

Epistemología de la Espiritualidad

Epistemology of Spirituality

Epistemologia da Espiritualidade

Franca Peri Giglio

francaperi@gmail.com

<https://orcid.org/000-0002-5243-4930>

Oneness University, La India.

Artículo recibido en enero de 2021, arbitrado en marzo de 2021 y aprobado en abril de 2021

RESUMEN

La presente investigación hermenéutica interpretativa tuvo como propósito presentar una propuesta epistemológica para estudiar la espiritualidad como la cualidad trascendente del Ser, accesible en la medida en que nos hacemos más conscientes de nuestro mundo interno. Para ello, se realizó un análisis etimológico y conceptual de la espiritualidad, basado en visiones teórico-filosóficas occidentales y orientales que abordan el estudio del Ser. Se concluyó que en el paradigma epistemológico espiritual el conocimiento es válido en tanto evidencie transformación interna y externa del sujeto, incluyendo al investigador. Además, el abordaje epistemológico espiritual puede ser perfectamente objetivo aún siendo ontológicamente subjetivo, por cuanto los juicios que se deriven de la investigación parten de hechos contrastables y verificables en un contexto fenomenológico, introspectivo y experiencial, donde el observador/investigador se incluye en lo investigado para desarrollar la práctica consciente del autoconocimiento y evolucionar hacia estados y niveles superiores de conciencia.

Palabras clave: Espiritualidad; auto-conocimiento; consciencia; niveles de conciencia; estados de consciencia

ABSTRACT

The present interpretive hermeneutical research aimed to present an epistemological proposal to study spirituality as the transcendent quality of Being, accessible to the extent that we become more aware of our internal world. For this, an etymological and conceptual analysis of spirituality was carried out, based on western and eastern theoretical-philosophical views that address the study of Being. It was concluded that in the spiritual epistemological paradigm knowledge is valid as long as it evidences internal and external transformation of the human being, including the researcher. In addition, the spiritual epistemological approach can be perfectly objective even being ontologically subjective, since the judgments that are derived from the investigation are based on verifiable facts in a phenomenological, introspective and experiential context, where the observer/researcher is included in the investigated to develop the conscious

practice of self-knowledge, and to evolve towards higher states and levels of consciousness.

Keywords: *Spirituality; self-knowledge; epistemology; levels of consciousness; states of consciousness*

RESUMO

A presente pesquisa hermenêutica interpretativa teve como objetivo apresentar uma proposta epistemológica para estudar a espiritualidade como qualidade transcendente do Ser, acessível na medida em que nos tornamos mais conscientes de nosso mundo interno. Para tanto, foi realizada uma análise etimológica e conceitual da espiritualidade, com base nas visões teórico-filosóficas ocidentais e orientais que abordam o estudo do Ser. Concluiu-se que no paradigma epistemológico espiritual o conhecimento é válido desde que evidenciado transformação interno e externo do ser humano, incluindo o pesquisador. Além disso, a abordagem epistemológica espiritual pode ser perfeitamente objetiva mesmo sendo ontologicamente subjetiva, uma vez que os julgamentos que derivam da investigação são baseados em fatos verificáveis em um contexto fenomenológico, introspectivo e experiencial, onde o observador/pesquisador está incluído no investigado para desenvolver a prática consciente de autoconhecimento e evoluir para estados e níveis mais elevados de consciência.

Palavras-chave: *Espiritualidade; autoconhecimento; epistemologia; níveis de consciência; estados de consciência*

INTRODUCCIÓN

La historia de la humanidad, y en particular el siglo que nos ha correspondido vivir, se ha caracterizado por una serie de indudables avances en lo científico, tecnológico y de infraestructura entre muchos otros. Sin embargo, paradójicamente, se observan niveles cada vez más alarmantes de desesperanza y de vacío existenciales en cuanto al sentido y propósito de vida, así como el aislamiento y alienación hacia nuestros semejantes, e incluso hacia el interior mismo de cada ser, de sus sentimientos y sus potencialidades.

¿Cómo explicar por ejemplo, la gran cantidad de suicidios que ocurren anualmente incluso en los países de mayor nivel de desarrollo? Solo en el año 2016 se reportaron 800.000 suicidios en todo el planeta (Organización Mundial de la Salud OMS, 2019), y sin embargo, no se declara este hecho como un problema de salud pública. De igual forma, el uso cada vez mayor y más variado de drogas lícitas e ilícitas en la sociedad,

evidencia la incapacidad de las personas de abordar la realidad que viven. Lo anterior nos obliga como investigadores a aportar elementos que permitan dar respuesta a las preguntas trascendentes que tocan la esencia íntima del ser, preguntas éstas que trascienden con mucho el deber ser ético-moral, o la normativa socialmente acordada sobre cómo comportarse y ser aceptado sin transgredir las reglas y las leyes.

Estamos hablando de temas que van mucho más allá de una moda generacional, que en tiempos de cambios vertiginosos como los actuales, se ha convertido en una necesidad. En 1982, John Naisbitt, ex ejecutivo de IBM y consejero presidencial de J.F. Kennedy y Lyndon Johnson, en su libro *Megatendencias*, ya anticipaba abiertamente que el futuro cercano estaría marcado por una sed de espiritualidad, independiente de la religión y sus dogmas, tradiciones y doctrinas. Por su parte, Salgado-Lévano (2017), destaca que la comunidad científica ha producido en las últimas décadas una cantidad creciente de investigaciones sobre aspectos vinculados a la espiritualidad, hasta el punto que se ha convertido en toda una línea de investigación para la Asociación Americana de Psicología, dentro de la cual cada día se suman más seguidores.

Hay una vuelta hacia el interior del ser, y esto se ha convertido en una necesidad existencial que amerita un estudio y un acompañamiento serio. Toda persona, por el solo hecho de su condición humana e independientemente de su cultura, condición religiosa y social, posee la sensibilidad natural e intuitiva para identificar y conectarse con el aliento de vida que antecede al pensamiento y al cuerpo, y le invita a vivir. En otras palabras, solo el ser humano tiene la capacidad de ser consciente de su vida espiritual, una espiritualidad que dada su condición de totalidad, está embebida en su corporalidad y todo cuanto le rodea.

La presente investigación aborda un enfoque integrador del ser humano, donde toma conciencia de su ser más allá de las religiones pero sin desmeritar su presencia. Se trata de un estudio hermenéutico basado en aportes de la filosofía oriental Zen e hinduista, y la filosofía occidental desde la posición de filósofos como Bernardo Kastrup

y la SECPAL (2008), necesarios para conceptualizar la espiritualidad y delimitar ontológicamente a la conciencia como su objeto de estudio.

Finalmente, este análisis desemboca en una propuesta epistemológica que abre las posibilidades de un estudio sistematizado, consensado, y por ende capaz de fundamentar teorías y propuestas metodológicas actualizadas a los tiempos en que vivimos, traducido en aportes más concretos y operativos a este tema de trascendental importancia en el contexto de la sociedad actual.

Integración conceptual Oriente/Occidente de los términos Espiritualidad y Consciencia.

Comencemos por describir y analizar el significado etimológico occidental de estas dos palabras, para luego complementarlo con la perspectiva oriental y occidental, y así precisar una interpretación más integrada de ambos términos. La palabra Espiritualidad contiene al sufijo “dad”. De acuerdo con el Diccionario Panhispánico de Dudas (2005), –dad, de origen latino, también presente en palabras como caridad, bondad, crueldad, vecindad, verdad, virilidad, contabilidad, significa “cualidad”, por lo que nos estamos refiriendo a algo de carácter abstracto. Entonces, en principio, la espiritualidad es una cualidad, un rasgo abstracto permanente que distingue y caracteriza a los seres humanos por tener la capacidad de elaborar procesos conscientes y metaconscientes.

La palabra “espíritu” por su parte, deriva etimológicamente del latín *spiritus* y del verbo *spirare*, soplar, sople (Rosental, 1965). Respirar y estar vivos van de la mano, así que el espíritu es ese sople que da vida. Ahora bien, este sople que penetra y da vida a los seres, se conecta o se nutre de algo que debe tener o “ser” vida. En la filosofía zen, se habla del *Shen*. El ideograma de *Shen* suele traducirse como “Mente” o “Espíritu”. *Shen* es la vitalidad consciente en la cual se apoya el *Jing* y el *Qi* en el cuerpo humano. Es la consciencia humana, la capacidad que está “consciente” del pensar, formar ideas, discriminar y elegir correctamente. (Kaptchuck, 1995).

Por otro lado, en la versión Hindú, el espíritu existe tanto dentro como fuera del ser. Easwaran (2009), señala que en los *Upanishads* (textos sagrados posteriores a los Vedas, escritos entre el siglo VI y el siglo IV A.C.), el *Atman* es la esencia de todas las criaturas en su nivel más profundo. Es una palabra del idioma sánscrito, y significa Ser, Alma, Espíritu. El *Atman* está compuesto de la misma esencia del Universo, llamada *Brahman*, *Brahmaṇa*, *brhā* (firme, fuerte, expansivo) y *man*, de la raíz indo-europea *men*, y denota la forma manifiesta del poder definitivo, inmanente, principio fundamental. Una vez que el ser humano logra acoplar ambos, se ilumina. El *Brahman* también se define como la consciencia universal, y el *Atman* como la consciencia individual fundida con la universal, explicadas a través de la metáfora del océano y la ola (Gonda, 1962). Esta consciencia se llama *Chit*, manifestada en sus cualidades puras, como inteligencia, compasión, amor incondicional.

Entonces, en los *Upanishads* está claramente definida la convergencia entre el microcosmos y el macrocosmos, manifiesta en la forma de *Sat-chit-ananda* (existencia-consciencia-dicha), y ocurre como una realidad permanente e inmanente. (Sharma, 2007).

Por su parte, la palabra Consciencia, etimológicamente, del latín *conscientia*, significa dos cosas: “con conocimiento” (sabíamos lo que hacíamos, cuando lo hacíamos), y “conocimiento compartido” (con otras personas). A su vez, la palabra Conocimiento significa “el resultado de conocer”, combinación ésta del latín *cognoscere*—conocer completamente—, y del sufijo *miento* —resultado—. De aquí se deduce que la Consciencia es la capacidad que tiene el Ser de conocer no solo al mundo externo que lo rodea, sino a su mundo interno, en lo fenomenológico, introspectivo y vivencial (Salgado García, 2003), al cual podemos acceder adentrándonos en sus profundidades, para llegar a comprender los actos y sus causas internas y externas.

Es preciso recalcar aquí que nos estamos refiriendo a la consciencia como un estado del Ser, y no a la conciencia sin la letra “s”. El diccionario panhispánico de dudas

(ob cit.), aclara que ambos términos no son utilizables de igual manera en todos los contextos. La conciencia con “c”, está relacionada con la capacidad moral de convivencia, bien sea en sociedad o con la naturaleza, y se utiliza para expresar la capacidad de distinguir entre el bien y el mal, o en expresiones como: *remorderle a alguien la conciencia*, *no tener conciencia* –o no tener escrúpulos, *tener cargo de conciencia*, etc. Queda claro entonces que para efectos de este estudio, nos referimos a la conciencia con “s”, abocada a sacar a la luz aquello que ha estado inconsciente desde la autoobservación y comprensión de los procesos internos a los cuales nos abrimos a experimentar y conocer.

Dado todo lo anterior, definiremos entonces a la espiritualidad como la cualidad trascendente del Ser a la cual podemos acceder en la medida en que nos hacemos conscientes. Para el estudio ontológico y epistemológico de la espiritualidad, se requiere del uso de la Consciencia en todos sus estados y niveles, como herramienta de reconocimiento y des-cubrimiento paulatino del ser espiritual que somos, al darnos cuenta de los elementos psicológicos, afectivos, emocionales y socio-históricos que afectan de manera positiva o limitante la expresión total del Espíritu, Atman, Shen, y cuya liberación es tarea que como ya se dijo, solo posible para los seres humanos, por ser éstos capaces de ser y de hacerse conscientes.

La Espiritualidad, sus dimensiones y etapas en la vida

El grupo de Espiritualidad de la Sociedad Española de Cuidados Paliativos, SECPAL (Galiana *et al*, 2013), elaboró un concepto de espiritualidad que engloba todo lo que se ha tratado aquí sobre la misma, definiéndola como:

la naturaleza esencial que nos conforma y de la que surge la aspiración profunda e íntima del ser humano a una visión de la vida y la realidad que integre, conecte, trascienda y dé sentido a la existencia. Es el dinamismo de búsqueda personal en tres direcciones: hacia el interior de uno mismo en búsqueda de *sentido*; hacia el entorno en búsqueda de *conexión*; hacia el más allá en búsqueda de *trascendencia* (p.3)

Estas tres direcciones que el ser humano asume abordar para conocerse a sí mismo, coexisten y se nutren entre sí, y se develan a través de su experiencia consciente.

En la dimensión interior, la espiritualidad se devela en la medida en que manifestamos lo que realmente somos con integridad y coherencia. De esta manera, vamos comprendiendo nuestro “Sentido y Razón” de ser en la vida, el “para qué estoy aquí” en todos sus significados, tanto terrenales, como trascendentes. Este es un proceso intenso que exige total compromiso, ya que incluye ver no solo lo que nos agrada y gusta mostrar, sino también y más importante, lo que no queremos ver. El resultado lleva también a una profunda paz, reconciliación y amor hacia nuestro ser.

La dimensión exterior es descrita por la SECPAL (2008) como el estado de “conexión, de pertenencia (formar parte) y de responsabilidad con el entorno y los demás que se ven ahora más íntimos, más próximos” (p.102). Para llegar a ello, necesitamos tomar consciencia de cómo la realidad que creemos estar viendo no es sino un reflejo de la condición interior que tenemos en un momento dado. En otras palabras, el mundo nos enseña lo que somos, y esto constituye una oportunidad para sacar a la superficie aquello que está escondido y sanarlo. A partir de allí, las relaciones con el mundo externo dejan de ser conflictivas. La dimensión externa entonces, es un elemento para ejercer con responsabilidad nuestra influencia en el mundo y a la vez sanar todo aquello que ayude a trascender y develar el Ser espiritual que somos.

En la dimensión de la trascendencia, que preferimos llamar dimensión total, finalmente logramos experimentar que no hay un “otro” fuera de mí. Esta dimensión apunta a la búsqueda y consolidación del estado de unidad, donde todo es sagrado, y nos reconocemos como hologramas del gran amor universal. La SECPAL (ibid), describe como trascendencia:

...la capacidad de expandir el ser, traspasando la percepción limitada de la realidad que nos ofrecen nuestros sentidos y teniendo una perspectiva más profunda y amplia de nuestro yo y nuestras circunstancias presentes, incluidas el sufrimiento y la muerte,

capacidad que se deriva del sentimiento de la presencia del Ser Superior o de pertenencia a un Todo que nos supera y abarca (p. 102).

Desde aquí decimos entonces, que la espiritualidad se manifiesta a lo largo de la vida en etapas o fases. Podríamos diferenciar como primera etapa, aquella que comienza en el momento de la concepción, hasta cuando el niño adquiere un sentido de identidad como persona separada. Al nacer somos esa Consciencia Pura en conexión con todo lo que es. El bebé literalmente no sabe dónde comienza y dónde termina su cuerpo, no sabe qué está dentro y qué está fuera. Él simplemente “es”. Experimenta la realidad directamente desde los sentidos, sin interferencia de la mente. Pero cuando el niño comienza a identificarse con los pensamientos, juntar palabras para elaborar sus ideas acerca del mundo que lo rodea, comienza también a alejarse de la experiencia directa de los sentidos para relacionarse con los demás a partir de las imágenes que crea en su mente.

Y así, los seres humanos acumulamos percepciones, historias, algunas gratificantes y hermosas, pero muchas otras obstaculizantes: heridas, miedos, traumas, bloqueos, generando una enorme carga emocional. La necesidad espiritual de liberarnos de este sufrimiento da inicio a la tercera etapa, que comienza antes o después dependiendo de cada ser humano, cuando decide hacerse consciente como herramienta para profundizar en su proceso de sanación interior.

En resumen, la búsqueda interior del Ser espiritual es una necesidad vital e intuitiva que surge desde lo más profundo de nosotros en algún momento de la vida. Es “éso” que nos mueve a ser mejores, vivir en paz y en armonía con uno mismo y con los seres que nos rodean, tener un sentido único y personal de expresión creativa que enriquece nuestra existencia y la del planeta. Y eventualmente, “éso” comienza a sentir esa esencia de luz y de amor que nos conecta con todo.

La Consciencia desde la perspectiva ontológica y epistemológica para el estudio de la Espiritualidad

La cualidad ontológica de la consciencia es Ser Consciente (Sri Bhagavan, s/f). Para efectos de la epistemología de la espiritualidad, la consciencia es observación integradora de lo que descubrimos, y por ende, es transformacional, siempre que seamos capaces de abrirnos a la experiencia y sentirla sin resistencia. Así, obtendremos un nivel de comprensión de nuestros procesos internos que irá más allá de la explicación teórica, mental y argumentativa que surge de la mente, la cual rechaza la idea de mirar hacia dentro y experimentarnos, sentir, utilizar al cuerpo en su totalidad.

Pero la consciencia aquí descrita no se refiere a la mente que analiza datos empíricos y objetos, sino a un “estar presente” que se permite a sí mismo percatarse, percibirse, escucharse, sin rechazo ni resistencia a lo que se es, experimentado y observado en sus diferentes niveles de profundidad. La mente por lo general suele esquivar este paso del sentir y el ver sin juzgar, e inmediatamente se apodera de la situación justificando, argumentando, posicionando, perdiéndose así la oportunidad de entrar en contacto directo con el mundo interno que existe y necesita salir a la luz para así conocernos realmente. De ésto se trata el conocerse: develar y reconocer las sombras de lo que nos controla, porque ha estado oculto y por ende, sin resolver.

Al respecto, Jung (2002), uno de los primeros en estudiar los arquetipos, y en particular y para los efectos de este estudio, del arquetipo de la sombra señala: “Tu mirada se aclarará solo cuando puedas ver dentro de tu corazón. Aquel que mira hacia afuera, sueña; aquel que mira hacia adentro, despierta” (p.33). El escondernos de nosotros mismos controla inconscientemente nuestra vida. Por el contrario, conocerse es un trabajo interno profundamente liberador, porque hace posible la integración de lo que se descubre, la comprensión de uno mismo, el perdón, la compasión y el amor desde la paz que retorna dentro del ser.

Cuando se transita por este proceso introspectivo/vivencial de auto-conocimiento, solo posible a través de la consciencia desde donde afloran las verdades,

eventualmente el Ser Espiritual que somos se libera y manifiesta en una cada vez mejor versión de nosotros en cada acto de la vida diaria. Epistémicamente, la realidad y el sujeto que observa esa realidad, son respectivamente el sustrato detonante y la herramienta que observa, encuentra, descubre, sana y comprende tanto los aspectos ocultos –que permanecen en el inconsciente- como los sutiles –que pertenecen al supraconsciente, conocidos como experiencias místicas de despertar-. En este proceso fenomenológico, el observador se propone hacerse consciente de manera introspectiva de sus procesos, hasta eventualmente alcanzar el punto en que la consciencia se experimenta por sí misma a través de la identidad de ese ser espiritual que la contiene. Lo que queda es la consciencia testigo, trascendente, transpersonal, y en constante observación liberadora de lo que ha estado oculto en el inconsciente (Wilber, 2000). Otro detalle ontológico de la consciencia es que, el “darse cuenta” ocurre solo en el momento presente, tal y como lo aporta la filosofía oriental y lo incorpora luego diversas corrientes como el psicoanálisis y la filosofía fenomenológica y existencial:

La consciencia es un acontecimiento que ocurre en el momento presente. Solo podemos estar conscientes de lo que está sucediendo ahora. Inclusive nuestras reflexiones y recuerdos tienen lugar en el ahora, en el presente. Comprender con todo nuestro ser lo que significa "ahora" eso es salud. Porque si estamos totalmente conscientes del "ahora", estamos en contacto con todo lo que existe a nuestro alrededor, y este es el punto de partida del proceso en el que se va desarrollando la vida. Ahora bien, es necesario entender que presente y conciencia son dos aspectos no divisibles, pues en el recordar, se pierde el ahora, y en el planificar también. El pasado o futuro siempre ocurren en el ahora (Latner, 1978, p.134).

En resumen, la Espiritualidad como cualidad del espíritu que existe en nosotros, se revela a medida que nos hacemos conscientes de nuestra condición trascendente, siendo entonces la consciencia la herramienta para lograr ese descubrimiento fenomenológico, introspectivo-vivencial de aquello que yace en el estado inconsciente. Consideramos entonces necesario profundizar a continuación sobre sus estados y niveles, ya que la observación de los procesos internos de pensamiento y emociones eventualmente trascienden hacia estados superiores de consciencia donde se experimenta la esencia última del Ser humano, cuando manifiesta su intuición creadora y su potencial de unidad con el todo, en todas las dimensiones y áreas de la existencia.

Estados de Consciencia

El ser humano experimenta básicamente dos estados de consciencia: El estado inconsciente y el estado consciente (Pradeep, 2011). El primer estado se conoce como el estado inconsciente. Nuestra vida está regida en un 95% por el inconsciente, y solo un 5% por el consciente. En el inconsciente se alojan programas, memorias, historias, patrones, cargas, emociones, heridas, pero también talentos, autopercepciones positivas o negativas, actitudes y hábitos que han influenciado nuestro crecimiento y evolución (Jung 2002). Por ejemplo, si desde niños adquirimos el hábito del orden, al llegar a la edad adulta tendremos mayores posibilidades de ser más eficientes, y habremos desarrollado alguna capacidad muy útil para discriminar lo necesario de lo superfluo. Pero aún así, esto no deja de ser un hábito, porque no podemos controlarlo a voluntad. Es otro programa que corre en el inconsciente, y se manifiesta en nuestra vida de manera mecánica e independiente de nuestro deseo (Carruthers, 2007). Desde el estado inconsciente elaboramos la percepción de lo que creemos que somos y del mundo que nos rodea, sin percatarnos de los filtros internos antes mencionados, con los cuales cada persona construye su imagen del mundo.

Por su parte, en un estado paulatinamente más consciente, comenzamos a sacar a la luz lo que existe en el inconsciente. De acuerdo con Sánchez (2000), la consciencia “es la experiencia del darse cuenta de los pensamientos, sentimientos y actos. El estudio de la consciencia es el estudio de los fenómenos de percatación” (p.75), por lo que ella se va “afinando” en la medida en que hace uso de sí misma.

El estado consciente abarca entonces un espectro de acción con diversas instancias o niveles de percepción:

- Un nivel inicial llamado “darse cuenta” -conocido en inglés como “awareness”-. Chalmers (1997) afirma que “la consciencia está siempre acompañada por el “darse cuenta”, pero el “darse cuenta”, no necesariamente está acompañado por la consciencia” (p.28). De forma similar, Bunge y Ardila (1987) distinguen entre el “darse

cuenta” y el hacerse consciente. Su definición de consciencia incluye dos procesos: el objeto de la consciencia y el pensar sobre ese objeto. Por lo tanto, la consciencia consiste en pensar, reflexionar sobre un evento mental (una percepción, un pensamiento o un recuerdo), mientras que el “darse cuenta”, lo que trata es de traer al consciente aquellos elementos de la psique de los cuales no se era consciente, y por ende el individuo no actuaba conscientemente.

- La consciencia luego va un paso más allá, que es el “ver lo que hay”, esto es, el asumir responsablemente la necesidad de hacernos conscientes de aquello que hemos evitado ver dentro de nosotros, o incluso negado su existencia, y al dejar de resistirnos la tensión se acaba. El proceso introspectivo entonces, saca a la luz elementos que regulaban nuestras vidas, para pasar a un estado de sinceración y liberación evidenciable dentro y fuera del ser.

- Existe un estadio superior en el cual la consciencia es capaz de observar el conflicto interno sin afectarse por éste: el estado de Consciencia Testigo, en el cual hay un observador que contempla los fenómenos, los pensamientos e historias de la mente de manera verdaderamente objetiva e imparcial. Es un estado de conocimiento de la realidad por encima de las interpretaciones que hagamos de ella (Wilber, 2000).

- Queda un estado más por explicar. Cuando se permanece por más y más tiempo en el estado de esa consciencia Testigo, la consciencia se hace consciente del “espacio que a su vez experimenta todo cuanto es”, llamado Consciencia Pura o Supraconsciencia. Allí todo es consciencia. Podemos llamar a ese sustrato creativo como más nos guste: La Fuente, Dios, Diosa, Tao, Brahman, Campo unificado, Vacío, La Nada, etcétera. Investigadores como Jantsch, por ejemplo, tienden simplemente a llamarlo capacidad “autotrascendente” del universo (Wilber, 2005). La Consciencia finalmente se hace observación pura. El observador y lo observado se diluyen y lo que queda es el observar. AdiShankaracharya, filósofo indio del siglo 8 D.C., quien consolidó la doctrina del AdvaitaVedanta y explicó las ideas básicas de los Upanishads, es uno de los autores que escribió esta explicación ontológica de la consciencia, recogida por DrgDrsyaViveka (1931):

Cuando la forma es el objeto de observación, entonces el ojo es el Observador; cuando el ojo es el objeto de observación, entonces la mente es el Observador; cuando las pulsaciones de la mente son los objetos de observación, entonces la Consciencia Testigo es el verdadero observador, y siendo auto-luminoso nunca puede ser objeto de observación (p.2).

Muchas personas han definido este proceso como un estado místico, donde se accede a la experiencia directa de la realidad última, llámese como se desee (Diccionario online MerriamWebster, 2019). Esto trasciende la percepción ordinaria y el uso del razonamiento lógico, por lo que entra en el campo fenomenológico de la experiencia. Experimentar se define aquí como el acto de “probar” la realidad de manera directa. Es un acto íntimo, personal, único, y por ende, aplastantemente real. Este es el gran *satori*, o *mukthi*, del cual hablan en Oriente; la experiencia más alta posible (Van Dussen, 1977).

Edmund Husserl, padre de la fenomenología trascendental, quien influenció grandemente a tantos filósofos del siglo XX, consideraba que el mundo es aquello a lo que se refiere nuestra experiencia y al mismo tiempo el contexto en el que vivimos. Para él, existía un “yo de las vivencias” además del yo empírico, y que ese yo de las vivencias era abordado desde la consciencia. Además, toda experiencia ocurre dentro de nosotros aun cuando se active desde algún estímulo externo. Esto significa que podemos acceder a ella directamente, lo que nos confiere responsabilidad de atenderla para así sanarla (Husserl, 1982). Se trata entonces, de desarrollar la consciencia asumiendo la práctica del autoconocimiento.

Niveles de Consciencia

En la medida en que una persona se hace más consciente de su ser interior, es lógico pensar que su percepción de sí misma y de la realidad cambia. Por ejemplo, alguien que haya tenido una pérdida bien sea de algún ser querido, o de un bien material muypreciado, y conscientemente se permite a sí misma experimentar esta pérdida de manera sagrada y total, logrará trascender este dolor en todo su ser, y se

convertirá en alguien paradójicamente más “humano”, más empático al dolor de la pérdida en los demás. El sufrimiento deja de verse de manera individualista, por cuanto la humanidad entera experimenta sufrimiento, y eso se reconoce no solo a nivel intelectual, sino que es percibido y vivido dentro de sí. Los niveles elevados de consciencia, influyen simultáneamente no solo en la persona sino en todo su entorno.

Hawkins (2012), desarrolla una escala sobre niveles de consciencia que contiene los siguientes de menor a mayor: Vergüenza, Culpa, Apatía, Sufrimiento, Miedo, Deseo, Ira, Orgullo, Coraje, Neutralidad, Voluntad, Aceptación, Razón, Amor, Alegría, Paz, Iluminación. De acuerdo con el autor, identificar y asumir con responsabilidad el nivel en que uno se encuentra es ya un salto de consciencia. Los primeros ocho niveles responden a un individuo que aún no ha generado esta suficiente autopropulsión, mientras que a partir del nivel de coraje o autodeterminación, el individuo ya tiene un nivel suficiente de empoderamiento para seguir ascendiendo en consciencia.

Hawkins (ob.cit.), sostiene que la humanidad por lo general ha tratado de controlar a lo largo de la historia todas las distorsiones y problemas sociales por distintas vías, bien sea legislativa, coercitiva, punitiva, o incluso violenta, pero los conflictos no han desaparecido, ni lo harán, mientras no se aborde el problema desde su causa y no desde sus síntomas. Al respecto, Barrett (2006), a partir de su experiencia como asesor del Banco Mundial y de organizaciones públicas y privadas, asevera que el proceso de transformación social ocurre a partir de la transformación personal:

Un yo que ha superado a satisfacción sus necesidades, basadas en creencias de no tener suficiente (conciencia de supervivencia), no ser amado (conciencia de relación), y no ser suficiente (conciencia de autoestima), es un yo que está preocupado por el bien mayor porque se ha liberado de sus miedos personales. Es un yo que no puede vivir con desigualdad. Quiere que todos tengan oportunidades similares (p.219)

En conclusión, para efectos del estudio ontológico de la consciencia en cuanto a estados y niveles, observamos que ambos son complementarios. Mientras que los estados de consciencia reflejan la situación en que se halla el conocimiento y

percepción que el ser humano posee de su mundo interior en relación con el mundo que le rodea hasta la experiencia directa de la realidad última, los niveles de consciencia reflejan el grado de evolución y transformación que el individuo transita en la medida en que va conociéndose. En términos generales, un ser con un elevado nivel de consciencia manifestará una actitud sana y equilibrada en su compromiso por un mundo más humano, y actuará en coherencia con su propósito de vida.

MÉTODO

La presente investigación se estructuró con base en el enfoque interpretativo hermenéutico, en un proceso de apropiación comprensiva de las interpretaciones y visiones de las distintas concepciones del Ser, enfoque éste al cual Heidegger (Vigo, 2002) explica a través de la sencillez del ejemplo de un martillo. Comprender lo que es un martillo a partir de la observación y medición no es suficiente. Solo cuando el observador se apropia del uso de un martillo, comprende lo que es, y a la vez, se comprende un poco más a sí mismo. Este método apunta por ende hacia a una epistemología que busca comprender más que conocer, centrada en el ejercicio interpretativo continuo del texto, diálogo, realidades, internalización y transformación en el sistema educativo venezolano, en relación con los procesos de transformación curricular y su incidencia en la labor docente y formación de los y las estudiantes de la EB y EMG, para el período de tiempo antes señalado.

RESULTADOS

A continuación se describen las aproximaciones emergentes de la hermenéutica aplicada y que sistematizan el estudio de un paradigma epistemológico espiritual basado en la consciencia y la transformación, tanto de la realidad conocida y comprendida como del observador investigador.

La idea básica de la epistemología es estudiar las bases filosóficas que sustentan el conocimiento científico. En el caso de la espiritualidad, estamos hablando del

conocimiento de sí mismo a través del estudio del desarrollo sistemático, experiencial y transformacional de la consciencia en todas sus dimensiones y niveles. Si bien la consciencia es un objeto ontológico subjetivo, lo que debe quedar claro en este punto, es el cómo caracterizar objetivamente los elementos que debe poseer un conocimiento de esta índole para alcanzar categoría epistemológica.

La epistemología surge de la pregunta ¿cómo es que conocemos? Los autores que se ocupan de la epistemología de las ciencias sociales y humanas, reconocen la dificultad ontológica de los objetos de estudio que pretenden abordar. Al respecto, para Posada (2007), la subjetividad en las ciencias sociales es en realidad ontológica y no epistemológica:

Las cosas que tienen un modo de existencia ontológicamente subjetiva son aquellas que, justamente para existir, dependen de las personas, de los sujetos. El dinero como tal existe en tanto existan sujetos; por esto, su modo de ser es ontológicamente subjetivo. Los modos de existencia que son ontológicamente objetivos son aquellos que no dependen de los sujetos. Por ejemplo, el trozo de papel de que está hecho el billete, como trozo de papel, tiene una existencia ontológicamente objetiva... Los hechos sociales son, en tanto hechos sociales, ontológicamente subjetivos; dependen de los sujetos. Pero de que los hechos sociales sean ontológicamente subjetivos no se sigue que los juicios, las investigaciones que de ellos se hagan, sean epistémicamente subjetivas. Podemos referirnos objetivamente a los hechos sociales. Tener juicios objetivos sobre los hechos sociales, juicios que no dependen de las motivaciones, deseos o actitudes del investigador para determinar su verdad (p.36).

En otras palabras, un hecho social *per se* es ontológicamente subjetivo, y su abordaje epistemológico puede ser perfectamente objetivo; esto se logra cuando el conocimiento que se obtiene a partir de su estudio es coherente, íntegro, por ser independiente de las actitudes, deseos y motivaciones del investigador, y a la vez se manifiesta en el exterior en acciones observables, producto de los cambios que ha generado este conocimiento. En el caso que nos atañe, el estudio epistemológico de los niveles de consciencia del Ser Espiritual no se refiere únicamente al conocimiento de su naturaleza y la comprensión de su alcance, sino también, en el estudio de estos cambios internos en la vida diaria personal y comunitaria, de manera directa, real y

efectiva. La humanidad requiere y demanda esta transformación personal y colectiva como nunca antes. Se pueden entonces hacer estudios sobre la Espiritualidad considerando los actos, comportamientos, actitudes y transformaciones internas de la persona que evidencien cambios en los niveles y estados de consciencia.

Ahora bien, con la finalidad de delimitar los aspectos ontológicos y epistemológicos más indicativos del Paradigma Epistemológico de la Espiritualidad, hemos considerado ilustrativo compararlos en un cuadro con otros paradigmas más clásicos abordados suficientemente en las ciencias sociales. Basado en autores como Hurtado y Toro (2001), Padrón (2014), Guba y Lincoln (1994) y Pérez Serrano (1994), se describen elementos característicos de los paradigmas positivista, naturalista/interpretativo, crítico y constructivista: en lo ontológico, lo referente a cómo conciben la realidad y la relación entre el objeto y el sujeto de estudio. En lo epistemológico, cómo se entiende el conocimiento, bajo qué estilo de pensamiento, cuál metodología y criterios de calidad se utilizan para garantizar la validez o veracidad de los datos obtenidos, y cuál es el objetivo del investigador (cuadro 1)

A partir de este primer cuadro, se ofrece una idea aproximativa ontológica de las características que definen al paradigma epistemológico espiritual, con respecto a paradigmas tradicionales. Así, vemos como resultado que:

- Desde la **ontología**, la espiritualidad concibe a la realidad como una herramienta para el auto-conocimiento del ser humano, y desde allí, la comprensión de sí mismo y del mundo. La razón de ser ontológica se dinamiza y resignifica en la medida en que hace el esfuerzo de conocerse y de comprenderse en todas las dimensiones: física, mental, emocional y espiritual. Por comprensión, aquí queremos dejar claro que va más allá de la decodificación o interpretación de una conducta o una emoción, un recuerdo, una acción. La comprensión implica integración orgánica de lo aprendido y se manifiesta en un grado mayor o menor de compasión hacia sí mismo y hacia las personas que han transitado por similares procesos de vida. Esto conlleva a un

Cuadro 1.- Delimitación Ontológica del Paradigma Epistemológico Espiritual

Paradigma Epistemológico	Positivismo	Naturalista/ Interpretativo	Crítico	Constructivismo	Espiritual
ONTOLOGÍA	Estática, fragmentada Objetiva	Dinámica, múltiple, holística	Mejorable	Auto-referencial	Dependiente del nivel de conciencia del observador.
1.-La Realidad es...	El mundo está dado y es independiente del Observador.	La realidad depende del contexto, se descubre	La realidad está relacionada con los valores sociales, políticos, culturales, económicos, étnicos y de género	La realidad depende del observador, se construye. El hombre como la medida de todo.	La realidad es una herramienta para el autoconocimiento y comprensión (integración compasiva) de sí mismo y del mundo.
2.-Relación Sujeto-Objeto	Independiente Neutra	Interactiva/ Orientada a comprender	Interactiva/ Orientada al cambio	Interactiva/ Orientada a Aprender	Orientada a comprender, transformar y trascender

Nota. Elaborado a partir de: Hurtado y Toro (2001), Padrón (2014), Pérez Serrano (1994), Guba y Lincoln (1994)

redimensionamiento del nivel de consciencia del individuo y su conexión con la humanidad en todos los escenarios de actuación.

- La relación ontológica entre el sujeto y el objeto se nutre a sí misma a través de la auto-observación consciente, donde el sujeto es su propio objeto de investigación. La forma como percibimos la realidad viene condicionada por nuestros puntos de vista, estados emocionales, historias de vida, condicionamientos culturales, familiares, nacionales, que confluyen en nuestro sistema de pensamiento. Si el ser humano se hace consciente de ello, puede alcanzar el nivel de comprensión necesario para transformarse y transformar su realidad hasta trascenderla. De lo que se habla aquí es de importancia crucial para la existencia misma de la especie humana.

Al respecto, parafraseando a Yentzen (2004), la época moderna centró sus esfuerzos en desarrollar la mente humana, y así el hombre “racional” dejaría atrás la “barbarie”. Pero los hechos nos han demostrado que no ha sido así. Seguimos siendo un planeta lleno de desigualdades, discriminación, donde las guerras se han tornado cotidianas, o camufladas, dejando destrucción y desolación en las almas de civilizaciones enteras. Las tecnologías han mejorado nuestra calidad de vida, y el bienestar económico está presente en muchos países, pero existe aún la esclavitud, la explotación, e incluso limitaciones básicas como el acceso al agua potable y alimentos. Al ser humano se le ha querido cosificar, porque el mismo ser humano no ha entrado en contacto consigo mismo para descubrir su verdadero valor. De ahí la imperiosa necesidad del autoconocimiento, la comprensión y la transformación interior y exterior.

En el cuadro 2 se puntualizan seis elementos que ayudan a caracterizar la propuesta del paradigma epistemológico espiritual:

- El conocimiento de lo espiritual surge del descubrimiento que el investigador hace de sí mismo al observarse activamente en su relación con lo investigado. Es conocimiento en tanto y cuanto genere una transformación interior verificable y observable a través de los cambios que ocurren en el comportamiento hacia el mundo exterior que lo rodea. Por ende el conocimiento se evidencia en acciones que revelan la

expansión del nivel de consciencia. El proceso de conocerse comienza por descubrir quiénes somos, ver los programas, prejuicios, predisposiciones, condicionamientos culturales regulan nuestras vidas, evidenciables cuando nos relacionamos con el otro. El ser humano “es” y “se va haciendo”, en la medida en que se relaciona. De ahí que en la relación se hace conocido lo desconocido. El descubrir un mecanismo de actuación que había pasado inadvertido en nuestro ser, y aceptado con integridad nos permite comprender, abrazar lo que somos y transformarnos.

- El estilo de pensamiento del paradigma espiritual se enmarca dentro de lo que Padrón (2014) denomina como Intuitivo-Vivencial, donde la consciencia, las vivencias sensoriales, emocionales y mentales del yo interno, los mecanismos de empatía e introspección, si bien se centran en lo que acontece en la experiencia íntima, no están aislados de lo que rodea al individuo. Somos un sistema abierto que se nutre y nutre simultáneamente el entorno. En este estilo, la razón deductiva y abstracta y los sentidos y mecanismos de construcción de los hechos son insuficientes para llegar al conocimiento que aspira el ser en relación con sí mismo y con su entorno.

En otras palabras, el ser humano necesita ser comprendido en sus múltiples dimensiones, no solo la material.

- El factor cognitivo predominante que se deduce de este estilo de pensamiento es entonces, la observación consciente de las sensaciones, emociones, reacciones y percepciones internas y externas que elabora el ser humano en relación consigo mismo y con su entorno.

- El paradigma epistemológico espiritual utiliza la metodología fenomenológica a quien Padrón (2014) identifica como metodología Introspectivo-Vivencial, para explorar la conciencia de la persona, comprender su esencia, y la manera en que el individuo percibe la vida a partir de experiencias y los significados que las rodean. La introspección comienza por el acto de prestarse atención, de escuchar y conocer de manera directa lo que somos, pensamos y sentimos ante cualquier

Cuadro 2.- Delimitación Epistemológica del Paradigma Epistemológico Espiritual

Paradigma Epistemológico	Positivismo	Naturalista/ Interpretativo	Crítico	Constructivismo	Espiritual
1.-El Conocimiento es...	Dualista/ Objetivista El conocimiento es un acto de descubrimiento	Subjetivista/ Relacional El investigador interactúa con lo investigado El conocimiento es un acto de comprensión	Subjetivista El conocimiento es un acto de emancipación	Significativo El conocimiento es un acto de aprendizaje desde el contexto social y el conocimiento previo	Transformador El investigador se reconoce como parte de lo investigado. El conocimiento es un acto de transformación y expansión del nivel de conciencia
2.- Estilo de Pensamiento	Inductivo-Concreto	Deductivo-Abstracto	Crítico	Intuitivo/ Abstracto	Intuitivo/ Vivencial
3.- Factor Cognitivo Predominante	Los sentidos, la percepción sensorial, los mecanismos de constatación fáctica -Experimental -Cuasi experimental -no experimental. - Mayormente cuantitativa. Manejo de variables	La razón, la deducción.	La razón, la argumentación dialéctica de los opuestos	La construcción de argumentos a partir de la percepción de la realidad.	La observación consciente de las percepciones internas y externas
4.-Metodología		Cualitativa Fenomenológico Hermenéutica Dialéctica	Dialógica-dialéctica Solución de problemas	Hermenéutica Dialéctica	Fenomenológico Introspectiva/ Vivencial. Discernimiento y comprensión para la transformación
5.- Criterios de Calidad	Validez Fiabilidad Objetividad	Confiabilidad Análisis formal, Contrastación empírica	Intersubjetividad Validez consensuada	Intersubjetividad Inclusividad Eventos que evidencian maduración personal/grupal	Coherencia interna y externa Eventos que evidencian integridad, comprensión y transformación indiv/ grupal
6.- Objetivo del Investigador	Generar un saber técnico para predecir y controlar el mundo natural y social	Descubrir Comprender Interpretar el mundo personal: creencias, intenciones, motivaciones	Generar conocimiento para: -liberar y emancipar a las personas - potenciar el cambio	-Interpretar -Elaborar modelos	-Comprender el mundo externo a partir del mundo interno. -Evolucionar en niveles de conciencia. -Transformación interior y exterior.

Nota. Elaborado a partir de: Hurtado y Toro (2001), Padrón (2014), Pérez Serrano (1994), Guba y Lincoln (1994)

situación externa o interna, y en el caso específico de este paradigma, se centra en la transformación y el desarrollo espiritual hacia niveles más elevados de consciencia.

- Más que interpretación de una realidad externa, el conocimiento que se genera desde el método introspectivo/vivencial resulta de la comprensión de una realidad tal y como aparece en el interior de la conciencia subjetiva, para emancipar y transformar el ser humano (Padrón, 2007). El investigador se cohesiona, se imbrica en el objeto a ser observado, porque solamente así puede comprender la esencia más allá de las apariencias que el fenómeno manifiesta externamente. Con relación a los criterios de calidad, el paradigma epistemológico espiritual se nutre de la verdad subjetiva que emerge en el investigador al descubrirse en el objeto con el cual está estudiando de manera directa, íntegra, intuitiva y vivencial. Este conocimiento logra validarse porque genera cambios externos que reflejan la transformación interna tanto individual como colectiva, observable y evidenciable en el mundo relacional en que se manifiestan los fenómenos de la consciencia.

- Por último, el objetivo del investigador dentro del paradigma epistemológico espiritual es el de comprender el objeto de investigación, pero a la vez siendo consciente que su intervención con lo investigado a través de su percepción interna de lo que considera la realidad, es también objeto de investigación. El investigador se convierte en parte de lo investigado: no solo descubre, sino se autodescubre. Al final, la meta es evolucionar en niveles de consciencia y trascender como un individuo espiritualmente pleno, conectado con su esencia, su propósito del ser y con el valor del verdadero significado de la vida.

CONCLUSIONES

Definimos a la espiritualidad como la cualidad trascendente del Ser, a la que podemos acceder en la medida en que somos conscientes de nuestro mundo interno. Para su estudio ontológico y epistemológico, se requiere abordar la consciencia en todos sus estados y niveles como herramienta de reconocimiento y descubrimiento paulatino del ser espiritual que somos, al darnos cuenta de los elementos psicológicos,

afectivos, emocionales y socio-históricos que influyen de manera positiva o limitante la expresión total del Espíritu, Atman, Shen, y cuya liberación es posible para los seres humanos, por ser éstos los únicos capaces de reconocerse y de hacerse conscientes.

La cualidad ontológica de la consciencia es el Ser Consciente. Básicamente, la consciencia se convierte en su propia herramienta introspectivo-vivencial que permite por una parte descubrir, abrazar e integrar aquello que permanece en el estado inconsciente, y por otra, trascenderlo.

Los niveles y estados de consciencia son distintos y a la vez complementarios. Mientras que los estados de consciencia reflejan el conocimiento y percepción que el ser humano posee de su mundo interior en relación con el mundo que le rodea, los niveles de consciencia reflejan el grado de evolución y transformación personal que el individuo experimenta en la medida en que va conociéndose. En términos generales, una persona que transita hacia niveles cada vez más elevados de consciencia, manifestará una actitud sana y equilibrada comenzando con su entorno inmediato, y actuará en coherencia con su propósito de vida. La autorrealización entonces será un hecho, así como la transformación personal y colectiva.

En el paradigma epistemológico espiritual, el conocimiento es válido en tanto pueda evidenciar la transformación interna y externa del sujeto. Así, siendo un hecho social ontológicamente subjetivo, el abordaje epistemológico espiritual puede ser perfectamente objetivo por cuanto los juicios que se deriven de la investigación parten de hechos contrastables y verificables. En este paradigma, el investigador se introduce a tal punto en la investigación que no solo la observa o la mide, sino que la vive -estilo de pensamiento intuitivo/vivencial- por lo que la realidad que va encontrando en su interior y que es un reflejo de lo externo se convierte en herramienta para el autoconocimiento, comprensión y transformación desde un enfoque fenomenológico, introspectivo /vivencial.

La búsqueda espiritual no es una moda, es una necesidad. Así, a nivel personal, el liberarse de los miedos, obstáculos, traumas, heridas y programas significa comenzar a experimentar la vida con sentido trascendente, sagrado, en gratitud y en compasión. Y a nivel colectivo, el impacto de una sola persona en armonía espiritual es incalculable. Un individuo feliz y realizado solo puede crear un mundo feliz, mientras que un individuo en conflicto, generará conflicto. Esperamos que este estudio sea un aporte significativo que permita abrir los caminos de la ciencia con todas sus herramientas para asumir con seriedad este reto y avanzar hacia un mundo más humano.

REFERENCIAS

- Barrett, R. (2006). *Building a Values-Driven Organization: A Whole System Approach to Cultural Transformation*. UK: Elsevier
- Bunge, M. y Ardila, R.(1987). *Philosophy of Psychology*. New York: Springer-Verlag
- Carruthers, P. (2007). The illusion of conscious will. *Synthese* 159:197–213DOI 10.1007/s11229-007-9204-7 Recuperado de: <http://faculty.philosophy.umd.edu/pcarruthers/The%20illusion%20of%20conscious%20will.pdf>
- Chalmers, D.J. (1997). *The conscious mind: In search of a fundamental theory*. New York: Oxford University Press
- Diccionario on line Merriam Webster.(2019). Recuperado de:<https://www.merriam-webster.com/dictionary/mysticism>
- Diccionario Panhispánico de dudas (2005). Real Academia Española. Recuperado de: <https://www.rae.es/dpd/>
- DrgDrSyaViveka (1931). *An inquiry into the nature of the 'seer' and the 'seen'*. Mysore, India:Sri Ramakrishna Asrama
- Easwaran, E.(2007). *The Upanishads*, India: Nilgiri Press
- Galiana L, et al.(2013). Cuestionarios de evaluación e intervención espiritual en cuidados paliativos: una revisión crítica. *MedPaliat*. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.1016/j.medipa.2013.02.003>.
- Gonda, J. (1962). Some Notes on the Study of Ancient-Indian Religious Terminology, *History of Religions*, Vol. 1:2, p.16-33
- Guba, E., y Lincoln, Y. (1994). *Competing Paradigms in Qualitative Research*. Recuperado de:<https://pdfs.semanticscholar.org/f4ee/6f7b09f4b1c9943cc36a8aa5a6391e1a92cf.pdf>

- Hawkins, D. (2012). *Power Vs Force: An Anatomy of Consciousness. The Hidden Determinants of Human Behavior*. USA: Hay House. 4ta Ed.
- Hurtado, I. y Toro, G. (2001). *Paradigmas y Métodos de Investigación en Tiempos de Cambio* (4ta ed) Valencia-Venezuela: Episteme.
- Husserl, E. (1982). *La Idea de la Fenomenología*. Cinco lecciones, trad. de Manuel García-Baró, Fondo de Cultura Económica, México; Madrid; Buenos Aires.
- Jung, C. G. (2002). *Cartas 1906-1945*, Vol. 1, Petropolis, Brasil: Voces, 2ª Ed.
- Kaptchuk, T. J. (1995). *The Web that has no Weaver. Chinese Medicine*. Traducida aocastelán por Fernando Pardo, Medicina china. Una trama sin tejedor. Barcelona: La Liebre de Marzo
- Latner, J. (1978). *El libro de la terapia Gestalt*. México: Diana.
- Naisbitt, J. (1982). *Megatrends: Ten New Directions Transforming Our Lives*. New York: Warner Books.
- Organización Mundial de la Salud (2019). Tasa de mortalidad por suicidio (por cada 100 mil habitantes) Recuperado de: https://www.who.int/mental_health/prevention/suicide/suicideprevent/en/
- Padrón, J. (2014). *Notas sobre enfoques epistemológicos, estilos de pensamiento y paradigmas*. Proyecto de Epistemología en DVD. Doctorado en Ciencias Humanas, Maracaibo: La Universidad del Zulia. Recuperado de: http://padron.entretemas.com.ve/Notas_EP-EnfEpistPdigmamas.pdf
- Perez Serrano, G. (1994). *Investigación Cualitativa. Retos e Interrogantes*. Madrid: La Muralla
- Posada, J. (2007). *La subjetividad en las Ciencias Sociales, una cuestión ontológica y no epistemológica*. En: *Epistemología de las ciencias sociales: Breve manual*. Recuperado de: <https://doi.org/10.34720/n8xe-st04>
- Pradeep, A.K. (2011). *El 95% de las decisiones que tomamos se gestan en el subconsciente*. La Vanguardia, 10-01-2011. Recuperado de: <https://www.lavanguardia.com/ciencia/20110110/54098614275/doctor-a-k-pradeep-el-95-de-las-decisiones-que-tomamos-se-gestan-en-el-subconsciente.html>
- Rosental, M. M. y Ludin, P. F. (1965). *Diccionario filosófico*. Montevideo: Pueblos Unidos. Traducido del ruso por Augusto Vidal Roget
- Salgado García, E. (2003). *Aproximación epistemológica de la conciencia en psicología: una perspectiva comportamental*. Actual. psicol. v.19 n.106 San José. Recuperado de: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0258-64442003000100003
- Salgado-Levano, Ana. (2017). *Espiritualidad y educación: retos y desafíos en la formación universitaria de estudiantes de psicología*. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/322642323_Espiritualidad_y_educacion_retos_y_desafios_en_la_formacion_universitaria_de_estudiantes_de_psicologia

- Sánchez Q., F. (2000). *Aura y Ciencia. Una Tecnología del Campo de la Conciencia*. España: Mandala Ediciones
- Sharma, A. (2007). *Advaita Vedānta: An Introduction*, Delhi: Motilal Banarsidass
- SECPAL (2008). El acompañamiento espiritual en cuidados paliativos. Una introducción y una propuesta. Recuperado de: http://www.secpal.com/%5CDocumentos%5CBlog%5Carchivo_9.pdf.
- Sri Bhagavan. (s/f). ¿El estar haciéndose la consciencia consciente de sí misma, es Creación? Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=AmiDjl8rUq8>
- Wilber, K. (2000). *Una visión integral de la psicología*. México: Alama
- Wilber, K. (2005). *Breve historia de todas las cosas*. Barcelona: Kairós
- Van Dusen, W. (1977). *La Profundidad Natural en el Hombre*. Santiago: Cuatro Vientos
- Vigo, A. (2002). Hans-Georg Gadamer y la filosofía hermenéutica: la comprensión como ideal y tarea. *Revista de Estudios Públicos* (87), pp. 235-249. Centro de Estudios Públicos, Santiago, Chile. Recuperado de: [3145_1043.pdf](#) (uma.es)
- Yentzen, E. (2004). *Apuntes sobre la espiritualidad contemporánea, su impacto en la modernidad occidental, y su presencia en Chile*. Polis, Revista Latinoamericana, N°8. Recuperado de: <https://journals.openedition.org/polis/6082>