

TRABAJO SOCIAL

Trabajo social

ISSN: 0123-4986

ISSN: 2256-5493

Universidad Nacional de Colombia

Cáceres-Gutiérrez, Juana M.; Santamaría-Osorio, Laura P.
La arteterapia como camino de transformación espiritual
Trabajo social, vol. 20, núm. 1, 2018, Enero-Junio, pp. 133-161
Universidad Nacional de Colombia

Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=684471952006>

- Cómo citar el artículo
- Número completo
- Más información del artículo
- Página de la revista en redalyc.org

redalyc.org
UAEM

Sistema de Información Científica Redalyc
Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso
abierto



Anónimo

Universidad Nacional de Colombia, Colombia, s.f.
Archivo Central e Histórico Universidad Nacional de Colombia

La arteterapia como camino de transformación espiritual

Juana M. Cáceres-Gutiérrez*

Maestrante en Psicología Clínica y de la Salud

Universidad Autónoma de Madrid, España

133

Laura P. Santamaría-Osorio**

Maestrante en Trabajo Social, con énfasis en familia y redes sociales

Universidad Nacional de Colombia, Colombia

Resumen

El abordaje de la arteterapia y la espiritualidad permite describir el significado simbólico y universal que el arte —a través de sus manifestaciones— puede brindar al espíritu, para alcanzar su transformación integral —personal y transpersonal—. Dicha transformación se comprende en el artículo desde un marco de intervención en patología o en disfuncionalidad, así como de promoción en salud y crecimiento personal. ¿Qué tiene el arte que transforma a los individuos? Se defiende la idea de que la relación terapéutica, el acto creativo y el *self* auténtico son los pilares de una fructífera intervención individual y social.

Palabras clave: acto creativo, arte espiritual, arteterapia, espiritualidad, transpersonal, *self*.

CÓMO CITAR ESTE ARTÍCULO

Cáceres, Juana y Laura Santamaría. 2018. “La arteterapia como camino de transformación espiritual”. *Trabajo Social* 20 (1): 133-161. Bogotá: Departamento de Trabajo Social, Facultad de Ciencias Humanas, Universidad Nacional de Colombia.

Recibido: 28 de abril del 2017. **Aprobado:** 11 de octubre del 2017.

* juana.caceres@estudiante.uam.es

** lpsantamaria@unal.edu.co

Art therapy as a path to spiritual transformation

Abstract

The study of art therapy and spirituality makes it possible to describe the symbolic and universal meaning that the different expressions of art can contribute to the comprehensive transformation —personal and transpersonal— of spirit. The article understands said transformation from the perspective of intervention in pathology or dysfunctionality, as well as of health and personal growth promotion. What is it about art that transforms individuals? The paper argues that the therapeutic relation, the creative act, and the authentic self are the pillars of a productive individual and social intervention.

Keywords: creative act, spiritual art, art therapy, spirituality, transpersonal, self.

A arteterapia como caminho de transformação espiritual

Resumo

A abordagem da arteterapia e da espiritualidade permite descrever o significado simbólico e universal que a arte — por meio de suas manifestações — pode oferecer ao espírito para atingir sua transformação integral — pessoal e transpessoal. Essa transformação comprehende-se, neste artigo, sob um referencial de intervenção em patologia ou em disfuncionalidade, bem como de promoção em saúde e crescimento pessoal. O que a arte tem que transforma os indivíduos? Defende-se a ideia de que a relação terapêutica, o ato criativo e o *self* autêntico são os pilares de uma frutífera intervenção individual e social.

Palavras-chave: ato criativo, arte espiritual, arteterapia, espiritualidade, transpessoal, *self*.

Introducción

La relación entre arte, bienestar y salud ha sido ampliamente estudiada por diversos enfoques que han reconocido el lugar de esta práctica en la experiencia individual y social. Esta investigación tiene el fin de ahondar en el terreno de la espiritualidad, dimensión última del ser humano, y relacionarla con la práctica artística desde el enfoque terapéutico. Su elaboración recoge evidencia científica de años recientes que relaciona ambos constructos y explora su validez en la intervención.

135

El documento presenta un acercamiento al mundo de la espiritualidad, que se diferencia de la religión y las prácticas del ego relacionadas con el materialismo o *bypass* espiritual. Se conceptualiza la arteterapia como práctica de intervención; se definen algunas generalidades y se centra en resaltar aquella especialidad que reconoce al ser humano como ser integral. La arteterapia transpersonal, así, se presenta como el proceso creativo produce un estado de meditación que se relaciona con el arquetipo *self*. Finalmente, se ahonda en la conexión de espiritualidad-arteterapia, reconociendo una forma de producto: el arte espiritual. Las autoras construyen reflexiones finales a partir de su lectura de *la arteterapia como camino de transformación espiritual*, explorando el lugar de este conocimiento en su quehacer.

Religión y espiritualidad

Históricamente, la espiritualidad no ha sido distinguida de la religiosidad hasta la llegada del secularismo en el siglo XXI. Las formas como estas palabras han sido conceptualizadas y utilizadas en la vida real son usualmente inconsistentes (Zinnbauer, Pargament, Cole *et al.* 1997). Según Schlehofer, Omoto y Adelman (2008), a lo largo de los años, la gente ha definido estos constructos en el mundo real y es posible estudiar dichas narrativas a través de un estudio cualitativo de las mismas. Se han indagado, entonces, creencias y pensamientos populares en diferentes culturas, teniendo en cuenta distinciones sobre factores demográficos, diversos elementos asociados con la religión y con la espiritualidad —tales como ritos, concepto de alma, concepto de divinidad, por ejemplo— y psicosociales.

La conceptualización popular asocia a la religión con afiliaciones comunes y prácticas organizadas —rezos, iglesias—, mientras que la espiritualidad es comprendida como un término más abstracto —y, por lo tanto, más difícil de comprender—, experiencial, que incluye nociones de un “poder superior” —en términos poco relacionados con el teísmo—, y una “fuerza interior” —una “brújula moral”— que conducen a un crecimiento transpersonal, a

una sensibilidad supraconsciente, a desarrollar un sentido de la vida que puede hacer parte o ser independiente de un contexto religioso (Schlehofer *et al.* 2008; Zinnbauer *et al.* 1997).

La espiritualidad, entonces, adquiere un significado primario relacionado con lo sobrenatural o con el reino de lo metafísico que provee significado y una base para la reflexión, las decisiones y la acción personal y de las comunidades. La religión es generalmente considerada como un conjunto institucionalizado de creencias y prácticas relacionadas con el reino de lo espiritual, donde la espiritualidad describe el lado personal y relacional de esas creencias, que marcan la vida diaria. Mientras que alguien puede ser espiritual, sin necesidad de ser religioso o viceversa, en la práctica, los dos están comúnmente fusionados y resulta interesante observar cómo la gente experimenta y describe su espiritualidad a través de una perspectiva religiosa (Ver 2000, 31).

Sin embargo, individuos que se identifican como espirituales —mas no religiosos— sienten que reciben parcialmente los beneficios y de manera menos accesible servicio o asistencia —sea esta financiera, instrumental o emocional— en tiempos de necesidad. Si la mayoría de las personas no obtiene sentimientos de afiliación o de hacer parte de una comunidad —auténtica y legítima—, por parte de la espiritualidad, será entonces difícil estimular el desarrollo espiritual como tal (Schlehofer *et al.* 2008).

Este tipo de argumentos invita a reconocer el poder y la sabiduría del conocimiento del mundo oriental; por ejemplo, a cuestionar la perspectiva materialista y científica de la cultura occidental sobre el desarrollo de los individuos. Ver (2000) afirma que la noción de desarrollo espiritual hace un llamado al crecimiento interior y a la trascendencia; el autor aboga por una perspectiva transpersonal, sin institucionalizar el concepto de espiritualidad, independientemente de la religión que se trate.

Wilber (2008) dice que a lo largo de la historia moderna y posmoderna ha sido posible ser testigos de una represión de los propios impulsos espirituales y de un rechazo de todo lo que se presente como espiritual y tenga tal significado, lo que ha sido considerado como una estupidez irracional. Desde este punto de vista, se puede decir que desde tiempos remotos la ciencia ha declarado la guerra no solo a la religión, sino a todo lo que implica espiritualidad.

Desde una psicología integral, Wilber (2008) considera que, dentro de las diferentes líneas que constituyen el desarrollo humano —la cognitiva, la estética, la moral, la interpersonal, la afectiva, etc.—, la espiritual es la

línea que responde a la pregunta: “¿Cuál es la preocupación última?”. La humanidad, a lo largo de los siglos, ha ofrecido diferentes respuestas, según los diversos niveles de desarrollo en los que el ser humano se encuentra y atraviesa. Así, se han identificado cuatro acepciones diferentes del término “espiritualidad”, con sentidos diferentes: (a) niveles o estadios de conciencia más elevados —desarrollo último—, dentro de cualquiera de las líneas (*inteligencias*) transpersonales que comprenden el desarrollo cognitivo, afectivo/emocional, de necesidades, de valores, etc.; (b) una línea separada del desarrollo humano, una “inteligencia espiritual” que tiene sus propios grados y niveles; (c) un estado o una experiencia cumbre extraordinaria, comparados con los estados meditativos o alterados de la conciencia en los que se pueden experimentar un instante profundo de sabiduría y de despertar espiritual —interpretados por la gente como “experiencias religiosas, meditativas o cumbre”—; (d) una determinada actitud que puede estar presente en cualquier estadio o estado que, incluso, muchas veces puede ser comparada a la experiencia de amor, de compasión o de sabiduría.

137

Evans, en su libro *Spirituality and Human Nature* (1993, citado por Ferrer 2000), define la espiritualidad como “un proceso transformador básico en el que descubrimos y nos desprendemos de nuestro narcisismo para entregarnos al misterio a partir del cual todo se está manifestando constantemente”. En este sentido, Wilber (1981) plantea que su desarrollo es una disminución progresiva del egocentrismo, que se manifiesta como la conciencia desplegada de niveles egocéntricos, pasando por niveles etnocéntricos, sociocéntricos y mundicéntricos hacia niveles centrados en el espíritu absoluto, esfera que denomina kosmocéntrica o pneumocéntrica.

En cuanto a la religión, Wilber (2008, 353), propone que esta es la única institución que puede ayudar a sus seguidores a avanzar desde una visión prerracional, mítico perteneciente, etnocéntrica y absolutista hasta una visión racional-perspectivista, mundicéntrica y posconvencional. Según este mismo autor, “la religión no es más que la institucionalización de la espiritualidad comunicando su buena nueva a la próxima generación”. De su apertura depende que pueda ofrecer un buen servicio o, por el contrario, quede arrinconada debido a su negación al crecimiento y que, de esta forma, se estanke en un nivel ya superado por la espiritualidad, del desarrollo de la conciencia.

Welwood (2002) considera que, en esta era posmoderna, el ser humano ha acrecentado su curiosidad con respecto a su sentido de vida, a su propio devenir y al conocimiento de su propia naturaleza, intentando comprender

su existencia desde un punto de vista “celestial”, en el que tiene cabida la dimensión eterna y suprapersonal (atemporal), por la que generalmente se preocupa el mundo oriental. A esta perspectiva se integra un punto de vista “terrenal” que abarca las dimensiones personales e interpersonales (temporales), por el que el mundo occidental se encuentra más interesado, con el fin de tener una comprensión más integral del ser humano, a través de un interés cada vez más profundo por un “diálogo” entre las concepciones occidentales y orientales de la espiritualidad.

Ego y espiritualidad

Caplan (2010) se cuestiona sobre la legitimidad del término espiritualidad, justificando cómo el ego de las personas puede apropiarse ilícitamente de todo, incluida la espiritualidad, con el fin de alcanzar sus propios fines. Se vive entonces en un autoengaño, imitando la renuncia del yo sin sacrificar en realidad, absolutamente nada, y se practica un materialismo espiritual, utilizando técnicas espirituales, como tal, para consolidar nuestro egocentrismo.

Es importante comprender que el propósito principal de cualquier práctica espiritual es escapar de la burocracia del ego; esto significa salir del deseo constante que tiene el ego de alcanzar versiones más elevadas de conocimiento, religiosidad, virtud, buen juicio, comodidad o cualquier otro objetivo que se haya fijado el ego como meta de su búsqueda. Hay que salir, pues, del materialismo espiritual. Si no nos colocamos fuera de él, si nos dedicamos a practicarlo, entonces a la larga nos veremos esclavizados por una colección inmensa de vías espirituales. Creeremos que esta colección espiritual es valiosísima. Nos deleitaremos entonces con todo lo que hayamos estudiado. (Trungpa 2000, 28)

A partir de una dimensión psicológica del materialismo espiritual, Welwood (2002) acuña el concepto *bypass espiritual*, que consiste en el empleo de ideas y prácticas espirituales para eludir, en lugar de atravesar, las cuestiones personales y emocionales inconclusas; lo anterior con el fin de no consolidar nuestra frágil sensación de identidad y soslayar, en nombre de la iluminación, nuestras necesidades, sentimientos y obligaciones evolutivas. Se trata, por lo tanto, de un uso inconsciente tanto de los conceptos, como de las prácticas espirituales para rehuir, en lugar de sanar, nuestras heridas, y eludir o trascender prematuramente los retos psicológicos. Se hace uso de este mecanismo en situaciones no resueltas con el fin de liberarnos de

estructuras terrenales que parecen atraparnos y a las que normalmente deberíamos enfrentarnos. En la mayoría de las tradiciones espirituales, existen tres tendencias básicas que nos mantienen atados a esa rueda del sufrimiento innecesario: la tendencia a rechazar lo que nos resulta difícil o doloroso; la tendencia a identificarnos con algo sólido (material) que nos proporcione consuelo y seguridad; y la tendencia a insensibilizarnos para no experimentar, de ese modo, los problemas inherentes al placer y al dolor, a la pérdida y a la ganancia.

139

En algunas ocasiones, nosotros mismos interpretamos a actores con ropaje espiritual para proteger nuestra identidad, que se encuentra en peligro perenne de vulneración, y oscurecemos nuestra naturaleza más profunda, utilizando el ego como principal agente de mecanismo de protección. Sin embargo, ese mismo ego moviliza la verdadera espiritualidad, ya que posibilita, al mismo tiempo, la auténtica transformación. Resulta, entonces, un elemento paradójico de la naturaleza humana, porque a través de este acabamos limitándonos, renunciando al yo, cuando en realidad se debe proceder a hacer todo lo contrario: comprenderlo, aceptarlo e, incluso, quererlo, sin llegar a ser narcisista. Contamos con un arma de doble filo que limita y al mismo tiempo posibilita la transformación transpersonal de todo ser humano (Caplan 2010).

Según Engler (s. f., citado por Wilber 1998, 342) “usted debe ser alguien antes de ser nadie”. Sin embargo, esta frase es comúnmente malinterpretada y se asimila con una desidentificación y, por lo tanto, con el *bypass espiritual*, como una distracción de los problemas de la vida, que generan insatisfacción y desvían el “camino a la felicidad” que la gran mayoría intentamos buscar y que percibimos como un fin (Tart 2010).

Siguiendo los planteamientos de Welwood (2002), el mundo de occidente tiene mucho que aprender de las enseñanzas contemplativas orientales enfocadas hacia lo suprapersonal, sin dejar de lado el desarrollo personal y las relaciones con la vida porque, de esta forma, es posible transformar y trascender aspectos disfuncionales —como la vergüenza, la culpa, la alienación, la falta de confianza, el odio— de la vida cotidiana. Welwood centra la comprensión del ser humano a través de un trabajo psicológico para complementar y alentar el desarrollo espiritual. Pero ¿qué rol juega la psicoterapia en relación con la tradición espiritual? Welwood (2002) encuentra ciertos rasgos en común y por los que ambas disciplinas llegan a asimilarse: la percepción ensombrecida que tiene el ser humano de la realidad; la fragmentación de este ser humano y los sufrimientos que se derivan de dicha

división; la percepción de que el autoconocimiento es la clave para recobrar la integridad de esa escisión interna; la consideración de que ese doloroso proceso de autodescubrimiento y aceptación —de los propios recursos internos— es el precio que se debe pagar para sanar y crecer; la percepción de que el sufrimiento humano es innecesario, producto de la división interna y la confusión que esta genera; el engaño de preservar una ilusión de coherencia y la concepción de que ambas requieren un contacto con un maestro, que ya haya atravesado por esas mismas experiencias.

De igual manera, es posible percibir las diferencias entre psicoterapia y espiritualidad, teniendo claro que la psicoterapia consiste, a grandes rasgos, en una gran diversidad de teorías que explican la personalidad y el comportamiento humano, a partir de las cuales se desarrollan métodos y técnicas terapéuticas para ayudar al individuo a disminuir o eliminar su angustia, sus síntomas y su sufrimiento. La espiritualidad en sí no proporciona técnicas específicas para lograr un fin, sino que dentro del mismo concepto es posible identificar un medio, un camino de desarrollo inherente al ser humano que puede ser desarrollado por el mismo a través del despertar de conciencia (Mondragón-Kalb 2003). Con base en lo anterior, Welwood (2002) propone una exploración de la naturaleza y de la dinámica de la conciencia a través de una visión integral y fenomenológica de la mente, al tiempo que trata de mostrar la manera como se experimenta la realidad a través de tres niveles diferentes: la mente conceptual superficial, el conocimiento más sutil del cuerpo-mente y, a través de un nivel todavía más profundo, la conciencia no conceptual y no condicionada.

En el nivel superficial, la mente utiliza las herramientas de la atención focal y del concepto para fijar su visión en un objeto tras otro. La mente conceptual superficial percibe formas sólidas, piensa conceptos definidos y registra emociones familiares. En este nivel opera el ego, a través de la formación de la imagen de uno mismo, estableciendo una división básica entre el yo y los demás que persigue el control y el dominio del funcionamiento cotidiano (Welwood 2002).

Por debajo de la mente conceptual se encuentra el conocimiento/sensación más amplio del cuerpo-mente, que opera desde un nivel más sutil que contiene elementos transpersonales. Es posible reconocer el nivel cuerpo-mente a través de un tipo de atención difusa capaz de sintonizar con los sentimientos e intuiciones sutiles, con el flujo de energía y con una sensación de interconexión con toda la existencia. En tanto que campo dinámico de energía, el cuerpo-mente está intrínsecamente ligado a las pautas y

corrientes más elevadas del universo. Welwood (2002) propone que en esta conexión emergen las visiones súbitas y sorprendentes, las inspiraciones y los descubrimientos creativos y las cualidades transpersonales más elevadas, como la claridad, la compasión, el gozo y la espontaneidad que pertenecen a la conciencia no conceptual y no condicionada.

Si se desea desarrollar una psicología auténticamente integral del despertar que abarque todo el campo de la experiencia humana y de la psicoterapia, así como de la tradición espiritual, es esencial reconocer la existencia de estos tres niveles. La psicología occidental se ha centrado fundamentalmente en el funcionamiento de la mente superficial y en el modo como se ve condicionada por las creencias, la cultura, las relaciones interpersonales y los acontecimientos de la infancia. Las psicologías orientales, por su parte, se han centrado fundamentalmente en los campos energéticos sutiles del cuerpo-mente y en la dimensión superior de la conciencia no conceptual. Son de resaltar las implicaciones de esta visión para la salud psicológica, la creatividad, la relación humana y la realización espiritual. Lejos de acercarnos a una perspectiva egoíca y de materialismo espiritual, aparece una práctica que se acerca a la dimensión espiritual del individuo, comprendida desde la búsqueda de sentido y significado existencial, donde el arte —y en este caso la arteterapia— promueve la transformación del individuo.

141

Arteterapia

Como señalan Dyer y Hunter (2009, 147), “el arte y la salud deben ser firmemente reconocidos como parte importante de la existencia de la salud integral, generando una provisión de cuidado saludable y de ambientes curativos” en el desarrollo humano. Las iniciativas en materia de arte y salud proveen beneficios cuantificables y nutren iniciativas gubernamentales, sociales e individuales; cuentan con un sólido respaldo y son efectivas en diferentes grupos poblacionales.

La arteterapia es definida por la American Art Therapy Association (2009, 1) como una “profesión de la salud mental que utiliza el proceso creativo de hacer arte para mejorar y aumentar el bienestar físico, mental y emocional de los individuos de todas las edades”. Esta disciplina está basada en que el proceso creativo ayuda a las personas a resolver conflictos y problemas, desarrolla habilidades interpersonales, administra el comportamiento, reduce el estrés, incrementa la autoestima, la autoconsciencia y logra el *insight*. Es fruto de la integración de varios campos del desarrollo humano,

el arte visual —dibujo, pintura, escultura y otras formas— y los procesos creativos desde modelos psicoterapéuticos.

Sweeney (2009) la concibe como una disciplina de apoyo psicológico que usa las imágenes para explorar y expresar emociones, pensamientos, memorias e ideas. Su facilidad práctica permite que sea aplicada en diferentes escenarios y admite diversas modalidades de aplicación: dirigida y libre. Se usa en todas las etapas de ciclo vital humano, en grupos y en familias asesoradas y tratadas en problemáticas como: ansiedad; depresión; abuso de sustancias y adicciones; problemas relacionales y familiares; violencia y abuso doméstico; dificultades sociales y emocionales a causa de discapacidades o enfermedades médicas; trauma y pérdida; problemas físicos, cognitivos y neurológicos; y dificultades psicosociales relacionadas con la enfermedad.

Esta expresión fundamenta la sanación y no un talento artístico (Rodríguez 2005). Generalmente se asocia un valor estético a la imagen, que no debe influenciar el curso de la terapia y constituye un criterio netamente subjetivo a la cultura, la edad de los participantes y su orientación (Kossak 2009). De acuerdo con Hernández (2006), “en la dimensión terapéutica la referencia al objeto bello sería inaceptable como punto de partida”; a pesar de ello, “señalar la belleza de una creación a un paciente puede ayudarle, sin ser lo que nos embargue en nuestro trabajo”. Compete en casos donde es necesario desarrollar la autoestimación del trabajo y que no sea visto como otra evidencia de la patología (Kramer 1985).

Según Wadeson (2002), la arteterapia ha sido estudiada desde dos perspectivas. En la primera, el arte como terapia. Edith Kramer, artista de formación, afirma que el objetivo de esta disciplina es dar la facilidad de sentir placer y satisfacción a las personas con dificultades. Desde su trabajo con niños y adolescentes, argumenta que el camino de producción de arte está relacionado con el mecanismo de sublimación e integración. La segunda perspectiva es la de la psicoterapia del arte. Margaret Naumburg (citada en Wadeson 2002), psicoanalista de formación, estudió en el arte la proyección pictórica, el método de comunicación simbólica entre paciente-terapeuta y el descubrimiento de las fuerzas inconscientes desde las imágenes y sus asociaciones. La autora opina que el arte es una herramienta que facilita la expresión verbal y el darse cuenta.

La arteterapia otorga un espacio seguro de exploración de sentimientos y dificultades de un modo socialmente aceptable. Involucra la conexión con el lenguaje no verbal, captando sensiblemente la riqueza del mundo emocional y relacional del ser humano, siendo un recurso terapéutico flexible

y aplicable en poblaciones disímiles, en personas con dificultades o trastornos emocionales (Llera y Guibert 2000).

Dyer y Hunter (2009) aseguran que la arteterapia conecta al bienestar del individuo desde un foco preventivo, de salidas curativas y mitigación de consecuencias ligadas a problemas psíquicos. En la misma línea, Sweeney (2009) concluye que la arteterapia permite la exploración de pensamientos y sentimientos inconscientes, brinda información acerca de lo que no se ha dicho a través de simbolismos y empodera al individuo, a la par que le entrena en habilidades de afrontamiento.

143

Arteterapia transpersonal

Relacionado con la espiritualidad, sobreviene el campo que ataña a la arteterapia como aquella que utiliza la energía sutil del arte para conectar con la forma más sensible del ser: la esfera espiritual o transpersonal. El área transpersonal de la psicología va más allá de lo físico, mental y emocional de los aprendizajes condicionados, de las personalidades independientes; el despliegue espiritual es el autor del crecimiento y desarrollo humano (Franklin, Farrelly-Hansen, Marek, Swan-Foster y Wallingford 2000). De acuerdo con Lewis (1997b) el marco transpersonal está fundamentado en que la identidad individual abarca los temas del dominio intrapsíquico e interpersonal, e incluye conceptos de alma, karma, conexión espiritual y conciencia.

La arteterapia transpersonal hace referencia a la noción de transición entre palabras y arte, y entre el proceso y el producto (Lawlor, Swan-Foster, Scott *et al.* 2001) que genera un estado no ordinario de conciencia, facilitado por el uso de material visual que revela dónde se generan las tensiones grupales e individuales. En esta orientación, la salud se refiere a la habilidad del individuo para estar totalmente presente, descubriendo sus valores y el sentido de vida que le proclama, conectándose a su ser y sus relaciones con el mundo exterior (Lewis 1997b).

Se resaltan dos de los principales exponentes de este camino arteterapéutico transpersonal: Carl Jung y Ken Wilber (Franklin *et al.* 2000). Jung enfocó sus inquietudes en la exploración e integración de las dimensiones espirituales mediante el uso de los símbolos arquetípicos, de los sueños y el arte. Mientras que Wilber escribe sus planteamientos en torno al espectro de la conciencia y la comprensión del ser humano desde tres niveles: el *prepersonal*, que conecta lo sensorial en las estructuras internalizadas fijas; el nivel *personal*, que promueve las funciones del yo frente a las relaciones

que establece consigo mismo y otros; y el *transpersonal*, donde se enfrentan las cuestiones del significado último y las experiencias inusuales.

De acuerdo con Rodríguez (2005), la arteterapia involucra que el consultante se conecte con sus emociones, su imaginación, su mente, la creatividad propia de su espíritu y se haga consciente de su cuerpo, de cómo manejarlo e involucrarlo. Se asume la existencia de *unus mundus* (un solo mundo), lo que significa que no hay separación entre lo interno propio, la experiencia psicológica y el mundo físico externo, siendo aspectos interdependientes (Hocoy 2005).

Heenan (2006) demuestra que la arteterapia promueve la inclusión social, identificándola como promotora de dos aportes importantes: (a) el cuidado terapéutico estratégico al ritmo que deseé el individuo y (b) su efectividad para disolver problemas de salud mental. Se convierte en un esencial de la intervención. La relación arteterapéutica entre profesional y consultante se propone desarrollar una reflexión que nazca del interior del creador desde la metodología de acompañamiento, de escucha sutil y profunda, que llega más allá del alivio momentáneo y logra una producción creativo-transformadora (Bassols y Klein 2006). De acuerdo con Kossak (2009), está fundamentada en la mutua resonancia, conectividad, unidad, entendimiento, apoyo, empatía y aceptación que constituyen, a su vez, la sanación; entonces, el terapeuta se conecta con el mundo íntimo del consultante, haciéndose consciente de su propio proceso y diferenciándolo. El arteterapeuta se convierte en el espejo del consultante, donde se comparte una presencia divina (Franklin 1999).

Kossak (2009) menciona cuatro características que el arteterapeuta debe impulsar para lograr el compromiso con la terapia artística. En primer lugar, el alineamiento, que inicia desde la experiencia corporal, sensaciones kinestésicas, perceptuales y emocionales, de corta duración, aunque profundas. Se acompañan de una fuerte apreciación del sentido o compresión del asunto del otro, y se reconoce su ritmo, afecto y experiencia, que metafóricamente hacen parte de la piel del consultante (Esrkine 1998; Maslow 1964, citados por Kossak 2009, 14).

En segundo lugar, la conciencia corporeizada. Está mejor descrita como inteligencia del cuerpo centrado o kinestésica en Gardner (1993 citado por Kossak 2009, 15). Informa cómo una persona conoce y experimenta el mundo. Incluye dar cuenta de la respiración, los movimientos, las sensaciones y emociones asociadas. Le sigue la improvisación, que se refiere al movimiento

auténtico, evidente en el fluir de energías espontáneas, dirigidas a alcanzar una experiencia unitiva de conciencia con el *self* y el mundo (Whitehouse, Adler, Chodrow *et al.* 1999, citados por Kossak 2009, 14), reflejándose en un movimiento práctico y concentrado que trabaja con las sensaciones internas del cuerpo. Finalmente, se encuentra el juego, que constituye la herramienta para formar el sentido interpersonal de sí mismo. Se conecta con la investigación, curiosidad, toma de riesgo, exploración y experimentación de lo desconocido, donde el cuerpo responde según su forma de estar en el mundo, con las fuerzas naturales, los animales, las energías espirituales, las relaciones familiares y los impulsos sociales (Kossak 2009, 14).

145

La relación terapéutica es el sustento de éxito o fracaso de la intervención. Por ello, el terapeuta debe ser fomento de desarrollo, indicando pérdidas y ganancias, siendo el transformador y transportador del proceso del otro; se convierte en el testigo, la audiencia, el lector y el oyente que inicia comprendiendo la condición humana de la cual hace parte. Según Kossak (2009), cuando se logra esta conexión se establece la entrada al mundo artístico y, con ello, a las características del material, del espacio, del sonido, al tiempo que se establece la conexión con otros participantes. Entonces, se conforma un entorno de intimidad que incluye los momentos de trascendencia compartidos como en los contextos espirituales. Sin embargo, este entorno necesita estar en un proceso de adaptación continua, según los cambios, ansiedades y factores estresantes de la relación.

El término de “diálogo alineado” o “interacción alineada” surge con el fin de describir el tipo de comunicación que debe existir en la relación con el consultante, siendo una experiencia de conexión psicológica, emocional y *embodied*—encarnada o que se siente en el cuerpo—. Es una relación sintonizada que permite una segura identificación de sí mismo y del crecimiento. Cuando ocurre esta alineación se permite un alto nivel de espontaneidad, improvisación y exploración, que provee un modo seguro de conciencia inmediata emocional, cognitiva, psicológica y somática, que fortalece el estado de incertidumbre o de caos que, según Keats (1884, citado por Kossak 2009), es el estado de conciencia perfecto para crear.

Cuando se logra la alineación y sintonización de ambas partes, se produce el *acto creativo*, presente en todos los seres humanos y vigente al realizar las tareas diarias. En el contexto terapéutico, este origina conciencia en la experiencia y ambiciona cambios en el tiempo y el espacio individual (Llera y Guibert 2000). Involucra aspectos de experimentación, asunción de riesgos,

descubrimiento y creación de sentido en el ambiente terapéutico (Kossak 2009). Rogers (1993) le llama “momento de trascendencia”, caracterizado por el juego espontáneo y libre que permite que los materiales, el espacio y el sonido creen un marco no lineal entre las dinámicas del consciente e inconsciente; el tiempo, ahora, es un elemento transformacional. Como resultado se origina un estado expandido de conciencia provocado por el compromiso con el material y el espacio arteterapéutico. Esta experiencia reside en lo que Ackerman (1999, citado por Kossak 2009) titula “estado liminal”, o en lo que Jung nombra como “función trascendente”, que origina colaboración entre el material consciente e inconsciente, colectivo y personal, dando paso a un estado unitivo que emerge del balance, la fluidez y la unión del *self* y el mundo. De acuerdo con Jung (1962), para realizar arte, el individuo se remite inevitablemente a la conexión con el espíritu universal y el vehículo de verdades que esperan ser expresadas.

De acuerdo con Hocoy (2005), se atribuye un poder esencial y versátil a la imagen, pues transfiere conscientemente las preocupaciones colectivas, la universalidad y la atemporalidad del sufrimiento individual. Jung (1961, citado en Hocoy 2005, 8) propone dos sentidos en los que la imagen transforma y usa su poder simbólico: (a) haciendo conciencia de aspectos que son previamente rechazados o negados; y (b) aprovechando el potencial curativo de la *psyche*, específicamente, desde el arquetipo central del *self*.

Así, se pueden presentar dos formas universales de trabajar con la imagen. La primera, el *dibujo de un árbol*, trabaja desde la percepción del sí mismo, la autoimagen. De acuerdo con Hark (1995, citado en Issakson, Norlén, Englund *et al.* 2009), analista junguiano, el árbol representa tres dimensiones del *self*: la corona es la personalidad consciente y expresión del individuo al mundo; el tronco es la autoestima, el deseo de autoexpansión o el nivel de actividad psíquica; y las raíces son los aspectos inconscientes de la psique. Desde esta perspectiva, un árbol saludable representa un desarrollo positivo de la persona, uno recortado o naciente habla de un cambio inesperado en la vida y uno deshidratado o mal cuidado indica falta de poder o depresión. Por ejemplo, el estudio de Mizuta *et al.* (2002, citado por Issakson *et al.* 2009) revela que las mujeres con trastornos de alimentación dibujan árboles pequeños con menor cantidad de detalles y con menor firmeza en sus raíces, además de estar orientados hacia la izquierda.

La segunda, el *mandala* se utiliza como herramienta básica de autoconsciencia, resolución de conflictos y de apoyo a otras intervenciones terapéuticas.

Seong-in, Hyung-Seok y Youn-Hee (2009) refieren que el acto de creación de mandalas reduce el estado anímico negativo y el estrés. Adicionalmente, se demuestra que los pacientes con demencia aprenden a realizar dibujos que incrementan su concentración.

Así, se propone la arteterapia como un estado de meditación que involucra la presencia, alineación e integración de las líneas de desarrollo que develan al ser auténtico o *self* mediante su práctica. Es decir, un individuo que no se miente y que es capaz de encontrar el sentido o significado de su arte para transformarse.

147

Meditación, *self* y arteterapia

La arteterapia transpersonal se relaciona con el *self* junguiano en la medida que suscita aspectos inconscientes —colectivos e individuales— y conscientes del proceso de individuación (Franklin 1999), así como sus representaciones, ya sean míticas o simbólicas, hacen evidente la sustancia holística del ser humano. De acuerdo con Jung (citado por Sharp 1991), el *self* aparece ante el individuo desde formas tercerizadas —sueños, mitos, arte— y toma formas como círculos, cruces, rayas que construyen, en algunos casos, formas contrarias o distintas entre sí, reflejos de la dualidad del ser: de la luz y la sombra, del héroe y el enemigo, o del ying-yang.

Jung (2003) afirma que existen dos grupos de consultantes: (a) los neuróticos, pacientes alineados con sus sentimientos y emociones, que viven desde la sintonía de que existen tales “angustias”; y (b) los esquizofrénicos, que ignoran su emoción, demostrando “líneas de fractura” o quiebres psíquicos, que hace que representen lo “enfermizo”, “incomprensible” y “frívolo” de su proceso. En esta última categoría, Jung encuentra en Picasso un fiel representante del proceso esquizofrénico, pues deja al descubierto aspectos que aluden a un contenido oculto y por tanto simbólico, fuertemente representado por la dualidad sombra-luz.

De acuerdo con Franklin (1999), la meditación y la arteterapia se relacionan profundamente en el sentido en que eliminan la dualidad del ser humano, es decir que el arte actúa como producto externo, función sintética del *testigo consciente* (*Witness Consciousness*) y revela lo que sucede en el interior en una forma tangible, revelando la experiencia de un ser integral. La meditación es vista como un viaje de libertad profunda e interior, que promueve estados contemplativos de serenidad y de actividad intensa, de un silencio agitado, donde la mente encuentra respuestas y el cuerpo

está en apertura a la experiencia más cercana, su espíritu. Mientras que la forma del *testigo* permite a la mente actuar sin necesidad de juzgar, estando alerta, presente, concentrado y observando el ego.

La meditación favorece la creatividad y, por ende, la arteterapia, producto de la contemplación del momento presente con apertura suficiente para innovar y permitir el surgimiento de nuevos planteamientos (Knowles, Heartney, Monk *et al.* 2002), lo que indica que la actividad artística desencadena el mismo estado de conciencia que existe en la meditación, siendo el consultante el testigo presente de su proceso y el autor de la obra artística. En palabras de Franklin (1999): “el impulso de meditar es el equivalente al impulso por crear”, donde la persona debe estar ampliamente dispuesta a canalizar todas las sensaciones, transportándolas cuidadosamente y permitiendo que su testigo aprenda sabiamente a fluir. Cuando esto sucede se da rienda suelta a un proceso arteterapéutico valioso, rico en simbología pura y dispuesta al trabajo integral y espiritual del individuo.

El testigo presente, al estar ligado a la meditación, se convierte en lo que se ha llamado en occidente intuición y el arte, el influjo que la entrena. Tanto el artista como el terapeuta reconocen el arte como fuente de recursos que conecta con niveles de conciencia profundos del ser humano (Franklin 1999). Entonces, el *selfes* el conector del proceso creativo mediante la figura del testigo. El artista reconoce este centro creativo y le da forma y contenido al producto por medio del “conocedor interno”, convirtiendo al artista en el trasmisor de señales honestas, imágenes auténticas y fieles, resultados de la búsqueda intuitiva y espiritual.

Se aterriza la perspectiva de esta investigación reconociendo el lugar donde ambos términos se fusionan y convergen en una propuesta de intervención innovadora que atiende a las necesidades últimas de los individuos y los reconoce desde sus distintas formas de experientiar.

Arteterapia y espiritualidad

La implicación del dominio espiritual en el contexto arteterapéutico abre la pauta para percibir cómo la espiritualidad no es ajena a la arteterapia. Ambas, bajo el mismo paradigma, tienen el fin de cocrear bienestar, a través de un crecimiento personal, tanto físico, mental, emocional y espiritual. Un ser humano aislado, se desconecta y carece de poder con relación a otros. Cuando este sufre algún tipo de trauma, su recuperación puede tomar lugar únicamente dentro de un contexto de relaciones humanas. Lo que ocurre dentro del sistema afecta al individuo y lo que ocurre a nivel individual

afecta al sistema en el cual se desenvuelve (Bien 2005). Este tipo de paradigma es comparable al que ha desarrollado la filosofía oriental, en comparación con el punto de vista occidental, caracterizado por el individualismo.

Según este punto de vista, Lewis (1997b) sugiere que los psicoterapeutas deben ser culturalmente más sensibles, y defiende el uso del arte en psicoterapia como un facilitador para el crecimiento y la sanación, gracias a su profundidad y su riqueza transcultural. Por lo tanto y con base en lo anterior, el proceso de terapia debe ser comprendido como un fenómeno sociopolítico y cultural, tal y como lo ha hecho la arteterapia. Como McNiff (1992, citado por Bien 2005, 291), manifestó, “cada vez que la enfermedad se asocia con la pérdida del alma, las artes emergen espontáneamente como remedio, medicina del alma”. El arte despierta un deseo innato de crear y dar sentido a símbolos y a imágenes personales. La arteterapia busca restaurar el balance del *self*, brindando a su misma vez balance a la comunidad a la cual hace parte.

La arteterapia trabaja aspectos individuales y culturales. Por tanto, el producto representará un puente entre las experiencias del mundo interno del individuo y el externo de la comunidad (Franklin 1999), revelando el principal constituyente del ser: el arquetipo *self*, centro de la personalidad que trasciende aspectos religiosos y espirituales individuales (Lewis 1997c). El arte será capaz de suscitar, evocar y sanar elementos intrapsíquicos, interpersonales y transpersonales de la vida del individuo (Lewis 1997a).

El fenómeno social está ligado a las imágenes culturales que responden a ideales del inconsciente, acordes a la experiencia humana individual y su contexto. Jung (1961, citado por Hocoy 2005), desde su concepto del inconsciente colectivo, cobija todo lo que aún sin ser perceptible imprime moralidad y ética al psiquismo humano, privando al hombre de percibir la totalidad y fragmentando su vida. Propone el arte como el medio que representa los aspectos que han enajenado la psique, evidenciando las obligaciones morales que rigen el comportamiento y revelando aspectos sociales inconscientes que influencian al individuo.

Bailey (1997) y Aldridge (2003) hacen énfasis en la utilidad de terapias relacionadas con la expresión artística, comprendiéndolas como un componente integral de cuidado holístico, tanto para los pacientes como para las familias de los mismos. A partir de esto, es posible percatarse de cómo el poder de todas las expresiones artísticas permite construir relaciones más fuertes entre las personas involucradas —pacientes y familias—, aliviando la incertidumbre y la pérdida de control. En los momentos vívidos de la

arteterapia en general, la totalidad del ser, el cuerpo, la mente y el espíritu, se encuentran en la presencia del arte y las transformaciones y los procesos de curación empiezan a ocurrir (Magill 2002).

Según Aldridge (2003), el cuerpo y el *self* son construcciones narrativas, historias relatadas. De la misma forma, los seres humanos también interpretan sus vidas de manera colectiva, en contextos provistos de sentido y con la presencia de otro(s) significante(s), comprendidos a su vez en contextos sociales más amplios. Bajo esta perspectiva, cualquier terapia relacionada con manifestaciones a través del arte, representa una práctica de interpretación de la propia salud. Por ejemplo, aquello que los pacientes piensan e interpretan acerca de las causas de su enfermedad, ejerce influencia sobre las acciones realizadas en términos de tratamiento, de cuidado de la salud y de las personas involucradas en el proceso de sanación. La promoción y el mantenimiento de una buena salud, o de llegar a ser un individuo saludable es, entonces, una actividad en sí que se manifestará de forma corporal —una estética práctica—.

Para trascender una situación presente es necesario que ocurra un cambio tanto en el pensamiento como en el sentimiento del individuo, acompañados de acciones apropiadas, a través de un proceso de cuestionamiento y de una búsqueda de sentido y significado, por medio del sufrimiento. De esta forma se alcanza una conciencia mayor, o un estado de *awareness* conectado con la realidad, que para muchas personas se llama “dios”, “lo divino”, “el poder supremo” o simplemente “eso” (Aldridge 2003). Según Shah (1978, citado por Aldridge 2003), se trata de un proceso de remoción de los velos que ocultan la verdad, que nos ciegan y que, a cambio, nos muestran percepciones subjetivas de “supervisiones” y de manifestaciones de materialismo espiritual.

Cualquier terapia relacionada con la expresión artística, entonces, representa un espacio sagrado que facilita el proceso de conexión entre lo que es psicológico y espiritualmente significante para el paciente, transformando de este modo, experiencias de sufrimiento en experiencias de sentido y significado, al ocurrir un despertar psico-espiritual (Aldridge 2003; Salmon 2001).

Relacionado con lo anterior y desde la perspectiva de Welwood (2002), resulta esencial desarticular esas construcciones emocionales y mentales preconscientes ancladas en el cuerpo y en la mente —que, en muchas ocasiones, intentamos superar a través de un *bypass espiritual*—; estas impiden la realización de una modalidad de ser más elevada y plena. A través de una clarificación psicológica —por ejemplo, a través del empleo terapéutico

de la arteterapia—, en la que se supere la percepción ensombrecida y distorsionada de la realidad —por ejemplo, de la enfermedad, tal y como se venía hablando—, el individuo puede lograr tanto un autoconocimiento como un conocimiento del universo, y recuperar aspectos ocultos internos y externos que le generan mayor integridad. El uso de la arteterapia facilita el paso de un nivel de conciencia superficial y conceptual pasiva —de mera percepción— a un nivel más sutil, activo —de flujo de energía y de descubrimiento creativo—. A través de dichos descubrimientos es posible crecer y, por lo tanto, sanar.

151

Por estas razones, Zohar y Marshall (2000) consideran de suma importancia la comprensión y la educación de aspectos espirituales y emocionales de la vida, así como de terapias relacionadas con el arte, de la misma forma y como se ha hecho a través del sistema clásico educativo —racional, científico y tecnológico—. Dicho sistema se encuentra dirigido por una sociedad económica y racionalista, que no se ocupa precisamente de las necesidades del ser humano en su totalidad e ignora el desarrollo espiritual, relacionado con el uso de la imaginación.

El modelo clásico educativo devalúa la capacidad creativa y la imaginación, e impone estilos de pensamiento normativos. Se propone, desde la arteterapia, la promoción de la imaginación, siendo esta “una de las cuatro o cinco funciones mentales grandiosas” (Sartre 1972, 107). Para este autor, se trata de una mezcla de percepción objetiva y subjetiva, en la que se combinan tanto experiencias intelectuales como afectivas. La imaginación es, entonces, el centro de la conciencia humana y permite que el ser humano se sienta “trascendentalmente libre” (Sartre 1972, 216). El ser humano alcanza su cima más alta cuando tiene la capacidad fenomenológica de percibir objetos y es capaz de ver más allá de dichos objetos, observando lo irreal. La imaginación provee ese espacio de contacto y de relación con lo no real, confiriéndole sentido profundo. Asimismo, la imaginación activa los cambios que el *self*—comprendido en el cuerpo, la persona y el espíritu— lleva a cabo, debido a su constante naturaleza de desarrollo. Es la capacidad que permite adaptarse y crear nuevas formas para hacerlo.

Según Burkez (1999), Malchiodi (2005) y Mountain (2007), la imaginación, a través de las experiencias creativas, es percibida como un componente humano avanzado de identidad, central para la supervivencia humana. Es, a la vez, una experiencia e intuición profundamente sentidas, más allá de los niveles de lenguaje y articulación verbal; es un lenguaje que da sentido a qué y quiénes somos; es un puente que conecta lo desconocido con

lo cognoscible. Al entender quién soy y cómo me gustaría ser, se crea una coconstrucción con el uso de formas multimodales de experienciar y reexperienciar a través del uso de la imaginación creativa, por medio del arte.

El proceso arteterapéutico se enfoca en las representaciones personales (arte creativo), en donde las áreas de experiencia inexploradas son llevadas a un nivel de comprensión mayor. La exploración y la comprensión llegan a través de una amplificación de las ideas de las representaciones y, luego, reduciendo la experiencia a palabras claves y temas relacionados. De esta forma, las expresiones artísticas pueden ser un medio poderoso de transformación personal y de sanación emocional y espiritual. La práctica de la imaginación y la expresión libre en sus diferentes modalidades son una fuerza poderosa de transformación que ha demostrado poseer propiedades y efectos sanadores (McNiff 2004).

Las diferentes modalidades de arteterapia representan una medicina para el inconsciente y la imaginación, desarrolla habilidades para incorporar una imagen de lo “divino”—por ejemplo, como una presencia eterna y de conciencia ilimitada—, desarrolla un sentido de constancia del objeto, un sentido del *self* que ayuda a luchar con las adversidades intrínsecas—propias de la existencia humana— y permite elaborar un mapa de peregrinaje de unidad, separación y reunificación con dicha unidad, en un nivel superior de conciencia, en pro de un desarrollo espiritual (Burke 1999; Mountain 2007). Muchos arteterapeutas han basado su trabajo de sanación en las teorías humanistas y en sus ideas holísticas de curación a través de la terapia transpersonal. Un ejemplo claro lo representa Maslow, quien enfatiza en la “actualización del *self*” o en la realización del potencial innato de los individuos para crecer, así como la noción de “experiencias cumbre”, similares a la caracterización de crear arte como “una muestra momentánea de vivir el mejor momento posible” (Ulman y Dachinger 1975, citados por Rubin 2009).

Por su lado, Natalie Rogers (citada por Rubin 2009), basada en la terapia centrada en el cliente —de su padre, Carl Rogers—, y en su mirada positiva e incondicional del paciente, utilizó el arte a través del movimiento, la música y el drama en lo que ella llamó terapia expresiva, centrada en la persona descrita en su obra más importante: *The Creative Connection: Expressive Arts As Healing*.

En la terapia *gestalt*, y a través de un acercamiento experiencial focalizado en la sensación y en la percepción, la mayoría de arteterapeutas centran su área de interés en la percepción visual y en el uso multimodal de la

expresión (Rubin 2009). Es un foco de intervención en *gestalt* el darse cuenta (*awareness*), el aquí y ahora, y la responsabilidad. Según Béjar (2011), para la intervención con arte se empieza a distinguir la fantasía de la realidad, la figura del fondo, con el fin de jerarquizar las necesidades personales. Surge, entonces, la figura que realmente es importante trabajar.

La obra de Milton Erickson (1979, citado por Rubin 2009), *Hypnotherapy: An Exploratory Casebook*, ha resultado ser una fuerte influencia teórica para la arteterapia, gracias al énfasis realizado sobre el potencial humano y al uso clínico de la técnica “reencuadre creativo”. Erickson utilizó una técnica basada en el dibujo automático para tratar un caso de depresión aguda —considerado un ejemplo prematuro de arteterapia basada en el uso de la metáfora—.

153

Según Rubin (2009), desde el punto de vista fenomenológico-existencial, la arteterapia puede, además, enfocar su estudio y sus diferentes técnicas en precisar el carácter único de la experiencia de la realidad del momento presente de cada individuo. El terapeuta se concentra en ayudar al paciente a enfocarse profunda e intensamente en dicho momento, para comprender completamente el fenómeno de ser y existir en el mundo. Además, centra su atención en la búsqueda de significado, un factor clave importante para arteterapeutas. Rollo May (citado por Rubin 2009) describió la terapia existencial como un momento en el cual la creatividad era sinónimo de salud mental.

A través del estudio de toda esta teoría humanista, es posible sustentar cómo las artes curativas y el incremento de presencia/ atención plena en diferentes personas —como en el caso de pacientes con enfermedades crónicas o que requieren cuidado paliativo, como el cáncer— juegan un papel importante y significativo en la búsqueda de bienestar general, de espiritualidad y en la búsqueda de sentido de vida en dichos pacientes. Además, han resultado ser útiles, en cuanto a la reducción de síntomas de estrés, ansiedad, fluctuaciones en el estado de ánimo, rabia, dolor y sufrimiento, comunes en este tipo de enfermedades (Garland, Carlson, Cook, Lansdell y Speca 2007).

Arte espiritual

Cabe reflexionar en torno al dominio espiritual, que no solo suscita controversia sobre su definición, sino que además advierte la existencia de categorías como “arte espiritual”. Se trata de aquel con contenido religioso que, según Heartney (s. f., citado por Knowles *et al.* 2002) capta lo ritual, seductivo

(o bello) y tradicional de la religión. Sin embargo, existen tantas religiones como personas que se inscriben a ellas, así como numerosos artistas que deciden usarlas de representación y quienes enajenan sus creencias religiosas del producto. A causa de este hecho, la obra artística ha sido dividida en dos grupos: las obras religiosas y las que son independientes a las creencias religiosas. Esta categorización, constituye, de acuerdo con Heartney, un hecho profundamente criticable que distingue artistas bajo categorías descalificativas como: ateo, secular, de imaginación basada en lo sexual o protestante.

Acorde con García (2008), existe otra categoría de arte espiritual: arte mediúmnico, caracterizado por el testimonio de que la obra ha sido realizada bajo la influencia de un “ser superior”. En él, la persona es el canal de espíritus, chamanes y dioses que eligen médiums para protestar o comunicar sus visiones al mundo. Esta comunicación es facilitada por el estado de trance o estado alterado de conciencia, donde hay una experiencia repetitiva y un automatismo que propicia el impulso por crear. Aunque este arte no pueda ser cuestionado en términos de la existencia de lo superior o la experiencia del consultante, el arte mediúmnico suele deberse a la existencia de condiciones psicológicas de base en la persona, atribuyéndoselo a síntomas como megalomanía, esquizofrenia, delirios o traumas históricos en la vida personal. De acuerdo con García (2008), los procesos a través del arte mediúmnico están originados en un arte marginal, que significa dar lo inconsciente al mundo sin reconocer lo propio del producto. Sin embargo, se conoce que su origen está dado desde la resiliencia y la búsqueda de exteriorización del mundo interior caracterizado, en la mayoría de sus casos, por la liberación de culpa.

No obstante, el artista no necesita estar influenciado por una patología de base que le permita crear. De acuerdo con Benjamin (2007) es necesario reconocer la habilidad del artista como un universal ineludible, que se debe fortalecer y no debe ser atribuido a poblaciones específicas —artistas reconocidos o “enfermos mentales”—, pues el artista es quien logra conectar con la expresión de su alma independientemente del medio. Es importante que el producto artístico esté libre del prejuicio de contenido, pues, según Knowles *et al.* (2002), dejar fluir el proceso artístico se relaciona directamente con el budismo, que no juzga y acepta el proceder de los sucesos con sensaciones de compasión y gentileza; así, se experimenta del arte y su belleza sin importar su forma.

El arte y la religión son formas de representación de la orientación espiritual del individuo, que le facilitan, mediante su uso, el cuestionamiento de

valores, creencias, compromisos e intereses, que generan dos consecuencias luego del desarrollo: el cambio y la conexión con lo cultural y étnico desde la empatía (Alma 2008). Estos beneficios flexibilizan la mente del individuo, introducen nuevas perspectivas a sus campos de pensamiento y resuenan en el entendimiento mutuo que se dirige, automáticamente, hacia el crecimiento personal.

Para Benjamin (2008) el aporte puntual que brinda la teoría psicológica del arte a la espiritualidad, que conecta al ser humano con su sentido del universo, está en que aquel que usa el arte logra conectarse con su mundo interno, se autoactualiza y alcanza los últimos niveles de la jerárquica de Maslow, llegando a las etapas de reconocimiento y autorealización que, generalmente, se adjudican a artistas exitosos. Entonces el artista exitoso se convierte en un recurso completamente moldeable y potenciable a través de programas arteterapéuticos. Por ejemplo, Kandinsky, artista precursor de la idea de la relación entre arte espíritu, planteaba que el producto era fuente de crecimiento espiritual para el autor y que este estaba mejor representado por obras abstractas, fuera de formato objetivo (Wilber 1990, citado en Farrelly-Hansen 2001).

Para este artista, el crecimiento se lograba a través de la conexión inmediata con el alma, que lo enajena de la figura egoica (Wilber 1990, citado en Farrelly-Hansen 2001). Al escribir su libro *Concerning the spiritual in art* (1914), Kandinsky afirma que existe una sustancia interna que aflora al hacer arte, un nexo con el espíritu y el universo que facilitan la comunicación a su entorno. En palabras de Kandinsky (1914, citado por Bornstein 2009): “La composición es una mezcla de color y forma, cada una con su existencia separada, pero cada una mezclada con una vida común que llamamos imagen por la fuerza de la necesidad interior del espectador”.

De acuerdo con Markowitz y Rhoads (1997, citados por Farrelly-Hansen 2001) cuando se realiza arte desde el espíritu se altera radicalmente la psique, percibiendo con mayor amplitud las vibraciones internas y externas —referente a los estímulos—, y se accede fácilmente a niveles inconscientes o superconscientes. Algunos modos de llegar a estos niveles se encuentran en prácticas como la meditación, la oración, las disciplinas del cuerpo, el juego, los sueños y el viaje chamánico.

Reflexiones finales

En el mundo posmoderno se experimenta un sinsentido a nivel intelectual, cultural y de humanidad, en general, que sin desecharlo recae en la necesidad individual de iniciar un proceso personal donde se encuentre el

sentido de la existencia y que responda a la pregunta: “¿Cuál es mi preocupación última?”. La experiencia espiritual es la respuesta base de la transformación y el arte uno de los medios de representación para lograrla.

El arte y la práctica arteterapéutica construyen productos creativos y transformadores que, a través de momentos de alineación y alerta permanente, logran despertar aspectos conscientes e inconscientes —colectivos e individuales— desde un marco no lineal, que demuestra la unión del *self* verdadero con el Universo. En el momento creativo se despierta la conciencia no condicionada de elementos transpersonales, generando un estado de expansión salutífero que hace parte de un estar presente, de una conexión con la realidad y el momento propicio para liberar la mente. El arte, inevitablemente, llama a la integralidad del ser humano y propicia su autenticidad a partir del cuerpo más sutil, el espíritu.

La psique cuenta con un poder innato de sanación que, junto a la creatividad y a la imaginación, encuentra el significado último de su ser y estar en el mundo, a partir de un proceso de aceptación de sí misma y de la comunidad en la que se desarrolla. Aquí se define el arte como el medio a través del cual se alcanza un proceso de transformación y de despertar espirituales, del individuo y de su comunidad. A través del producto artístico, el ser humano se descubre íntimamente y establece propósitos para su vida. El camino por el cual se cumplen estos objetivos se ha llamado arteterapia y esta ha demostrado, por medio de resultados reales y positivos, que a través de la creatividad y de la imaginación se forman individuos cada vez más humanos, independientemente de su salubridad. Esto representa una verdadera obra de arte.

Es una herramienta polifacética que se adapta fácilmente durante la intervención social e individual, donde el consultante o la población que participa se transforma a su propio ritmo, conforme a la demanda del material y del contenido. El terapeuta es aquel que induce a una relación de testigo presente, alineado y consciente, que reconoce las necesidades de quien despliega su arte, permitiéndole que se hable a sí mismo en medio del caos y la lectura de lo que realiza. La arteterapia se propone como guía ideal del espíritu, a partir de la conexión generada con el mundo íntimo del consultante, el apoyo en los momentos de trascendencia y actuando como un “tercer ojo” que propone y cuestiona al ego, enfocándolo al cambio. En ocasiones, el objetivo no será accesible al lenguaje y responderá a la necesidad de expresión —tensión-liberación— del individuo, y en otros momentos

aportará reflexiones sobre el proceso —producto-vida cotidiana—. Desde ambas perspectivas, aporta al individuo y a su transformación espiritual.

La arteterapia permite la aplicación a distintos grupos poblacionales y se desarrolla a través de un lenguaje no verbal, sensorial, básico y universal en los individuos, lo que permite conectarse en otro nivel. En ella se prueban los límites de la racionalidad y se descubren distintas relaciones entre el pensar, el sentir y el actuar, donde el individuo habitualmente se mueve sin la conciencia del *awareness*. Es de resaltar que con la arteterapia no se pretende la elaboración de un producto estético —en los cánones de lo bello, simétrico, definidos por la filosofía de cada disciplina artística—, sino que se juega con la exploración del material y contenido que se va elaborando, privilegiando la expresión desde lo íntimo y subjetivo de las experiencias humanas y, por tanto, espirituales.

157

Referencias bibliográficas

- Benjamin, Elliot. 2007. "Art and mental disturbance". *Journal of humanistic psychology* 47 (10): 1-28. California: SAGE Journals.
- Bien, Melanie. 2005. "Art therapy as emotional and spiritual medicine for native americans living with HIV/AIDS". *Journal of Psychoactive Drugs* 37 (3): 281-292. Abingdon: Taylor and Francis Group.
- Bornstein, Robert. 2009. "Heisenberg, Kandinsky, and the Heteromethod convergence problem: lessons from within and beyond psychology". *Journal of Personality Assessment* 91 (1): 1-8. Abingdon: Taylor and Francis Group.
- Burkez, Patricia. 1999. "The healing power of the imagination". *International Journal of Children's spirituality* 4 (1): 9-17. Abingdon: Taylor and Francis Group.
- Caplan, Mariana. 2010. *Con los ojos bien abiertos*. Barcelona: Kairós.
- Dyer, Geraldine y Ernest Hunter. 2009. "Creative recovery: Art for mental health's sake". *Australasian Psychiatry* (17): 146-150. California: SAGE Journals.
- Farrelly-Hansen, Mimi. 2001. *Spirituality and art therapy: Living the connection*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Ferrer, Jorge. 2002. *Espiritualidad creativa. Una visión participativa de lo transpersonal*. Barcelona: Kairós.
- Franklin, Michael. 1999. "Becoming a student of oneself: Activating the witness in meditation, art and super-vision". *American Journal of Art-therapy* 38 (suppl. 1): 1-20. Abingdon: Taylor and Francis Group.
- Franklin, Michael, Mimi Farrelly-Hansen, Bernie Marek, Nora Swan-Foster y Sue Walling. 2000. "Transpersonal art therapy education". *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association* (17): 101-110. Alexandria: American Art Therapy Association.

- García, Gabriela. 2008. "Arte por necesidad: arte mediúmnico, visionarios y espectadores". *Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social* 3: 103-116. Madrid: Universidad Complutense de Madrid.
- Garland, Sheila, Linda E. Carlson, Sara Cook, L. Lansdell y M. Speca. 2007. "A non-randomized comparison of mindfulness-based stress reduction and healing arts programs for facilitating post-traumatic growth and spirituality in cancer outpatients". *Support Care Cancer* 15 (8): 949-961. New York: Springer US.
- Heenan, Deirdre. 2006. "Art as therapy: an effective way of promoting positive mental health?". *Disability and Society* 21 (2): 179-191. Abingdon: Taylor and Francis Group.
- Hernández, Ana. 2006. "La palabra de la imagen: un caso de arte-terapia en salud mental". En *Arte-terapia dinámicas entre creación y procesos terapéuticos*, 265-276. Murcia: Universidad de Murcia.
- Hocoy, Dan. 2005. "Art therapy and social action: a transpersonal framework". *Journal of the American Art therapy Association* 22 (1): 7-16. Alexandria: American Art Therapy Association.
- Issakson, Cristine, Ann-Katrin Norlén, Birgitta Englund et al. 2009. "Changes in self-image as seen in tree paintings". *The Arts in Psychotherapy* 36 (5): 304-312. Amsterdam: Elsevier B.V.
- Jung, Carl Gustav. 1962. *Memories, dreams, reflections*. London: Collins.
- Jung, Carl Gustav. 2003. *Realidad del Alma*. Buenos Aires: Losada.
- Kossak, Mitchell. 2009. "Therapeutic attunement: a transpersonal view of expressive arts therapy". *The Arts in Psychotherapy* 36: 13-18. Amsterdam: Elsevier B.V.
- Kramer, Edith. 1985. *El arte como terapia infantil*. México: Editorial Diana.
- Lawlor, Melony, Nora Swan-Foster Laura Scott, Diane Angel, Cristina María Ruiz y María Mana. 2001. Inside and art therapy group: the student perspective. *The Arts in Psychotherapy* 28: 161-174. Amsterdam: Elsevier B.V.
- Lewis, Penny. 1997a. "Appreciating diversity, commonality and the transcendent through the arts therapies". *The Arts in psychotherapy* 24 (3): 225-226. Amsterdam: Elsevier B.V.
- Lewis, Penny. 1997b. "Multiculturalism and globalism in the arts in psychotherapy". *The Arts in Psychotherapy* 24 (2): 123-127. Amsterdam: Elsevier B.V.
- Lewis, Penny. 1997c. "Transpersonal arts psychotherapy: Toward and ecumenical world view". *The Arts in Psychotherapy* 24: 243-253. Amsterdam: Elsevier B.V.
- Llera, Elina y Wilfredo Guibert. 2000. "Las terapias con recursos artísticos: su utilidad en la atención primaria de salud". *Revista Cubana Medicina General Integral* 16 (3): 295-304. La Habana: Editorial Ciencias Médicas, Universidad Virtual de Salud de Cuba.
- Malchiodi, Cathy. 2005. *Expressive Therapies*. New York: Guilford.
- McNiff, Shaun. 2004. *Art heals: How creativity cures the soul*. Boston: Shambhala.

Knowles, Allison, Eleanor Heartney, Meredith Monk et al. 2000. "Art as spiritual practice: panel discussion". *Journal of Performance and Art* 24: 18-34. Cambridge: Massachusetts Institute of Technology (MIT) Press.

Mondragón-Kalb, Susana. 2003. "La psicoterapia y la espiritualidad aplicadas en mujeres después de los cuarenta años: una investigación cualitativa". Tesis de doctorado, Escuela de Humanidades y Estudios Sociales, Programa de Psicología, Atlantic International University.

159

Mountain, Vivienne. 2007. "Educational contexts for the development of children's spirituality: exploring the use of imagination". *International Journal of Children's Spirituality* 12 (2): 191-205. Abingdon: Taylor and Francis Group.

Rodríguez, Vivian. 2005. "Terapias mente-cuerpo: una reintegración de mente, cuerpo y espíritu". *Revista de Ciencias Sociales* III-IV (109-110):183-190. Bogotá: Facultad de Psicología y Ciencias Sociales, Fundación Universitaria Luis Amigó.

Rogers, Natalie. 1993. *The creative connection: Expressive arts as healing*. California: Science & Behavior Books.

Rubin, Judith. 2009. *Introduction to arttherapy. Sources and resources*. New York: Taylor and Francis Group.

Salmon, Deborah. 2001. "Music therapy as psychospiritual process in palliative care". *Journal of Palliative Care* 17 (3): 142-146. California: SAGE Journals.

Sartre, Jean Paul. 1972. *The psychology of imagination*. London: Methuen.

Schlehofer, Michele, Allen Omoto y Janice R. Adelman. 2008. "How do 'religion' and 'spirituality' differ? Lay definitions among older adults". *Journal for the Scientific Study of Religion* 47 (3): 411-425. New Jersey: Wiley Online Library

Seong-in, Kim, Kang Hyung-Seok y Kim Youn-Hee. 2009. "A computer system for art therapy assessment of elements in structured mandala". *The Arts in Psychotherapy* 36 (1): 19-28. Amsterdam: Elsevier B.V.

Sweeney, Susan. 2009. "Art therapy: promoting wellbeing in rural and remote communities". *Australasian Psychiatry* 17 (1): 151-154. California: SAGE Journals.

Trungpa, Chögyam. 2000. *Más allá del materialismo espiritual*. Buenos Aires: Troquel.

Ver Beek, Kurt Alan. 2000. "Spirituality: a development taboo". *Development in Practice* 10 (1): 31-43. New York: Taylor and Francis Group.

Wadeson, Harriet. 2002. "Confronting polarization in art therapy". *Journal of American Art Therapy Association* 19 (4): 77-84. Alexandria: American Art Therapy Association.

Welwood, John. 2002. *Psicología del despertar*. España: Kairós.

Wilber, Ken. 1981. *Un Dios sociable*. Barcelona: Kairós.

Wilber, Ken. 1990. El espectro de la conciencia. Barcelona: Kairós.

Wilber, Ken 1998. *El ojo del espíritu*. Barcelona: Kairós.

- Wilber, Ken. 2008. *Espiritualidad integral: el nuevo papel de la religión en el mundo actual*. Barcelona: Kairós.
- Zinnbauer, Brian, Kenneth Pargament, Brenda Cole, Mrk Rye, Eric Butter et al. 1997. “Religion and spirituality: unfuzzing the fuzzy”. *Journal for the Scientific Study of Religion* 36 (4): 549-564. New Jersey: Wiley Online Library.
- Zohar, Danar y Marshall, Ian. 2000. *Spiritual intelligence- the ultimate intelligence*. London: Bloomsbury.

Referencias en línea

- Aldridge, David. 2003. “Music therapy and spirituality. A transcendental understanding of suffering. *Music Therapy Today (Online)*: 1-28. [Consultado en octubre del 2011] <http://www.wfmt.info/Musictherapyworld/01523/20030218102425/SpiritMTTFeb2003.pdf>
- Alma, Hans. 2008. “Self-development as a spiritual process: the role of empathy and imagination in finding spiritual orientation”. *Pastoral Psychology* 57 (1-2): 59-63. [Consultado en septiembre del 2011]. New York: Springer US. <https://doi.org/10.1007/s11089-008-0168-4>
- American Art Therapy Association. 2009. “Standard and guidelines for ‘Who are the accreditation of educational programs in art therapy’-therapist?”. *American Art Therapy Association*. [Consultado en octubre de 2017]. [https://www.caahep.org/getattachment/About-CAAHEP/Committees-on-Accreditation/Art-Therapy/Art-Therapy-Standards-2017\(i\).pdf.aspxar](https://www.caahep.org/getattachment/About-CAAHEP/Committees-on-Accreditation/Art-Therapy/Art-Therapy-Standards-2017(i).pdf.aspxar)
- Bassols, Mireia y Jean Pierre Klein. 2006. “El arte-terapia. Un acompañamiento en la creación y la transformación”. *Papeles de Arte-terapia y Educación Artística para la Inclusión Social* (1): 19-25. Madrid: Ediciones complutense, Universidad Complutense de Madrid. [Consultado en octubre de 2011]. <http://revistas.ucm.es/edu/18866190/articulos/ARTE0606110019A.PDF>
- Bailey, Sally. 1997. “The arts in spiritual care”. *Seminars on Oncology Nursing* (13): 242-247. Amsterdam: Elsevier B.V. [Consultado en septiembre de 2011]. [http://www.europeanurology.com/article/S0749-2081\(97\)80018-6/abstract](http://www.europeanurology.com/article/S0749-2081(97)80018-6/abstract)
- Béjar, Karen Eunice. 2011. “La psicoterapia Gestalt y la expresión a través del arte”. *Universidad Gestalt*. [Consultado en septiembre de 2017]. <https://mundogestalt.com/la-psicoterapia-gestalt-y-la-expresion-a-traves-del-arte/>
- Magill, Lucanne. 2002. “Spirituality in music therapy”. *Music Therapy Today (Online)*. [Consultado en octubre de 2011]. <https://voices.no/community/?q=content/spirituality-music-therapy>

Sharp, Daryl. 1991. "The Jung Lexicon". *The Jung Page. Reflections on Psychology, Culture and Life*. [Consultado en junio de 2011]. <http://www.cgjungpage.org/learn/jung-lexicon#self. temid=41#A>

Tart, Charles. 2010. *Spiritual bypass*. [Consultado en julio de 2011]. <http://blog.paradigm-sys.com/spiritual-bypass-2/>

