

“Entre meditación y psicoterapia” de Claudio Naranjo

Recibimos de Ediciones La Llave (Vitoria, España) este nuevo libro de Claudio Naranjo. Se trata de una versión ampliada y remozada de su muy conocido “Psicología de la Meditación”. De la introducción extraemos este fragmento:

Tal como en la evolución del pensamiento occidental era inevitable que el intelecto racional llegase a reconocer sus limitaciones, también era inevitable que en la psicoterapia dinámica surgiese una conciencia de sus límites; era natural por lo tanto que los buscadores occidentales comenzasen a mirar hacia el este para encontrar una guía experimentada que durante las décadas previas no había parecido relevante.

Lo que es cierto para nuestra cultura lo es también para muchos de nosotros individualmente, y mi trabajo ha reflejado mis propias experiencias como buscador. “Meditación y psicoterapia” ha sido mi estandarte desde que el Instituto Esalen me invitó en los años sesenta a trabajar a mi manera, y eso “me puso en marcha”. Poco a poco, el currículum de aquellos talleres se convirtió en la estructura nuclear de mi trabajo posterior - un entrenamiento transpersonal de terapeutas y educadores que gravitaba en torno a la meditación, el insight personal y la comunicación auténtica. En vista de mi larga dedicación al tema ha sido sencillamente natural que yo haya ido mucho más allá de recomendar simplemente a los pacientes que mediten y de reformular los métodos tradicionales. Así en la segunda parte de este libro ofrezco un entendimiento teórico de la relación entre meditación y psicoterapia y comparto algunas de mis contribuciones a la integración entre ambos campos.

Me gustaría pensar que la actitud integrativa mostrada a través de los capítulos de este libro servirá como antídoto a cualquier tendencia sectaria y llamará la atención hacia los temas fundamentales que subyacen a las formas bien conocidas y específicas de meditación y psicoterapia. También me sentiré muy feliz -por supuesto- si los frutos de mi experimentación son de interés y sirven de estímulo para los buscadores, y útiles para los que ayudan a otros como para los que están en posición de dar uso a la información pertinente en situaciones sociales, desde grupos de autoayuda a iniciativas educativas.