

El paradigma es la concepción compartida sobre lo que es posible, las fronteras de la investigación aceptable, los casos limitantes.

Conductismo, pronto se enseñoreó de la psicología. Era objetivo y científico, y motivaba a estudiar el problema importante que el introspeccionismo había excluido de su dominio. El conductismo estimuló un extraordinario nivel de investigación productiva, especialmente en el dominio del aprendizaje y la motivación de la conducta. Pero este paradigma llevó también a un problema similar: las miras de la investigación psicológica se hicieron demasiado años ya y restringidas dando cabida sólo a aquellos procesos que se presentaban a ser solucionados con los métodos conductistas. Los psicólogos empezaron a ignorar e incluso negar a aquellos fenómenos que no encajaban con el esquema dominante. A la conciencia en sí se le ignoró en las investigaciones por muchos años. Lo que sucedió fue una confusión conductismo como herramienta útil conductismo como la suma total del conocimiento.

La conciencia ordinaria. Nos estabilizamos en torno a un grupo de conceptos (sean cartas, amigos o la velocidad máxima) y nos aferramos a ellas hasta que la evidencia nueva se hace abrumadora. Un paradigma exitoso sirve para crear un cuerpo de conocimiento estable dentro de la comunidad científica hasta que las restricciones del paradigma se hacen demasiado rígidas y limitan la primera investigación.

Si tu única herramienta es un martillo, tenderás a tratar cualquier cosa como si fuese un clavo. Es preciso ahora aplicar medidas correctivas. Que expandan el hábito de la investigación psicológica otra vez a las cuestiones trascendentes la psicología contemporánea acaba de empezar a progresar más allá de la concepción tal limitada que empieza a emerger una nueva expandida visión del hombre. Que da cabida a muchas capacidades más allá de los límites.

Un segundo aporte proviene del difundido interés en las drogas que alteran la conciencia. Estas drogas han demostrado experiencia especialmente a muchos, como a William James, que la conciencia ordinaria no es el único modo en que ella puede operar.

Estas tradiciones más desarrolladas incluyen el budismo Zen, el budismo tibetano, el sufirismo y algunos aspectos del Yoga. Estas disciplinas no han sido aún plenamente integradas en el Occidente, aunque ya han demostrado a mucha gente que la conciencia puede expandirse a áreas más allá de las definidas por los límites actuales de la psicología contemporánea.

El enfoque puramente descriptivo y conductista ha dejado de ser la única opción disponible al psicólogo experimental. Este avance tecnológico hace posible la investigación objetiva de los sueños. Al admitir la psicología científica el estudio de los sueños, uno de los fenómenos más privados mentalistas pasa a la corriente de la ciencia.

En psicología también hemos descartado de la esencia – la conciencia – en el proceso de refinar los métodos.

Creo que ha llegado el momento de restaurar la integridad de la psicología. Sin embargo, algunos de los esfuerzos recientes no parecen tener conciencia de esta necesidad. La actitud de muchos de los que laboran en la investigación científica convencional se ilustra claramente en una historieta muy conocida:

Para la psicología de la conciencia, la moraleja principal de la historieta consiste en reconocer claramente que existe más de un modo posible de conocer. Mientras que no desarrollemos una perspectiva global, seguiremos perdidos en nuestras investigaciones individuales.

El propósito de este libro es documentar la existencia de dos modos principales de conciencia en el hombre: Uno es más analítico, el otro es holístico. El primero es análogo al proceso de observar las partes individuales

del elefante, el segundo equivale a una visión completa del animal. Ambos modos son complementarios; ambos tienen sus funciones. Otra manera de transmitir esta dicotomía consiste en señalarla diferencia entre la parte racional y la parte intuitiva del hombre.

Generalmente restamos énfasis e incluso devaluamos los modos de conciencia arracionales y no verbales. La educación consiste predominantemente en lectura, escritura, y es muy poco lo que se nos enseña sobre nuestras emociones, nuestros cuerpos y nuestras capacidades intuitivas, _ los sistemas esotéricos de meditación en han sido mal entendidos, la existencia de las realidades no ordinarias no ha sido estudiada debido a que no encaja dentro del paradigma vigente, y lo mismo ha venido sucediendo con los llamados fenómenos paranormales. Sin embargo, tanto en los círculos científicos como en los populares existen reportes de capacidades paranormales –como por ejemplo, la capacidad del Yogis de controlar su ritmo cardíaco y su metabolismo o los casos de telepatía en sueños. Los métodos de la ciencia entonces, se han enfocado sólo en un modo de conocer–.

Hasta hace poco, la comunicación entre estos dos tipos de psicología ha sido muy limitada la ciencia occidental a tendido a ignorar, e incluso negar la existencia de estas, débiles señales, puesto que no son visibles en las condiciones normales de la comunicación por otro lado, ciertos místicos, y otros indicios en las disciplinas esotéricas, han complicado el problema al etiquetar de ilusoria la conciencia ordinaria –como quizá lo sea para aquellos que nunca se asoman a la luz del día. Luego, por supuesto, cada lado tiene sus inevitables discusiones y diálogos internos, y su apego exagerado a la metodología y a sus colores locales, ya sea apego a un experimento de aprendizaje con laberintos con todos sus rituales, o a un ejercicio particular de meditación con todo su ritual y comportamiento estilizado.

La comunicación ha empezado a abrirse en nuestra cultura, así que parece ser que ninguna de las perspectivas en sí completa; el día es incompleto sin la noche cada uno es un caso especial con sus propias leyes.

Este libro busca resacir este balance, se propone comenzar a integrar el enfoque racional y el enfoque intuitivo de conocer, y considerar la complementariedad esencial de estos dos modos de la conciencia tal y como se manifiestan en la ciencia en general, en la psicología en particular, y dentro de cada persona, psicológica y fisiológica. Un gran aporte de datos, cada día en aumento, de muestran que cada persona tiene a su disposición dos modos principales de conciencia, uno lineal y racional, el otro racional e intuitivo.

Es únicamente cuando el intelecto racional es capaz de procesar los saltos intuitivos de explicar traducir la intuición en términos del conocimiento operativo y funcional, que el conocimiento científico puede ser completo. La función del intelecto verbal científico consiste en linearizar la intuición, de tal forma que las ideas puedan ensayarse y comunicarse explícitamente en el mundo científico, el método racional y lineal, no es el único modo de conocer, pero es un modo al cual podemos recurrir para clarificar y comunicar aquello que ya hemos comprendido.

La psicología contemporánea está experimentando los primeros intentos de una síntesis de los dos modos. Esto puede significar el inicio de una ciencia más completa de la conciencia humana, con una concepción expandida de nuestras capacidades propias. Esta nueva concepción de las posibilidades es de las tradiciones y de las psicologías esotéricas antiguas, que ahora empieza a combinarse con los métodos y tecnologías de la ciencia moderna.

Ya es tiempo de abrir la psicología y de que, como una disciplina, regrese a su objetivo primario: el examen de la experiencia conciencia, con las nuevas herramientas que tan laboriosamente ha venido desarrollando durante el último siglo, sería prematuro tratar de delimitar, o definir cuantitativamente esta nueva área. Es hora de redefinir la psicología misma y una vez más, extender los límites de nuestras propias capacidades.

LOS DOS LADOS DEL CEREBRO.

NUNCA SE SABE CUANDO PODRA SER DE UTILIDAD.

El pedagogo encarna el modo verbal y racional, que insiste en el orden y la perfección y esta afectado por ellos; el otro modo esta representado por la habilidad de nadar, que consiste en movimientos del cuerpo en el espacio, de un modo frecuentemente devaluado por la mente racional del pedagogo.

La diferencia entre los lados izquierdo y derecho del cuerpo puede ser la clave de la comprensión de los mecanismos psicológicos y fisiológicos de los dos modos principales de la conciencia.

Tanto la estructura de la función de estos dos hemisferios cerebrales de alguna manera sirven de base a los dos modos de conciencia que existe simultáneamente en cada uno de nosotros.

El hemisferio izquierdo esta predominantemente involucrado con el pensamiento lógico y analítico especialmente en las funciones verbales y matemáticas. Parece ser que este hemisferio procesa la información secuencialmente. Este modo de operar necesariamente debe subyacer el pensamiento lógico, puesto que la lógica depende del orden y la secuencia el lenguaje y las matemáticas, actividades ambas del hemisferio, izquierdo depende también predominantemente del tiempo lineal.

Si el hemisferio izquierdo se especializarse en el pensamiento holístico. Su capacidad lingüística es muy limitada Este hemisferio es el principal responsable de nuestra orientación espacial, de las tareas artísticas y artesanales, de la imagen del cuerpo el reconocimiento de caras. Si el hemisferio izquierdo puede calificarse predominante analítico y secuencial en su operación, el hemisferio derecho es más holístico y relacional, más simultáneo en su modo de operación.

1864, el gran Neurólogo Hughlings Jackson consideró que el hemisferio cerebral era el sitio de la facultad de expresión, y observo en relación a una paciente con un tumor en el hemisferio derecho, que ella no podía conocer objetos, personas o lugares. Confirmado que los dos modos de conciencia parecen estar lateralizados en los dos hemisferios cerebrales del hombre. El izquierdo los pacientes pierden el habla, se conoce como afasia. La lesión en el hemisferio derecho puede no interferir para nada con el lenguaje, pero pueden causar trastornos serios en la conciencia espacial, en la habilidad musical, la capacidad para reconocer a personas, en la conciencia del propio cuerpo.

En todos los reportes clínicos y neurológicos existe una tendencia a llamar principal y secundario a los hemisferios cerebrales izquierdo y derecho, respectivamente a los hemisferios cerebrales izquierdo y derecho, respectivamente. Esta distinción parece más de tipo social que neurológica. El modo principal o dominante de nuestra cultura es el verbal e intelectual, y se ha dejado que este énfasis cultural prejuzgue las observaciones. Bogen.

Cada hemisferio es el principal, dependiendo del modo de conciencia que se considere. Para los artesanos del idioma, para los científicos o matemáticos, un daño al hemisferio izquierdo puede ser desastroso. Pero para el músico, el artesano, o el artista de lapintura las lesiones en el hemisferio derecho pueden truncar sus actividades y su carrera.

Los trastornos de la memoria verbal se asocian con las lesiones en el lóbulo temporal izquierdo anterior; los impedimentos del habla parecen originarse en lesiones en el lóbulo temporal izquierdo posterior. Las funciones matemáticas se trastornan en casos de lesiones del hemisferio izquierdo. Milner y sus colaboradores también reportan que la capacidad de reconocer los tonos musicales reside en el hemisferio derecho.

Los dos hemisferios encefálicos están comunicados por el cuerpo calloso, que une anatómicamente ambos lados. El profesor Sperry.

La bisección quirúrgica del cerebro pone de manifiesto espectacularmente los dos modos principales de la conciencia que parecen coexistir normalmente en cada persona.

Un experimento con sujetos humanos con cerebros bisectados indica también que sus dos hemisferios pueden procesar simultáneamente más información que los de las personas normales. El doctor Sperry escribe sobre este efecto en los pacientes humanos: Todo lo que hemos visto hasta ahora indica que la cirugía ha dejado a cada una de estas gentes con dos mentes separadas, es decir, con dos esferas separadas de conciencia.

El reconocimiento de que poseemos dos hemisferios cerebrales especializados para funcionar en modo diferentes, puede permitirnos comprender mucho acerca de la dualidad fundamental de la conciencia. Esta dualidad se refleja tanto en la literatura clásica como en la moderna como un conflicto entre la razón y la pasión, o entre la mente y la intuición. En psicología, quizá la más famosa de estas dicotomías es la que propuso Sigmund Freud, la separación entre la mente consciente y la inconsciente. Se mantiene que las operaciones de la mente consciente son accesibles a verbalizarse y analizarse racionalmente, así a alterarse; el inconsciente es mucho menos accesible al análisis verbal y a la razón. Algunos de los aspectos de la comunicación inconsciente son los gestos, movimientos de la cara y del cuerpo, y el tono de voz.

Hay momentos en nuestra vida en que nuestro intelecto verbal sugiere un curso de acción y nuestro corazón o intuición otro curso diferente.

Después de unos cuatro ensayos los pacientes empezaron a acertar con más frecuencia, siempre que el examinador les permitiera conjeturar dos veces en cada ocasión. Lo que pasó fue lo siguiente: si se proyectaba la luz roja y el paciente la adivinaba correctamente por casualidad, esto ponía fin al ensayo. Si el paciente no adivinaba el color, meneaba la cabeza y luego corregía su respuesta verbalmente. El hemisferio derecho había visto luz, luego escuchó al izquierdo responder incorrectamente. No teniendo acceso a los circuitos lingüísticos, es decir, frunció el ceño y meneó la cabeza, lo cual informó al hemisferio izquierdo que su respuesta era incorrecta.

De un modo aproximado, esta es una analogía del conflicto entre los procesos conscientes e inconscientes que Freud describió con tanto impacto. En los pacientes con el cerebro bisectado, el sistema que procesa lo verbal y lo racional, desconectado de la fuente de información, recibió contraórdenes por medio de los gestos y el tono de la voz, como cuando una persona dice no estoy enojado y, sin embargo, tanto el tono de su voz como su expresión facial indican lo contrario.

Una situación similar se presentó cuando el hemisferio derecho recibió información emocional cargada sin que el hemisferio verbal se enterara de ello. En el curso de una serie de ensayos de laboratorio bastante monótonos, se le presentó al hemisferio derecho de una paciente una fotografía de una mujer desnuda. Al principio, la paciente que estaba viendo en la pantalla la foto del desnudo dijo que no veía nada, luego se sonrojó inmediatamente, se arremolinó en el asiento y sonrió y pareció estar muy incomoda y confusa. Pero su consciente, es decir, su mitad verbal, no estaba **todavía** enterada de lo que había causado el trastorno emocional. Todo lo que sabía su aparato verbal era que algo estaba pasando en su cuerpo. Sus palabras reflejaron el hecho de que la reacción emocional había sido inconsciente, inaccesible a su aparato verbal. Textualmente dijo: Que máquina tan chitosa tienen ustedes aquí, Dr. Sperry.

Este ejemplo nos permite observar una superación tajante entre los dos modos independientes de la conciencia, que normalmente están en comunicación y en colaboración. Proceso similar aunque más difícil de localizar, puede ser la causa que subyace los síntomas de los circuitos verbales no tiene acceso a la información emocional que se encuentra en otras partes del sistema. Realizamos una situación intuitivamente, frecuentemente nuestras palabras no tienen sentido, quizá debido a que la acción ha sido iniciada por una porción del encéfalo con poco acceso a los circuitos del habla.

En un experimento con gestos normales, cuidadosamente controlado, se encontró que el hemisferio derecho es superior al izquierdo en lo que concierne a la percepción espacial de profundidad.

Kinbourne ha realizado otro experimento que requiere mención especial. Pídale a un amigo que balancee una clavija de madera en su dedo índice, primero en una mano y luego en la otra. Generalmente la mano preferida de la persona es la más eficiente en esta tarea. Pídale a la persona que hable mientras que balancea la clavija y mida el tiempo que dura sin que se caiga la clavija. En los experimentos de Kinbourne, el tiempo de balanceo con la mano derecha **disminuyó**, como era de esperarse, puesto que la nueva tarea adicional interfiere con el balanceo la mayoría de las veces. Pero el tiempo de balanceo con la mano izquierda **aumentó** cuando se verbaliza al mismo tiempo.

Recuerda que la mano derecha está controlada principalmente por el hemisferio izquierdo. Cuando el hemisferio izquierdo está ocupado en la generación del lenguaje, disminuye su capacidad de controlar su mano derecha. Cuando su mano derecha está balanceando la clavija, tal parece que el hemisferio izquierdo interfiere su actuación. Cuando el hemisferio izquierdo está ocupado verbalizando, deja de interferir en la mano izquierda y el tiempo de balanceo mejora.

La opción de David Galin, es que en la mayoría de las actividades ordinarias simplemente alternamos entre los dos modos, seleccionados el apropiado e inhibiendo el otro.

Dentro de cada persona las polaridades existen simultáneamente como dos unidades procesadoras de información semiindependiente con especialidades diferentes.

Josephine Semmes, del Instituto Nacional de Salud mental, ha observado que las lesiones del hemisferio izquierdo producen trastornos muy localizados en funciones específicas, mientras que las lesiones en el hemisferio derecho interfieren menos localizadamente en la ejecución. El hemisferio izquierdo está anatómicamente más especificado para procesar la información focal y discreta que la lógica requiere, mientras que el hemisferio derecho presenta una organización más difusa, ventajosa para las funciones de orientación espacial y para otras situaciones que precisan del procesamiento simultáneo de muchos insumos.

La única evidencia científica se refiere a los sueños, y no es conclusiva. Es un estudio de tres casos Humphrey y Zangwill encontraron que las lesiones en el lóbulo parietal derecho dividida no suelen soñar después de la operación, quizá a la desconexión del producto verbal del hemisferio derecho. En un estudio con sujetos normales, Austin reporta que la gente que se especializa en actividades de tipo intelectual analítico tienen menos probabilidad de recordar sus sueños que los individuos opuestos, caracterizados por ser más imaginativos más capaces de manejar lo no racional.

Muchas disciplinas y ocupaciones diferentes se enfocan y concentran en uno de los dos modos de conciencia. La ciencia y el derecho se encuentran en la linealidad, de duración y de lógica verbal. Las artesanías, las disciplinas místicas y la música se centran más en el presente, lo aconceptual y lo intuitivo. Una conciencia humana completa comprende la polaridad y la integración de los dos modos, de la misma manera que un día completo comprende la luz del día y la oscuridad de la noche.

La ciencia integra, entonces, comprende el funcionamiento de los dos modos.

Intuición es el avance creativo hacia la realidad. Y el intelecto es el que ejecuta la valiosa y necesaria función de interpretación, es decir, la traducción de las intuiciones a términos verbales y mentales; corroborar la validez de las intuiciones; en tercer lugar, el intelecto coordina y asimila al resto del conocimiento, las intuiciones conceptualizadas. Son las funciones propias del intelecto, y a éstas debe limitarse sin inmiscuirse en funciones que no le corresponden.

El tiempo lineal está tan integrado en nuestras vidas que nos es difícil comprender como el tiempo podría

existir de alguna otra manera distinta. Las palabras deben seguir una secuencia reconocible que tenga sentido; para que la ciencia pueda existir, las causas deben anteceder a los efectos, para que 5,000 personas puedan llegar a tiempo a un lugar, es preciso que el concepto a las tres de la tarde de los jueves tengan sentido real.

Nuestra existencia **nocturna** se encuentra menos ligada al tiempo que nuestra existencia diurna. Para la mayor parte de la gente, no tiene mucha importancia si son las 4:00 a las 4:17 de la mañana, sin embargo es muy importante si son las 9:00 o las 9:17 de la mañana. La noche pertenece más a otro modo de conciencia, el modo soñador, en el cual la linealidad y la secuencia son más fluidas, más parecidas a los reportes sobre el mundo de los Hopi.

LAS DIMENSIONES DE LA EXPERIENCIA DEL TIEMPO LINEAL

El presente

Continuamente vivenciamos el fugir del presente inmediato, el tiempo es siempre **ahora**. Este es el tiempo de nuestro contacto inmediato con el mundo, un tiempo cortísimo, continuamente cambiante, que a cada instante se desvanece para ser substituido por un nuevo **ahora**. William James cita a un poeta anónimo: El momento del que hablo, ya está lejos. En el modo lineal, el tiempo es direccional, una duración que nos transporta del pasado al futuro; el presente siempre se desvanece tras de nosotros como los lamentos del poeta. En el modo no lineal, sin embargo, el presente existe y es todo lo que existe.

En la investigación psicológica moderna, la idea de un presente inmediato fugaz, parece haber resistido algunos análisis experimentales rigurosos. Peterson y Peterson, entre otros, han demostrado la existencia de un proceso de memoria inmediata es fija en una baja cantidad, y difícilmente modificable por el entrenamiento.

Duración

El otro continuo es que experimentamos el tiempo lineal es la duración. Esta es nuestra experiencia normal del paso del tiempo, de las horas que se alargan o se acortan, de un intervalo que transcurre más rápidamente para una persona que para otra, o incluso para la misma persona en ocasiones distintas. La duración es el tiempo normal, constantemente en flujo, de nuestras vidas. El cortísimo presente, que se desintegra a cada instante, es continuo pero se desvanece a cada momento.

Simultaneidad

Una disminución menos inmediata de nuestra conciencia del tiempo en su definición cultural. Nuestra cultura es predominantemente lineal, es científica, orientada hacia el reloj. Nosotros fragmentamos el tiempo en unidades pequeñas y medimos los eventos con gran precisión. Pero otras culturas no comparten esta orientación algunas fragmentan el flujo de eventos en trozos más grandes de simultaneidad y otras simplemente se emplean en el modo lineal y secuencial en lo absoluto.

¿Cuándo es que vivenciamos que los eventos ocurren al mismo tiempo? ¿Qué **significa** al mismo tiempo? Henry Bergson señaló que esta experiencia depende del marco de referencia propia, de que tan fino dividimos el grano del tiempo de la experiencia, la unidad básica de secuencia la experiencia depende del modo de la conciencia empleado. Si tomamos el segundo como unidad básica, construiremos por fuerza una experiencia de lo que ocurrió al mismo tiempo diferente de la que construiríamos si tomásemos lo que pasó durante el tiempo que le toma hervir al arroz como ocurriendo al mismo tiempo.

Casualidad

La casualidad puede inferirse únicamente dentro del modo lineal de conciencia temporal. El procesamiento de la información de este modo fragmenta el flujo de los eventos en listas seriadas que pueden ser analizadas

estudiadas y manipuladas secuencialmente. La sucesión y la duración de los cimientos de la casualidad. Porque sin el concepto de pasado y futuro. De eventos discretos de sucesión temporal el análisis científico carecería de sentido. Junto con el lenguaje de las matemáticas esta construcción lineal de la experiencia temporal constituye la esencia s activo de la conciencia.

Estas psicologías esotéricas tradicionales han destacado un abordamiento empírico y personal al conocimiento diferente de nuestros esfuerzos occidentales por lograr un conocimiento impersonal y objetivo hasta muy recientemente, nuestra cultura carecía de paradigmas capaces de dar cabida a estas tradiciones esotéricas, nuestros análisis procedente de la conciencia dentro del marco conceptual moderno, constituye una llave que puede darnos acceso a la psicología esotéricas. Es un modo de conciencia que es arracional, en el espacio pero no en el tiempo; en terminos dees receptivo como opuesto a activo. Un modo así de difícil de abarcar dentro de los términos verbales, lineales, predominantes en nuestra cultura, pero este es el modo de conocimiento que se cultiva a la tradición esotérica.

Las religiones constituyen catedrales y diseñan vestiduras sacerdotales, de la misma manera en que los científicos desarrollan equipos y aparatos sofisticados y revistas técnicas pero con demasiada frecuencia la temporada puede limitarse a propagar los medios, olvidandose de la finalidad original y de los objetos reales.

El funcionamiento complementario del intelecto y la intuición no está restringido a los procedimientos de las tradiciones esotéricas, aunque estas se especializan en el cultivo de este trabajo. El físico Robert Oppenheimer contrastó así los dos modos.

Debido a que la educación occidental se encuentra predominantemente orientada hacia el modo analítico-verbal los procedimientos de las psicologías esotéricas tradicionales pueden parecer un poco extraños al principio su función, sin embargo, es abrir a la experiencia el otro modo del conocimiento, el complemento del modo normal.

La finalidad de las técnicas de los psicólogos esotéricos es aumentar nuestro modo normal de recabar información. Buscan ofrecernos un conocimiento tácito de nuestro yo propio, de nuestro lugar en el mundo. Estas psicologías van más allá de las técnicas, más allá de los estados siempre encaminados a un conocimiento personal que responda a las preguntas primarias de la psicología y la filosofía.

Destacando siempre las técnicas que inducen estas alteraciones en estados del cuerpo y de la conciencia, para derivar conocimientos que no son de naturaleza intelectual pero que los suplementan.

La perspectiva de estas es considerablemente más amplia el hombre se considera como parte de un organismo mayor reciprocamente afectado por él medio ambiente. La importancia de ciertas fuerzas geofísicas sutiles como los cambios rítmicos que ocurren diariamente en nuestro planeta, el ciclo de la luz y de la oscuridad, ritmos biológico externos e internos.

Todo sistema tiende a aferrarse a técnicas específicas cuya finalidad original ha sido ya olvidada. Por ejemplo en la psicología esotéricas tradicionales, generalmente se persigue alcanzar un desarrollo equilibrado del intelecto y la intuición.

Esto puede sucederle a un individuo o a toda una disciplina lo cual determina que el intelecto se devalúe oficialmente y se predique una doctrina incomprensible el la ciencia contemporánea ha ocurrido que instan a sus adeptos a retraerse.

En forma semejante, el hecho de poder alcanzar un estado de quietud y de receptividad por medio de la meditación que pende inducir al practicante de retraerse por completo a su corriente cultural llevándola a ignorar y calificar a ilusorios problemas personales y culturales serios que es necesario resolver. Las tradiciones monásticas y el aislamiento son reflexiones de procesos de corta duración necesarios para el

aprendizaje y el desarrollo, monstruosamente mal entendidos y grotescamente elaborados por aquellos que desean permanecer dormidos.

Simultáneamente las dietas que sean desarrollado para una cierta comunidad para una cierta etapa, pueden promulgarse através de las culturas y las épocas el estilo puede permanecer cuando el contexto original ha desaparecido y la dieta pasa a ser un ritual vacío, la indumentaria puede también sugerir esos procesos.

Si podemos mantenernos alertas en no caer en los excesos de ambos tipos de psicología podemos eliminar el desequilibrio y lograr un síntesis de los elementos más elevados de ambas corrientes y no de sus excesos.