferior, con una capacidad más reducida, al entrar en un nivel superior vemos el contraste y nuestro gozo se multiplica.

Sin embargo, al cabo de un tiempo, ese nivel se nos queda pequeño y comenzamos a **intuir** que ese espacio de alegría y gozo en el que estábamos tiene una serie de límites. De repente, involuntariamente, entramos en espacio de sufrimiento, pues empezamos a vislumbrar que ese espacio no es tan maravilloso como creíamos, pero todavía no entendemos bien qué nos ocurre: solo son intuiciones, insatisfacciones puntuales y poco conscientes. Esto que sucede a nivel individual, también ocurre a nivel colectivo. Lo digo por si queréis conectar lo que estoy afirmando con lo que dimos en la clase 62 de Universidad de Vida: *“Evolución en el crecimiento personal y espiritual: perspectiva social”*.

Este es el **escalón 2**.

Por ejemplo, cuando en la revolución francesa termina el absolutismo y llega la democracia, y con él el sufragio universal, no todas las personas votan. Solo los hombres de clase adinerada. La sociedad cree que eso es algo fantástico, pero al cabo de unos años, se dan cuenta de que no es nada más que un límite y se preguntan: ¿por qué las mujeres no votan?, ¿por qué los hombres de raza negra no votan o sin recursos económicos no votan?, etc. Y ese sufrimiento que se intuye como un límite los lleva al escalón 3.

El **escalón 3** nos empuja a querer entrenarnos, a querer cambiar la situación. A nivel colectivo, es el momento en el que aparecen las ONGs o los movimientos sociales y políticos. A nivel individual, abordamos la insatisfacción entrenándonos. Hay una voluntariedad parcial: deseamos entrenarnos, pero carecemos de habilidad para hacer frente a lo que intuimos. Es como cuando intentamos aprender a nadar y los movimientos que hacemos en el agua no se corresponden con los que queremos hacer mentalmente.

Por último, en el **escalón 4**, integramos la nueva visión. Y, cuando lo hacemos, se produce un salto al nivel de conciencia inmediatamente superior.

Es decir, cuando pasamos de un nivel de conciencia a otro, no se pasa de forma abrupta, sino mediante una **gradación** que, con más o menos acierto, acabamos de intentar describir.

Esto nos lleva al siguiente apartado.

#### 4. NO SOMOS LINEALES

Como personas, tenemos niveles de evolución distintos dentro de nosotros/as mismos/as.

Por ejemplo, nuestra inteligencia musical puede no tener el mismo nivel de evolución que nuestra inteligencia emocional, o que nuestra inteligencia interpersonal (cómo nos relacionamos con los demás), o que nuestra inteligencia intrapersonal (cómo nos relacionamos con nosotros mismos), o nuestra inteligencia matemática...

Seguramente, tendremos un nivel de evolución más alto en ciertas áreas que en otras, y eso nos conformará una personalidad determinada. No somos una única pieza totalmente homogénea: estamos compuestos por distintos ejes que encajan (cada uno, a su ritmo) y que van evolucionando poco a poco.

Comento esto porque en algunos aspectos estaremos en un nivel y, a veces, en otros: no somos lineales, ni homogéneos.

Naturalmente, desde una perspectiva consciente, podremos darnos cuenta de que, si en un nivel estamos muy bajos, es una oportunidad para hacer un trabajo y crecer en ese aspecto. Desde la perspectiva de Universidad de Vida, sabemos que la queja no sirve de nada. Por eso hemos renunciado a ella.

Por lo tanto, lo que podemos hacer es usar ese conflicto como palanca para crecer en dos sentidos: por una parte, para limpiar lo que esté desequilibrado, para cerrar la herida; y, por otro, para saltar de nivel.

El concepto HIPERIA nos puede ser útil en este caso. Si cuando estamos sufriendo, nos detenemos y nos preguntamos si ese sufrimiento ocurre porque todavía no sabemos manejar un nivel de conciencia superior que está emergiendo, sabremos que no se trata de tratarnos químicamente, sino de ir al origen.

Naturalmente, si la situación es crítica y la farmacopea (los medicamentos) pueden ayudarnos, está bien que los usemos. Pero sabiendo que el origen de la dificultad está en otro lugar y que, por lo tanto, usaremos la medicación como unas muletas temporales. Además, lo haremos sin culpa: ¡no convirtamos estas dificultades en nada de lo que nos tengamos que avergonzar!

## 5. NIVELES: SUS PATOLOGÍAS Y ACCIONES TERAPÉUTICAS

Para explicar con claridad los niveles, vamos a diferenciarlos en tres bloques:

- a) **Niveles pre-personales:** todavía no existe un Yo, ni un Ego
- b) **Niveles personales:** domina el Ego
- c) **Niveles transpersonales:** va surgiendo la Esencia

### Nivel 1. Prepersonal:

Este es el nivel de los bebés. No pueden diferenciar entre ellos y la realidad, entre ellos y el exterior.

Viven unos sentimientos, pero no saben que hay unos padres, unos tíos, unos hermanos... No hay un Yo. Hay una pura indiferenciación.

### Patología

Hay unas patologías que surgen ya en la misma gestación y otras que aparecen justo en el parto y en el postparto, y que dificultan que el bebé pueda descubrir cuáles son sus límites y por lo tanto construir su Yo.

### Terapia reparativa:

*Diferenciación entre el Yo y No-Yo.*

*Si persiste en la infancia y adultez: terapia regresiva intensa.*

## Nivel 2. Senso-motor

En este nivel descubrimos el cuerpo. Existe un Yo que quiere mover el cuerpo, que quiere descubrir, que se abre a las sensaciones y percepciones.

### Patología

Aquí puede ocurrir que la máquina esté deteriorada: no capte, confunda, no perciba...

### Terapia reparativa:

*Pacificación fisiológica:* necesitamos una calma inicial para empezar a descubrir y trabajar cada uno de los aspectos hasta conseguir captar cómo funciona nuestro cuerpo y cómo nosotros lo mandamos.

## Nivel 3. Personal

En este nivel tenemos que nacer al mundo emocional, al mundo del vínculo, de las relaciones.

### Patología

No descubrir que los demás sienten cosas distintas a nosotros. Eso nos llevaría a una ausencia absoluta de empatía y de desconocimiento de la existencia de los demás como seres completos e individuales.

### Terapia reparativa:

*Construcción del Yo:* Yo siento y los demás pueden sentir otras cosas.

Mientras no descubramos a los demás, debemos evitar terapias analíticas y psicoanalíticas.. ¡todavía no existe ningún “yo” al que analizar!

Estas patologías que hemos descrito no son las que nos preocupan a nosotros/as. Pero está bien conocerlas para darnos cuenta de que todo es una gradación y para entender lo que les puede ocurrir a muchas personas que han tenido problemas en estos niveles previos.

Bueno, en la clase afirmé que estas patologías ya no nos afectan. Sin embargo, no es totalmente cierto.

Cuando se “nace a un nuevo estadio de conciencia” suele haber un período durante el cual volvemos a pasar por estos estadios, pero desde un nivel de conciencia superior.

Es decir, volvemos a tener que diferenciarnos de lo que creíamos ser antes y del mundo que creíamos cierto, volvemos a tener que recuperar el control sobre instrumentos de relación con este nuevo nivel de conciencia y volvemos a tener necesidad de recomponer y transformar el vínculo amoroso/emocional que hemos establecido con nosotros/as mismos/as, con los demás y con el mundo.

Muchas veces insisto que el crecimiento interior es en espiral y creo que lo que acabo de matizar es una demostración de ello.

**¡Atención!**

**Los siguientes niveles sí nos corresponden, sí son nuestras patologías más habituales.**

## Nivel 4. Personal

En este nivel se pone en marcha la mente representativa, que puede empezar trabajando con imágenes, luego con símbolos y finalmente con conceptos. Estamos hablando de una “mente pequeña”, de la mente lógica, dónde pueden existir varias subfases en su evolución (no es lo mismo la mente a los 12 años que en la adultez).

### Patología

- **Dificultad en dominar la mente reptiliana:** es decir, a veces queremos hacer algo, pero la mente reptiliana o instintiva nos domina.
- **Represión de lo biológico:** la mente reprime lo biológico (por ejemplo, pensar que la sexualidad es mala y eso tiene, como efecto, reprimirla a nivel físico y emocional, con las consecuencias correspondientes).
- **Dificultad para pensar en conceptos** (en categorías que agrupan símbolos e imágenes)
- **Dificultad en alcanzar el pensamiento abstracto.** Esta dificultad puede tenerla hasta un 30-35% de la población adulta, tal como ya comentamos en la clase 62.
- **Dificultad en alcanzar la reversibilidad:** es decir, ponernos en el lugar del otro a nivel moral, a nivel emocional o a nivel físico. Esta dificultad suele tenerla más del 70% de la población y creo que también lo abordamos en la clase 62.

### Terapia reparativa:

*Aquí entran los psicólogos en general  
Logoterapia, psicoanálisis, gestalt...*

*Introspección, autoobservación. Quiero llamar la atención que ahora sí es posible entrar en introspección y autoobservación, pero que en el nivel anterior, por ejemplo, no hubiera servido de nada: ¡todavía no había un verdadero yo mental al que observar!*

## Nivel 5. Transpersonal: centáurico, esencial

A partir del momento en que tenemos un nivel 4 sólido, podemos empezar a tener percepciones de ámbitos superiores de conciencia (incluso en forma de intuiciones, sonidos, visiones, seguridades... ¡por eso muchas veces se ha confundido con la locura!).

En realidad, Yo y lo Superior son la misma cosa. Yo soy la Esencia. Pero cuando esta se expresa a través de un instrumento muy limitado aparecerán problemas inevitablemente...

En este nivel centáurico (que es en el que estamos la mayoría de nosotros), y que es el primer paso hacia lo Superior, hay una parte muy humana, pero a la vez conservamos una parte instintiva, del Ego (automática, animal, instintiva, mecánica). Los centauros todavía no somos personas completas (menudo chasco, ¿verdad? Je, je, je...). Sin embargo, cuánta más atención pongamos en este nivel, más avanzaremos y más nos iremos convirtiendo en verdaderos humanos conscientes de ser la Vida en expresión a través de nuestra corporalidad.

## Patología

- **Represión de lo biológico.** Como también había en el nivel anterior, esta posibilidad sigue existiendo en este nivel.
- **Depresión.** De repente, nos damos cuenta de que no estamos viviendo nuestra totalidad y que las mentiras que nos contábamos ya no nos sirven.
- **Patologías existenciales.** Nos damos cuenta de que muchas cosas que hemos hecho no tienen sentido.
- **Alucinaciones,** pues podemos ser capaces de captar realidades paranormales. No digo que no existan (porque sí existen, aunque no sea habitual captarlas), pero si no sabemos manejarlos con estas nuevas percepciones podemos creer que estamos locos y no saber diferenciar claramente lo físico de lo percibido de otros niveles no físicos.

Tengo la intuición que hay muchas personas en instituciones psiquiátricas que han captado estos niveles superiores de conciencia cuando su evolución aún era demasiado inferior como para poder abordarla conscientemente y con calma.

### **Terapia reparativa:**

*Terapia existencial:* darnos cuenta de que todo lo que ha ocurrido, tenía que ocurrir para que YO fuera. Todo tiene un sentido.

*Misticismo natural, teísta, sin forma.* En realidad, la materia no existe, todo es una información, una energía. Pongo atención en ese espacio donde la energía se origina. Aquí hay diferentes niveles de relación con lo superior y cada uno de ellos nos lleva a un nivel de conciencia más real y, a la vez, más sutil y menos físico.

*Meditación, presencia, estudio teología*

## 6. APLICACIÓN PRÁCTICA

Mi hipótesis es que la mayoría de nosotras/os estamos entre los dos últimos niveles. Por lo tanto, cuando tengamos una dificultad vamos a plantearnos lo siguiente:

- ¿Dónde se ubica esa dificultad? ¿De qué nivel es típica?
- ¿Qué mirada me empodera? Recordar hiperia.
- ¿Qué necesito para usarlo de palanca? ¿Qué acción o terapia reparativa me va a ir mejor?

Pero...

- No menospreciemos la medicación psiquiátrica. Ved su utilidad para reequilibrar puntualmente, o de por vida, en casos muy concretos.
- No confundamos, tampoco, las crisis de crecimiento con la enfermedad: puede ser hiperia.
- Todo aquello que tiene un origen psicológico, solo se puede trabajar desde el ámbito psicológico (desde la autoobservación, la meditación, el trabajo interior...).
- Gran parte de lo que vivimos es hiperia. Estamos mudando nuestra piel.

## 7. BIBLIOGRAFIA

Esta bibliografía solo es por si alguien quiere profundizar. No lo considero necesario, pero como algunas personas han pedido una bibliografía básica, aquí la tenéis:

- Sobre psiquiatría alternativa:

***Una nueva psiquiatría***, de Javier Álvarez. Libro auto-publicado.

Este libro, curiosamente, se presenta en Barcelona, el próximo 5 de octubre, sábado, a las 10.30 horas en Sala Joe Forga del Ateneu l'Harmonia, en la Fabra i Coats: C/ de St Adrià 20

- Sobre los niveles de conciencia, sus patologías y sus terapias:

***Breve historia de todas las cosas***, de Ken Wilber, editorial Kairós. Un libro muy recomendable y una buena introducción a este autor que es de los mejores en filosofía y psicología transpersonal. En concreto, de la página 187 a la 312 aborda lo que dimos en clase.

***Psicología integral***, de Ken Wilber, editorial Kairós.

- Sobre terapias existenciales:

***22 historias clínicas de realismo existencial***, de Alfredo Rubio, publicado por Edimurtra.

***La mitad de la vida como tarea espiritual***. La crisis de los 40-50 años, de Anselm Grün, editorial Narcea.