



¿QUÉ ES PARA MI LA PSICOTERAPIA?

Considero que la psicoterapia es para nuestros tiempos, uno de los pocos ritos de pasaje o caminos de iniciación que tiene el hombre contemporáneo, tan falto de ritos y rituales significativos. Los ritos sirven para acompañar los tránsitos vitales y su concomitante paso a un nuevo nivel de existencia y de conciencia.

Para mencionar algunos tenemos; los ritos de pasaje de la adolescencia al mundo de los adultos, los ritos de pasaje de la sexualidad femenina: menarquia, menopausia, maternidad. También lo son el matrimonio o las separaciones afectivas significativas así como los cambios de condición económica y/o profesional, los pasajes por enfermedades o el trascendental pasaje de la muerte.

En las culturas tradicionales estos ritos de paso exigían del iniciado o de la iniciada pruebas de fortaleza y resistencia física además de coraje y valor. Estas eran las condiciones necesarias para la sobrevivencia y la inclusión en las comunidades a las que pertenecían.

Hoy día ya no se precisan estos requisitos para entrar a la comunidad de los hombres. Su ausencia dificulta el paso al siguiente estadio con pleno conocimiento de sus responsabilidades y derechos.

Y así vamos por la vida, con un ínfimo monto de responsabilidades, con una desproporcionada lista de derechos y casi siempre a destiempo. Por eso considero que la psicoterapia y en general cualquier camino de autoconocimiento para el desarrollo de la conciencia son los “sustitutos” de los otrora ritos de paso.

El ser humano está participando en su propia evolución como especie y el único requisito para hacer frente a este nuevo reto sin que termine al final derivando en una terrible y penosa extinción es entrar de manera individual en un camino de mayor conciencia sobre lo que somos y hacia dónde vamos o queremos ir.

El planeta y la humanidad necesitan urgentemente un cambio y no puede realizarse desde el mismo nivel de conciencia que generó este estado de no sostenibilidad en que nos encontramos. Necesitamos concientizar nuestra *sombra* personal y colectiva. Conseguir una visión global, planetaria que integre valores ecológicos, políticos, económicos, de armonía física, psíquica y espiritual.

Es un camino que puede y debería tomar toda una vida, es el Tao para los orientales y/o la individuación para Jung. Es aquí donde tiene lugar la psicoterapia como iniciación a este camino.

En palabras de Basarab Nicolescu “La consciencia es el fundamento del universo”. Ya nada está disociado ni en el espacio, ni el tiempo, ni en el conjunto del cosmos, nuestra realidad es global y así lo exige la evolución de esta Nueva Conciencia.