



UNIVERSIDAD NACIONAL
AUTÓNOMA DE
MÉXICO

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES ZARAGOZA
CARRERA DE PSICOLOGÍA

**FUNCIÓN HEURÍSTICA EN PSICOTERAPIA:
EL CASO DEL TEMASKALLI**

T E S I S

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGIA

P R E S E N T A :
FAJARDO GÓMEZ BELINDA

JURADO DE EXAMEN

DIRECTOR: MTRO. JOSÉ SÁNCHEZ BARRERA

COMITE: DR. EDUARDO ALEJANDRO ESCOTTO CÓRDOVA
DRA. RAQUEL DEL SOCORRO GUILLÉN RIEBELING
DRA. JUANA BENGOA GONZÁLEZ
DR. RAMÓN RIVERA ESPINOSA



CIUDAD DE MÉXICO

AGOSTO 2017



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Agradecimientos

Nianmechmotasohkamachililia ome teot, toke nahuake huehuateot, ipalnemohuani, teyokoyani, tonanzin totahzin tlalli, tonanzin totahzin ilhuikat por la existencia de lo creado y la manifestación del universo. A los elementales, esencias generadoras de vida, a la mexihkayo, tradiciones, ritos y cultos antiguos; a la medicina tradicional mexicana, símbolo ancestral y a la cosmogonía que construye la lengua madre nahuat.

A la máxima casa de estudios, la Universidad Nacional Autónoma de México, precursora del desarrollo profesional y humano de la nación mexicana.

A la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza y Carrera de Psicología por ser testigos y compañeros de la formación académica de mi persona.

Al Mtro. José Sánchez Barrera por su eterna paciencia, por su invaluable habilidad de aplicar la ciencia en temas ancestrales mexicanos poco estudiados y mal explicados, por ser motivación constante en teoría y práctica hacia la construcción de una verdadera psicología mexicana.

A todos los sinodales que fortalecieron y enriquecieron éste trabajo, por su paciencia, comprensión y constante asesoría.

A mi familia; Daniel, mi compañero de vida y Damián Yohualocelotl, mi hermosa raíz, por amarme, motivarme y acompañarme en la culminación de una etapa importante de mi vida.

Dedicatorias

Éste documento lo dedico con gran amor a aquellas versiones sobrevivientes de la tradición mexihka, llámese danza, canto florido, el idioma, la medicina y todo cuanto rito se practica hoy día inspirado en los conocimientos de nuestros antepasados mexihkas; como evidencia y ceremonia de iniciación, para reconstruir una psicología mexicana, enmarcada desde las raíces ancestrales.

Y en especial, dedico éste escrito a ti Damián Yohualocelotl, mi hermoso collar de obsidiana, mi pequeño, mi hermosa pluma de kesal; por si un día, así tú lo decides, continúes y hagas vivir, nuestra herencia cultural.

Resumen	1
Introducción	2
Marco teórico	
Capítulo 1: planteamientos teóricos para el estudio de la psicoterapia	7
1.1 Introducción	7
1.2 Definición de psicoterapia y Medicina Tradicional	8
1.3 Modelos psicológicos que sustentan la función heurística del temaskalli en psicoterapia	22
1.3.1 Modelo humanista, existencial y psicología transpersonal	23
1.3.2 Modelo heptacategorial de psicología	39
Capítulo 2: planteamientos teóricos para el estudio del temaskalli	45
2.1 Introducción	45
2.2 Estudio mito, rito y ritual	46
2.3 Estudio sobre magia y religión	59
Capítulo 3: El temaskalli	67
3.1 Introducción	67
3.2 Antecedentes históricos, definición y tipos de temaskalli	71
3.3 Esencias creadoras relacionadas al temaskalli	86
3.4 Beneficios del temaskalli	101

Capítulo 4: función heurística en psicoterapia: el caso del temaskalli	107
4.1 Introducción	107
4.2 Definición de heurística	109
4.3 Definición de función	116
4.4 Desarrollo de la propuesta: descripción del rito	118
Capítulo 5: alcances y conclusiones	140
Referencias bibliográficas	147
Referencias infográficas	158

Resumen

Esta tesis revisa la heurística en psicoterapia y toma como ambiente prostético el temaskalli (entendiendo por prostético el producto de los elementos, el contexto y todo aquello que facilita un tratamiento). Se estudia la definición de psicoterapia, Medicina Tradicional y se presentan los modelos que sustentan con mayor claridad, la fenomenología del temaskalli (modelo humanista-existencia-transpersonal y el modelo heptacategorial de psicología).

Se analiza conceptos como: mito, rito, ritual, magia, religión y de qué manera coadyuvan en la integración de una función heurística en psicoterapia. Así mismo, se desarrolla los antecedentes históricos, la definición y los tipos de temaskalli; las esencias creadoras relacionadas a éste y los beneficios del mismo.

Por último, se expone las definiciones de heurística y función, y el desarrollo de la propuesta: la descripción del rito; finalizando con las conclusiones. Se puede decir, que aunque no es una investigación sobre la cognición; es un trabajo que expone el procesamiento cognoscitivo de los símbolos¹ y signos² presentes en el ambiente terapéutico. Y como el rito del temaskalli puede propiciar nuevas cogniciones, reestructurando así, el sistema de creencias del individuo para obtener una mejor calidad de vida.

Palabras claves: Temaskalli, cognición, psicoterapia, heurística, función.

¹ De acuerdo con la RAE (2017) es el elemento u objeto material que, por convención o asociación, se considera representativo de una entidad, de una idea, de una cierta condición, etcétera. Así mismo es la forma expresiva que introduce en las artes, figuraciones representativas de valores y conceptos, y que a partir de la corriente simbolista, a fines del siglo XIX, y en las escuelas poéticas o artísticas posteriores, utiliza la sugerencia o la asociación subliminal de las palabras o signos para producir emociones conscientes.

² Para la psicología Gestalt, el signo se entiende como la forma que guarda un contenido o representación, esto último es el símbolo. Por ejemplo, para el caso del temaskalli, la construcción que se caracteriza como una oquedad en forma de iglú, es el signo; mientras que el símbolo es que ésta oquedad representa el útero materno.

Introducción

En la actualidad, la psicoterapia es un recurso en donde algunas personas acuden cuando tienen conflictos emocionales, problemas de comportamiento e incluso padecimientos físicos que generan desequilibrios psicológicos en general y que consideran necesario solucionar porque piensan que no pueden hacerlo por sí mismas.

Sin embargo, hasta ahora no existe un modelo que responda a las necesidades de todos los pacientes (o por lo menos de la mayoría de ellos), sino que existe una gran variedad de enfoques y con ellos un sinnúmero de diversas técnicas psicoterapéuticas que han surgido en parte como una respuesta a las múltiples demandas de los pacientes y a partir de una larga historia de formulaciones sobre la conducta humana.

Este proceso de constante construcción se remite desde los tiempos en que emergió el concepto psicología; como es bien sabido, este término ha tenido diferentes significados desde su aparición en la antigua Grecia, donde su significado inmediato corresponde al origen de su etimología; la cual se traduce como el estudio del alma, entendiéndose por ésta: “el principio de los seres vivientes” Abbagnano, 2004. Teniendo siempre presente que los significados cambian según la época y la cultura donde se desarrollan dichos términos.

De acuerdo con Sánchez (2016) desde la aparición de los trabajos experimentales de Wundt (1879) han proliferado diversos modelos, teorías y técnicas psicológicas, cuyo objetivo ha sido explicar al hombre a partir de sus organizaciones llamadas escuelas o tradiciones y fundamentándose desde su propio paradigma. Es aquí donde empieza el escabroso camino del

estudio de la psicología, ya que tanto definiciones como métodos de trabajo son múltiples y variados; de igual manera, también son diversas las actitudes ante la metodología. Por ejemplo, están los que crean sistemas interdisciplinarios, lo que genera superteorías, que si son amplias, también son carentes de fundamentos (por su intención de abarcar mucho y fundamentar poco) y están los que elaboran microteorías que son los que se centran en un sólo objeto de estudio, pero siempre están alertas de posibles relaciones interdisciplinarias o elementos externos complementarios.

Cabe resaltar que lo último mencionado no tiene que ver con aquella corriente de pensamiento que plantea que la psicología es una mezcla de muchas “cosas”, definiendo a su objeto de estudio (el individuo) como un ser “biopsicosocial”, suponiendo que con éste término se da solución a los eminentes problemas teóricos que se pudiesen manifestar.

Sánchez (2016) expone que éste término no soluciona mucho, en sus palabras él explica: cada una de las tres raíces tiene diversas acepciones dependientes de las corrientes de las disciplinas o áreas que pretende unir el término; es decir, que habiendo –como es el caso- varias corrientes en biología y en psicología, y varias concepciones de lo social no queda claro a cuales de ellas se refiere el término biopsicosocial (p. 22). A lo largo del tiempo, los principales modelos se han ido consolidando con base a su experiencia, mientras que constantemente surgen propuestas nuevas que aunque buscan respuestas en otros lugares, se consigue obtener los elementos para una psicoterapia eficaz e integral.

Esta situación abre paso a la propuesta de utilizar el rito del temaskalli como una función heurística en el proceso psicoterapéutico, si bien; dicha propuesta no se alinea a ningún modelo psicológico en particular, si cabe mencionar que son la psicología transpersonal y el modelo heptacategorial de psicología, los marcos que más pueden sustentar teóricamente los efectos terapéuticos del rito. Y a su vez, es la medicina tradicional mexicana que fundamenta el proceso ritualista del temaskalli y sus beneficios en la salud física y emocional del individuo.

El objetivo de éste trabajo es conocer los elementos que constituyen el rito del temaskalli y de qué manera coadyuva en el transcurso psicoterapéutico para que un individuo reestructure sus procesos cognoscitivos, su sistema de creencias a partir del marco referencial de su persona y así obtenga una mejor calidad de vida en general. Ya que si se implementan actividades y contextos que fomenten estados de comodidad y bienestar, así como el sentido de pertenencia; el individuo tiene más elementos para afrontar las diferentes experiencias que presenta la vida. Para esto, el temaskalli se entiende como una herramienta que ofrece beneficios físicos, psicológicos, culturales, entre otros tantos; mientras que la psicoterapia puede enriquecerse con elementos culturales y medicinales de una cultura en particular, que sean aplicables a individuos que pertenezcan a ésta cultura.

Feixas y Miró (1993) y Fernández-Álvarez y Opazo (2004) expone que en los últimos años ha aumentado la demanda de atención psicológica, situación que exige contar con profesionales capaces de manejar procedimientos que sean lo más funcionales posible dentro de las instituciones dedicadas al cuidado de la salud psicológica y que además complementen el

proceso terapéutico con otras intervenciones. Es así que los tratamientos se han vuelto más focalizados, diseñando los que se consideran más efectivos para cada caso.

Alcaraz (2008) afirma que: toda teoría o modelo (incluida ella misma) tiene límites ontológicos. De tal manera que ningún modelo (por definición) puede abarcar la totalidad de la realidad, porque entonces no sería un modelo sino la realidad misma.

Con éste entendido, es de interés particular aclarar, que la psicología como muchas áreas del conocimiento, se encuentra en proceso de construcción y como propone Lynn Segal (citado en de Castro y García, 2008) que lo que se conoce es una función del observador y no de lo que es observado; por lo tanto, toda teoría o modelo tiene limitaciones; el rito del temaskalli como sistema observador, enriquece el proceso psicoterapéutico tanto del psicólogo como del usuario.

Si bien el rito del temaskalli como técnica psicoterapéutica compromete diferentes áreas de conocimiento; será interés de quien se acerque a leer éste trabajo, el descubrir y desarrollar éstas áreas de conocimientos y establecer la interrelación entre ellos; distinguiendo por supuesto las limitaciones ontológicas que la presente pueda tener.

En ésta tesis se retoma la importancia que tiene el rito y el ambiente simbólico del temaskalli como actividad funcional en la complementación y proceso estructural de la psicoterapia. Así mismo, es un objetivo más del presente trabajo que no sólo ha pretendido aportar a la psicología una heurística más en el plano clínico, sino además una reflexión que encause un cambio en el sistema de creencias personal para que observe que toda acción o no acción repercute en la construcción o destrucción de su persona y del mundo que lo rodea.

Si bien, no es el momento ni la intención de exponer el repertorio histórico-cultural del temaskalli; si es un objetivo implícito sembrar la semilla de curiosidad por empezar a conocer, cómo los antiguos mexihkas concebían la psicología (sin llamarla psicología) y cuáles eran sus mecanismos de intervención.

Y es propuesta de la presente investigación volcar la mirada en el temaskalli como una actividad que permite el trabajo psicológico y da como colación el conocimiento y contacto con prácticas ancestrales comúnmente desconocidas. Tal propuesta surge como resultado de una observación en la sociedad actual mexicana, en la que se identifica que desde los últimos veinte años se ha desencadenado y cada vez más fortalecido toda una serie de prácticas en relación a la cultura mexihka; utilizando éstas prácticas como técnicas de intervención complementaria y/o alternativa en los campos de lo social, de la salud, la recreación y la cultura en general.

La importancia de estudiar el temaskalli como función heurística en psicoterapia surge de la posibilidad de tomar en cuenta factores distintos a los inherentes a las corrientes terapéuticas existentes en la actualidad, pues es evidente que a pesar de la gran cantidad de modelos que han surgido, no ha sido posible realizar intervenciones (en el caso del mexicano) que contextualicen al paciente tomando su cultura como punto de partida y obteniendo así, los mejores resultados posibles.

Marco teórico

Capítulo 1. Planteamientos teóricos para el estudio de la psicoterapia

1.1 Introducción

Estudiar el término psicoterapia es encontrar diferentes acepciones en razón del enfoque psicológico que lo defina y explique. Aunque cabe mencionar que el hecho de buscar la unanimidad en los conceptos teóricos de la psicología resulta ser casi imposible, además de parecer en ocasiones cuestiones ambiguas y contradictorias; manifiesta justamente un reflejo de su objeto de estudio en esencia que es el ser humano y viéndolo desde un punto de vista diferente; lejos de ser ambiguo y contradictorio se considera diverso, variado, sumativo y complementario.

Partiendo que cada ser humano es único e irrepetible y con esto se quiere resumir que no existe enfoque psicoterapéutico que sea mejor que otro, simplemente a través del tiempo se han desarrollado las técnicas psicoterapéuticas tantas como las necesidades psicológicas del ser humano ha ido manifestando.

Se menciona lo anterior con el fin de manifestar que tras revisar algunos estudios sobre la psicoterapia no se encuentra una definición básica y/o elemental; su definición contiene diversas acepciones, esto depende del enfoque psicológico que se esté estudiando; es por ello que a continuación se revisarán dichas acepciones.

1.2. Definición de psicoterapia y Medicina Tradicional

La vida occidental se desarrolla rápidamente, pero también genera nuevos desequilibrios que convocan a una nueva cultura de trabajo psicoterapéutico. La práctica psicoterapéutica demanda una formación profesional basada en conocimientos teórico-práctico-metodológico, así como de la capacidad de empatía con el usuario del servicio; es así que mediante el apoyo profesional se inicia un viaje de introspección para que el usuario recapitule, reconozca la crisis emocional e incorpore los mecanismos necesarios que lo conduzca a mejorar su calidad de vida. “El ser humano requiere del otro para sentirse mejor en un acompañamiento que lo haga reflexionar sobre aspectos que llevan al crecimiento como persona, y a comprender sus principales afecciones en sus múltiples relaciones” (Chávez, 2013, p. 21).

Toda psicoterapia contiene una serie de elementos que la conforman como tal; entre ellos, Buber (citado en Chávez, 2013) considera que el lenguaje es fundamental, es necesario comprender las palabras primordiales que no significan cosas sino relaciones, no expresan algo que pudiera existir separado de su pronunciación, una vez dichas, generan existencia, el significado se da sólo cuando se pronuncia el par de palabras fundamentales: yo-tú. Es el mundo de la relación, la vida de la humanidad, parte de lo social, el lenguaje como una creación para comunicarse simbólicamente, significativamente; pero también el lenguaje de lo vivo.

Foucault (2010) manifiesta que en la intimidad del espacio terapéutico de cualquier corriente se involucra la presencia de al menos dos sujetos; el terapeuta, y el/los consultante(s), esa presencia que sólo es a partir del cuerpo, dado que: “mi cuerpo es lo contrario de una utopía, es lo que nunca está bajo otro cielo, es el lugar absoluto, el pequeño fragmento de espacio con el

cual, en sentido estricto, yo me corporizo” (p.12). En efecto, ninguna relación presencial está fuera de la expresión y experimentación del cuerpo.

Se puede partir diciendo que la psicoterapia según Nieto (1994, p. 1) es: “un campo definido de acción dentro de la psicología. Entendiendo la psicología como el estudio científico del comportamiento de los organismos vivos; por ello, sus límites se extienden a todos los aspectos del comportamiento: animal y humano, físico y mental, instintivo e intencional, normal y anormal, individual y social”.

Para Ortiz (citado en Chávez, 2013) la psicoterapia es el proceso para aliviar problemas emocionales, donde participa una persona debidamente entrenada, que establece una relación profesional con el o los consultantes, interviniendo sobre patrones de trastorno de la conducta, así como en la promoción de la cura, crecimiento, desarrollo personal y la ampliación de conciencia. También es un proceso de comunicación, dentro de un medio social, es compartir espacio como parte de un proceso que genera encuentro.

Una de las características de la psicoterapia es de poner énfasis sobre la búsqueda de conciencia a través del otro, es decir, de la capacidad del ser humano para expandir el conocimiento que puede tener de sí mismo, a través de la expresión de sus múltiples manifestaciones: su pensar, su sentir, su hablar, sus gestos, etcétera, para reconocerlos y reorganizarlos, de tal manera que le permita un reequilibrio en su ser total. En palabras de Chávez (2013, p. 8): “La psicoterapia se nutre del análisis de los eventos que impactan al usuario y a la sociedad en la que habita: contexto ambiental, socio-económico, afectivo y político. El

profesional que se forma en esta disciplina, ha de tener siempre en la mira el entorno del individuo”.

Chávez (2013) expone que la psicoterapia tiene su razón de ser desde el momento en que se piensa que el ser humano enfrenta problemas intra e interpersonales, que es dependiente de su cultura y sociedad para resolver dichas dificultades y de acuerdo a estas necesidades de la sociedad se han ido creado diversas técnicas psicoterapéuticas con el fin de atender dichas insuficiencias.

Actualmente la concepción de la psicoterapia también sugiere acompañamiento debido a la necesidad de ser apoyado por otro, ya que desde la antigüedad y en toda cultura existe un hombre que sirve la ayuda en bienestar del otro. El ser humano requiere compañía, que se le escuche y tener significado a través del otro, entonces, en éste sentido se puede decir que el proceso psicoterapéutico es tan antiguo como el hombre mismo.

Mueller (2003), a través de investigación y análisis documental, logra un estudio profundo del origen de la psicología, destaca que la primera aproximación a la disciplina está signada por la creencia de la existencia del alma. Es la forma en la cual se explica que el hombre toma consciencia de su realidad en el mundo a partir de reconocer que la vida de cualquier ser vivo pierde su alma con el último aliento; entendiendo el alma como la esencia que caracteriza al humano de ser humano.

Desde la antigüedad por medio de las múltiples prácticas los antepasados fueron desarrollando rituales, como alternativas para lograr la cura o sanación. Estas acciones estaban relacionadas con modelos explicativos basados en la fuerza de la naturaleza.

Muller (2003), analiza que en los pueblos primitivos existe una actitud animista que surge cuando tratan de comprender los eventos que no tienen explicación inmediata. Tiene que ver con poderes misteriosos que llegan a modificar el destino de la vida. Se relacionan con fuerzas de la naturaleza donde las prácticas religiosas tienen como objetivo contener, explicar y apaciguar dichos fenómenos naturales. Entonces el bienestar para los hombres radica en poder mantener armonía y comunicación con las fuerzas externas que determinan la existencia.

De acuerdo con Almendro (2005) entre las prácticas más antiguas que se proponía para lograr la salud o bienestar en quienes presentaban enfermedad o alteraciones de su comportamiento, fue el chamanismo. El malestar era atribuido a un fenómeno de posesión del alma del afectado. Los rituales a manera de ceremonia eran llevados a cabo por el hechicero o chamán, era la forma de regresar el alma y expulsar el demonio que la poseía (Almendro, 2005).

En palabras de Campbell (2014, p. 97) expone: “El chamán es una persona que alcanza estados de conciencia no ordinarios y –a través de ellos- adquiere la información que el paciente o la comunidad necesitan para sanarse. Los curanderos, por lo tanto, hacen visibles y públicos los sistemas de fantasía simbólica que están presentes en la psique de cada miembro de la sociedad”

En éste sentido se puede entender que psicoterapeuta es genérico de curandero, sanador o chamán; claro está, que la connotación y el uso del vocablo dependerá de la cultura donde sea utilizado; ejemplo de esto, está en la cultura nahuat, en donde una traducción literal de psicólogo, psicoterapia o psicoterapeuta no la hay³; sin embargo, la función que desempeña el temaskalero es análoga con el psicoterapeuta y el rito del temaskalli se puede entender como una técnica psicoterapéutica.

“Es pertinente aclarar que algunos modelos son terapéuticos y otros psicoterapéuticos. Se entiende por terapia; tratamiento o curación, así que por su significado todo aquel tratamiento es una terapia. Para Moreno el termino terapia se debe emplear cuando los efectos terapéuticos son secundarios y sin un plan científico. Es decir, cuando a través de una acción o una labor la persona obtiene un beneficio; por ejemplo, aquellas amas de casa que al barrer, trapear o hacer la comida les produce tranquilidad o simplemente algún tipo de relajación. El termino psicoterapia se empleará cuando el objetivo único e inmediato es la salud mental y por ende, física de las personas, y esto se logrará a partir de medios científicos, donde se incluyen el análisis, diagnóstico, pronóstico, etcétera. Psico se desprende de psique que significa alma, por eso se le llama psicoterapia exclusivamente al tratamiento o curación del alma. Otra gran diferencia es que Psicoterapia implica un proceso, con pasos a seguir” Chávez (2013, p. 22).

Considerando lo expuesto y la definición de la Organización Mundial de la Salud OMS acerca de la actividad terapéutica; en la categoría de medicina tradicional, se tiene: “La actividad terapéutica se refiere a la prevención, el diagnóstico y el tratamiento satisfactorios de

³ Cabe mencionar que en nahuat existe los neologismos, palabras que se acuñen para cubrir las necesidades lingüísticas que se van presentando día a día; sin embargo, son palabras que se determinan bajo la cosmogonía de dicha cultura.

enfermedades físicas y mentales, el alivio de los síntomas de las enfermedades y la modificación o regulación beneficiosa del estado físico y mental del organismo” (OMS, 2002-2005). Se concluye que el término terapia es muy general ya que puede ser utilizado por cualquier disciplina que requiera llevar a cabo algún tratamiento con determinado fin.

Para el caso de medicina tradicional MT, se define como: “la suma de todos los conocimientos, técnicas y prácticas fundamentadas en las teorías, creencias y experiencias propias de diferentes culturas, y que se utilizan para mantener la salud, tanto física como mental, basadas exclusivamente en la experiencia y en la observación, que son transmitidas verbalmente o por escrito de una generación a otra. Considerados además como una firme amalgama de práctica médica activa y experiencia ancestral” (OMS, 2002-2005).

La Medicina Tradicional Mexicana es definida por La Comisión Nacional para el Desarrollo de los Pueblos Indígenas (CDI, 2013, antes Instituto Nacional Indigenista) como: “Se considera medicina tradicional indígena mexicana, al conjunto de sistemas de atención a la salud que tiene sus raíces en profundos conocimientos sobre la salud y la enfermedad que los diferentes pueblos indígenas y rurales de nuestro país han acumulado a través de su historia, fundamentados en una interpretación del mundo (cosmovisión), de la salud y enfermedad de origen prehispánico”.

En palabras de Zolla y Lozoya (1986):

“Es un entendimiento del cuerpo humano, que incluye a la mente y el espíritu, en interacción estrecha y dinámica con el universo. Una concepción y clasificación (nosología) de las diferentes

patologías, coherente con la cosmovisión y concepción de la salud y enfermedad; es un conjunto de procedimientos terapéuticos que incluyen la herbolaria, el uso de productos animales y minerales; diferentes tipos de masajes, punciones y aplicación de calor y humedad; además de la utilización de limpios y ensalmos (p. 6)”.

Siguiendo con las exposiciones de la CDI, se tiene: “se les llama curanderos, médicos tradicionales o terapeutas tradicionales, a las personas que ofrecen algún servicio para prevenir las enfermedades, curar o mantener la salud individual, colectiva y comunitaria, enmarcada su práctica y conocimiento en la cosmovisión tradicional. En muchas comunidades indígenas, reciben en lengua un nombre con un significado específico que va más allá de "curandero" y que les confiere un vínculo comunitario y un profundo respeto por la población” (p. 7).

Regresando al análisis de terapia; cabe mencionar que dentro del lenguaje cotidiano propiamente no existe una diferencia significativa entre terapia y psicoterapia; ejemplo de ello está al revisar páginas comunes de internet donde se encuentra que terapia y psicoterapia se manejan como sinónimos o bien, que el término psicoterapia no es más que una forma particular de terapia en general.

Sin embargo, al recordar que la presente tesis tiene un lineamiento psicológico con una categoría teórica; esto quiere decir, que no es más que una investigación y análisis documental teniendo como fin mostrar el caso del temaskalli como una función heurística en psicoterapia, es necesario hacer uso del concepto psicoterapia y no terapia; al menos por ahora.

Retomando el objetivo del presente capítulo, es pertinente seguir exponiendo las concepciones que se tiene acerca de psicoterapia. Una definición más sugiere que la psicoterapia está basada en procedimientos de comunicación, que dentro de un medio social, contribuyen a modificar pensamientos, imágenes, emociones, sensaciones y conductas del individuo (Celnikier, 2007).

Feixas y Miró (1993) mencionan que hay rasgos comunes en las definiciones que encuentran sobre psicoterapia, lo que los lleva a significarla como un tratamiento donde en el marco de una relación profesional, existe un especialista que coordina el proceso a través de medios psicológicos para la resolución de conflictos. Otras definiciones tienden a rescatar la importancia del proceso interpersonal entre cliente y terapeuta.

“Es una forma de tratamiento para los problemas de naturaleza emocional, en la cual una persona entrenada deliberadamente establece una relación profesional con otra, con el objeto de remover, modificar o retardar los síntomas existentes, intervenir en los patrones trastornados de la conducta y promover su crecimiento y desarrollo personal” Wolberg (citado en Ortíz 1996, p.7). Con esta definición se puede apreciar los elementos necesarios para comprender a qué se refiere un proceso psicoterapéutico.

Y en palabras de Chávez, (2013): “La psicoterapia es parte de la psicología clínica que trabaja sobre la premisa que el usuario resuelva o mejore un malestar a partir de indagación, diagnóstico e intervención, es decir, tiene que ver con un proceso” (p. 24).

La psicoterapia tiene que ver con la escucha atenta, pero también pone en juego todos los sentidos del terapeuta para poder acceder al mundo del otro. Nuevamente se hace énfasis en la presencia total y en la escucha con todos los sentidos. El que escucha debe tener un trabajo profundo sobre sí mismo; Chávez (2013) afirma: “El origen de la psicoterapia está en la necesidad de ser escuchado, de ser acompañado, saber que la vida tiene la posibilidad de transformación a través de la comprensión de sí mismo. Es aquí donde también podemos exponer que la búsqueda de cambio radica en que la identidad del ser humano no es estable y que se transforma gracias a las interacciones que se tienen con los otros” (p. 25).

Ortiz (2006) expone que la identidad en una época de la vida puede estar basada en ciertas unidades que le dan sustento, pero que en otras cambia por otra, un ejemplo es que puede haber momentos en que lo más importante es ser madre, mientras que en otros la identidad se marca más por el hecho de ser profesionista. Estas unidades de sustento pueden estar determinadas por ciertas religiones, sistemas de creencia, la práctica de algún deporte o el seguimiento de alguna disciplina de crecimiento espiritual.

Cabe destacar que Serrano (2007), basándose en la definición de la Federación Española de Asociación de Psicoterapeutas FEAP, argumenta que la psicoterapia no es un enfoque científico especializado, debido a que más bien es una forma de entender la enfermedad psíquica, así como el acompañamiento y abordaje del sufrimiento. Es un proceso con una metodología sistematizada a partir de supuestos teóricos determinados. En dicho proceso tanto usuario como psicoterapeuta, tienen una participación activa, para investigar y encontrar las causas del sufrimiento y así mismo las posibles soluciones.

Nieto (1994, p. 2) retoma el análisis filosófico del origen y significado de psicoterapia exponiendo: “A través de la historia, la dicotomía alma/mente versus cuerpo/organismo ha llevado a escollos, embrollos y posturas irreconciliables en la filosofía, la teología y las ciencias del comportamiento humano. La palabra misma, psicoterapia (curación o tratamiento de la psique/mente/alma, es producto de la mencionada dicotomía”. Y realiza una clasificación basada en los enfoques teóricos y niveles psicoterapéuticos, él comenta que existen cuatro tipos de enfoques teóricos:

- Biológicos
- Psicológicos
- Sociológicos
- Filosóficos

Asimismo, reconoce tres niveles de tratamiento, según el grado de profundidad de la intervención sobre la estructura de la personalidad:

- Nivel de soporte o ayuda, en el que se fortalecen las defensas sanas.
- Nivel reeducativo, en el que se modifica las metas de vida.
- Nivel reconstructivo, en el que se modifica la estructura del carácter.

Al examinar los enfoques teóricos y los niveles psicoterapéuticos, se observa que el termino psicoterapia conlleva varios significados; puede denotar un tratamiento, guiar, educar o acompañar. Por ello, las posturas conceptuales entre los profesionales y usuarios de la psicoterapia pueden sesgarse, ser imprecisas y ambiguas.

La definición de psicoterapia que ofrece este autor es amplia y aplicable a los diversos enfoques teóricos y niveles de tratamiento. Psicoterapia en la definición de Wolberg (citado en Nieto, 1994, p. 6): “El tratamiento por medios psicológicos de los problemas de naturaleza emotiva, en el cual una persona entrenada deliberadamente establece una relación profesional con el paciente, con el objeto de:

- Remover, modificar o aminorar los problemas que existen.
- Actuar en los esquemas perturbados del comportamiento.
- Para promover un crecimiento y desarrollo positivo de la personalidad”.

Y en palabras de la Federación Española de Asociaciones de Psicoterapeutas, 1992; (citado en Feixas y Miró, 1993, p.16) expone que psicoterapia significa:

“Se entenderá por psicoterapia todo tratamiento de naturaleza psicológica que, a partir de manifestaciones psíquicas o físicas de sufrimiento humano, promueve el logro de cambios o modificaciones en el comportamiento, la adaptación al entorno, la salud física y psíquica, la integridad de la identidad psicológica y el bienestar bio-psico-social de las personas y grupos tales como la pareja o la familia. Comprende las actuaciones en todos los niveles de edad de las personas, desde los niños y niñas más pequeños hasta las personas de edad más avanzada. El término psicoterapia no presupone una orientación o enfoque científico definido, siendo considerado denominativo de un amplio dominio científico-profesional especializado, que se especifica en diversas y peculiares orientaciones teóricas, prácticas y aplicadas”.

Para Mahoney, 1991 (citado en Feixas y Miró, 1993, p.15), la psicoterapia es: “Es una relación especial culturalmente relativa entre un profesional de la asistencia y un individuo o grupo de clientes. Funcionando desde una plataforma teórica que incluye supuestos

básicos sobre la naturaleza humana y el proceso de desarrollo psicológico, el psicoterapeuta trabaja con el cliente para crear una alianza estable en la cual y desde la cual el cliente puede explorar –a menudo por medio de rituales estandarizados- formas pasadas, presentes y posibles de experimentarse a sí mismo, al mundo y sus relaciones dinámicas”.

De ésta última definición de psicoterapia cabe destacar una característica del ser humano que lo distingue de otras especies y que resulta fundamental en los procesos psicoterapéuticos: su conciencia reflexiva. Ésta le permite estructurar su experiencia de forma significativa y anticipar las consecuencias de su conducta, lo que constituye un mecanismo que lo lleva a actuar intencionalmente (Kriz, 1990).

Es ésta capacidad de estructurar su experiencia de forma significativa, lo que da lugar a un proceso psicoterapéutico, ya que se brinda al paciente la oportunidad de explorar formas más adaptativas de experimentarse a sí mismo. Kleinke (1995) retoma la noción de que las metas específicas en la psicoterapia dependen principalmente de los problemas y deseos del paciente, sin embargo, para alcanzarlas generalmente se recurre a una serie de mecanismos que si bien varían dependiendo del enfoque con que se trabaje, en el fondo tienen los mismos objetivos; a saber, disminuir los síntomas de angustia, ansiedad o depresión cuando éstos son tan intensos que interfieren para que se avance en el proceso de la psicoterapia; ayudar a los pacientes a incrementar sus habilidades para alcanzar sus metas y a ver su vida desde una perspectiva diferente, lo cual abre la posibilidad de que atribuyan nuevos significados a los acontecimientos que causan sus problemas.

A partir de lo anterior, Reisman (1971) considera que es necesaria una clasificación de las formas de definir la psicoterapia que proporcione una base amplia para identificar lo que los diferentes enfoques tienen en común, así como algunas de sus diferencias. Una de las propuestas más concretas sobre el tema es la de Weiner (1976, citado en Ávila, 1994), en la que identifica:

- Enfoques de descubrimiento: su objetivo es alcanzar el cambio en la conducta mediante la exploración del origen de la estructura de personalidad, ayudando al paciente a modificar aquellas características que producen sus dificultades; se trata de esclarecer el porqué de los problemas.

- b) Enfoques de apoyo: buscan el cambio en la conducta identificando los conflictos de las personas y apoyándolas en el desarrollo de sus recursos para que sean capaces de afrontar más adecuadamente sus dificultades.

Por su parte, Reisman (1971) hace una propuesta de clasificación que tiene su base en 4 ejes principales:

- La psicoterapia definida por sus objetivos: se refiere al método de tratamiento que busca aliviar los trastornos psicológicos; puede incluir procedimientos que produzcan efectos terapéuticos, aunque no sean psicoterapia como tal.

- La psicoterapia definida por sus procedimientos: se describe como una serie de métodos estructurados en torno a la comunicación verbal que pretende promover la modificación de patrones de conducta poco adaptativos.

- La psicoterapia definida por las características de los profesionales que la ejercen: pone énfasis en los aspectos tanto académicos como de personalidad que deben poseer los psicoterapeutas.
- La psicoterapia definida por la relación: se identifica como una clase especial de relación interpersonal en la que se dan experiencias únicas de crecimiento personal cuando una persona busca ayuda de otra, quien acepta dicha responsabilidad.

Tomando en cuenta estas consideraciones, es posible identificar que la psicoterapia es una relación de trabajo entre pacientes y terapeutas que tiene como finalidad resolver los problemas psicológicos de quienes buscan ayuda. Esto, según Kleinke (1995), tiene tres implicaciones de suma importancia:

- La patología no es un constructo explicativo: las personas que llegan a terapia lo hacen al darse cuenta de que las soluciones a las que recurren para solucionar sus conflictos no funcionan, por lo que buscan ayuda de un experto cuyo papel es evaluar dónde se encuentran estancados y ayudarles a modificarlo, sin definir la patología necesariamente, pues la importancia del proceso recae sobre los objetivos de la psicoterapia.
- Cambio en lugar de curación: dado que los problemas por los que acude una persona a terapia pueden ser considerados “problemas del vivir” (Kleinke, 1995), el objetivo no es una curación total que erradique los conflictos que forman parte de las realidades de la

vida, sino un proceso mediante el cual se dan las herramientas necesarias para que el paciente logre afrontar dichos problemas de una manera más adaptativa.

- En función de comprender los factores que comprenden una psicoterapia se tiene: el consultante, el terapeuta, la relación entre ambos y el proceso mismo de la psicoterapia.

1.3 Modelos psicológicos que sustentan la función heurística del temaskalli en psicoterapia

Al revisar bibliografía correspondiente a las numerosas teorías psicológicas; se encuentra que existe una gran gama de escuelas o enfoques; así como abundantes formas de aplicación clínica creadas hasta hoy. De igual manera, diversas clasificaciones existen para determinar los enfoques psicológicos; la variación oscilará en función de la bibliografía que se consulte. De acuerdo con Feixas y Miró (1993) existen cinco modelos de psicoterapia:

- modelos conductistas (comprende el estudio de conductas que se pueden observar y medir, su teoría principal está basada en que, a un estímulo le sigue una respuesta, siendo éste el resultado de la interacción entre el individuo y su medio).
- modelos cognoscitivistas (creados para estudiar y explicar cómo la mente humana recibe, interpreta, procesa y almacena información para generar conocimiento; así mismo, es la que se atiende de estudiar y explicar los procesos cognoscitivos básicos como son la percepción, la atención, la memoria, etcétera).
- modelos psicodinámicos (representa fundamentalmente al psicoanálisis creado por Sigmund Freud y posteriormente por sus discípulos más allegados; quienes postulan de

una manera general, que existen fuerzas inconscientes que motivan y determinan el comportamiento humano).

- modelos sistémicos (se refiere a paradigmas que sugieren no aislar necesariamente los elementos de un sistema para comprenderlo y cambiarlo, sino relacionarlos entre ellos con el fin de comprenderlos en su interacción contextual y consigo mismos).
- modelos humanistas-existenciales (el concepto central de la perspectiva humanista es la creencia de que la motivación humana está basada en una tendencia inherente de búsqueda de la autorrealización del logro de un significado de la vida).

Con lo anterior, se tiene un breviario cultural que permite paso a la revisión más amplia de los paradigmas que sustentan con mayor claridad la fenomenología del temaskalli.

1.3.1 Modelo humanista, existencial y psicología transpersonal

Se encuentra una estrecha relación entre los contenidos de las corrientes de psicología existencial, humanista y transpersonal. El representante más destacado del humanismo es Abraham Maslow, quien realizó una crítica al psicoanálisis y conductismo; fuerzas que dominaban el ámbito académico y clínico de la psicología en los tiempos anteriores a la segunda guerra mundial.

Maslow llamó a este nuevo enfoque tercera fuerza, para expresar su carácter de alternativa a estas dos escuelas (Carpintero, 1996). Según Feixas y Miró (1994) se trataría de un movimiento más que de una escuela, que agrupa un conjunto de enfoques terapéuticos de

evolución paralela y que se influyeron mutuamente unos a otros de forma compleja, aunque al mismo tiempo cada enfoque presenta características distintivas y una evolución particular. El movimiento humanista criticó los presupuestos teóricos y la imagen del hombre proporcionada por el psicoanálisis y el conductismo. Consideraban que era una psicología deshumanizada, incompleta y unilateral, centrada en funciones y procesos parciales más que en el sujeto.

Según Caparros (1985) criticaban el enfoque mecanicista, reduccionista y determinista de ambas escuelas; para ello, defendían los valores integrales del hombre, aspectos más humanistas y personalistas, como la responsabilidad individual, la creatividad y la decisión libre, aspectos tradicionalmente enfatizados por la psicología europea de inspiración fenomenológica y/o existencial.

Los antecedentes filosóficos de la psicología humanista, así como de la psicología existencial, se encuentran en la fenomenología y el existencialismo europeos. Existe una estrecha relación entre las corrientes de psicología humanista y existencial, y algunos autores las consideran conjuntamente. Feixas y Miró (1994) por ejemplo; los engloban bajo la etiqueta de modelos humanista-existencial.

La fenomenología nace en Europa con la filosofía de Brentano y posteriormente fue desarrollada por Husserl. Se entiende por éste concepto a la ciencia que estudia la relación que hay entre los hechos o fenómenos y el ámbito en que se hace presente ésta realidad; asienta que el mundo es aquello que se percibe a través de la conciencia del individuo y se propone interpretarlo según sus experiencias.

El existencialismo; por su parte, tiene sus raíces históricas en la filosofía de Kierkegaard y fue desarrollada en Europa a principios del siglo XX. Ésta corriente afirma que cada individuo es único y posee libertad de elección. Esto hace que el futuro sea imprevisible, lo que genera angustia en los seres humanos. Uno de los temas centrales de la filosofía existencial es la inevitabilidad de la muerte, tema ampliamente desarrollado por Martín Heidegger, un discípulo de Husserl que combinó el enfoque fenomenológico con preocupaciones más existencialistas (Heidegger, 1971).

Según Feixas y Miró (1994) fue Heidegger quien más influyó en los modelos humanista-existencial. Éste autor se interesó por temas existenciales, como el significado de la vida, la ansiedad existencial y la muerte⁴. Después de la Segunda Guerra Mundial el existencialismo tuvo una gran influencia en la cultura centroeuropea, actuando como un movimiento filosófico antropológicamente orientado y muy vinculado al método fenomenológico (Caparros, 1985).⁵

Así, un numeroso grupo de psicólogos clínicos, compartían el presupuesto antropológico de que el hecho básico sobre el que se ha de fundar la psicología es la existencia humana en su unicidad, una unicidad que engloba tanto la experiencia y la vida interior, como la percepción del mundo y su forma de reaccionar ante él. Pretenden analizar las estructuras y los niveles de significado del mundo personal del sujeto, para así poder comprender al individuo en su realidad

⁴ Su análisis de la inevitabilidad de la muerte le llevó a afirmar que la única forma de ser sincero con uno mismo y vivir con autenticidad es siendo constantemente consciente de la propia muerte. Otro de los ejes de su pensamiento es su interés por el ser-en-el-mundo y el ser y propuso el método fenomenológico para conocer las categorías del ser concreto, la experiencia subjetiva del hombre y su significado.

⁵ Según Caparros (1985) es difícil diferenciar entre las influencias de la fenomenología y el existencialismo por dos razones. En primer lugar porque, más allá de sus diferencias, ambos movimientos filosóficos tienen muchos puntos en común. Y en segundo lugar porque considera que la mayoría de los psicólogos que se aproximaron a estos enfoques lo hicieron de forma poco rigurosa, extrayendo sólo aquello que les interesaba de ellos.

existencial. Emplean el diálogo y adoptan el método fenomenológico para explorar la experiencia subjetiva del hombre y su significado.

Entre los autores que adoptaron un enfoque fenomenológico-existencial como marco filosófico se encuentran K. Jaspers y su fenomenología descriptiva, la logoterapia de V. Frankl, el psicoanálisis existencial antiesencialista de J. P. Sartre y el análisis existencial de Binswanger⁶. Para los años cuarenta, Maslow hizo sus primeras propuestas sobre la motivación y Rogers realizó sus primeras aportaciones terapéuticas. Pero fue en los años 50 cuando empezó a cobrar fuerza, sobre todo a partir de la publicación de las obras *Terapia centrada en el cliente* de Rogers en 1951 y *Motivación y Personalidad* de Maslow en 1954.

Maslow propuso que la psicología combinara las observaciones objetivas con la introspección, e hizo hincapié en el uso de datos humanos como fuente de la psicología humana. Su contribución esencial consistió en concentrarse en el estudio de individuos psicológicamente sanos, y de su amplio estudio con personas autorrealizadas que habían experimentado estados místicos espontáneos o experiencias cumbre.⁷ Concluyó que éstas no debían considerarse fenómenos patológicos, sino que estaban relacionados con una tendencia a la autorrealización. También afirmaba que los seres humanos están dotados de una jerarquía innata de valores y necesidades superiores y de sus correspondientes tendencias a alcanzarlos (Maslow, 1979).

⁶ El psiquiatra Ludwig Binswanger realizó una síntesis de psicoanálisis, fenomenología y existencialismo y fue pionero en integrar el existencialismo en la psicoterapia. Su análisis existencial, de raíces heideggerianas, fue muy influyente en otros enfoques posteriores y en el movimiento humanista. En el análisis existencial se realiza una exploración de la experiencia personal del paciente, considerando que lo que la persona es viene determinado por una opción fundamental del sujeto. Desde esta perspectiva, los problemas del paciente vienen determinados por la irrealización de los potenciales innatos de la persona, por lo que se buscan opciones vitales alternativas que conduzcan a la realización plena de las potencialidades de la persona. Por lo tanto, el abordaje terapéutico varía en función del paciente.

⁷ Término que él acuñó y que supuso un elemento básico para el nacimiento de la psicología transpersonal.

El movimiento humanista hace hincapié en la importancia central de los seres humanos como objeto de estudio, subraya su libertad y potencial para el desarrollo; es holístico, estudia a los individuos como organismos unificados, en lugar de considerarlos como una serie de partes independientes. Cualquier acontecimiento que afecte al sistema afecta a la totalidad de la persona. Esta corriente rechazó el modelo del hombre como máquina y el mecanicismo determinista y recibió la influencia de la teoría general de sistemas, la cibernética, la teoría de campo y la psicología de la gestalt alemana⁸.

Puente (2014) expone que la psicología humanista aglutina a partir de los años sesenta una serie de terapias, principalmente vivenciales, que hacen hincapié en la experiencia directa y la expresión de las emociones, incorporando algunas de ellas el trabajo corporal. Enfatizaban los métodos experienciales, no verbales y físicos y aspiraban al crecimiento personal y a la autorrealización. Éste enfoque sirvió de plataforma para el desarrollo de nuevas terapias, y el redescubrimiento de antiguas técnicas de desarrollo personal, como la meditación⁹.

Otro aspecto significativo fue el alejamiento de la orientación intrapsíquica exclusiva, reconociendo la importancia de las relaciones interpersonales, la interacción familiar o los factores socioculturales (Grof, 1985). La gama de psicoterapias humanistas es de una gran amplitud y heterogeneidad. Incluye enfoques corporales neoreichianos como la bioenergética de Lowen y Pierrakos, el Rolfing, la psicoterapia Gestalt de Fritz Perls, el análisis transaccional, el

⁸ Por ejemplo, Perls introdujo los conceptos de Gestalt, homeostasis, holismo, campo y autorregulación dentro de su modelo teórico (Perls, 1973).

⁹ Fue en este momento cuando se comenzaron a introducir la meditación y las filosofías orientales dentro de occidente y de la psicoterapia particularmente, como en el caso de la psicoterapia Gestalt de Perls.

psicodrama, los grupos de encuentro y la terapia centrada en el cliente de Rogers. Muchas de estas escuelas utilizaran la dinámica de grupo como una de sus herramientas.

A pesar de la diversidad de estos enfoques, comparten una serie de características comunes, defendiendo una concepción psicológica del ser humano centrada en cuatro aspectos principales (Caparros, 1985):

- **Autonomía individual e interdependencia social.** La condición fundamental del ser humano radica en su ser personal. El individuo tiene la capacidad para dirigir su propio desarrollo de forma autónoma, tomando decisiones y aceptando responsabilidades. Se considera que esta autonomía individual no se contradice con la interdependencia y la responsabilidad social, ya que ambos aspectos son complementarios.
- **Tendencia a la Autorrealización.** Se considera que existe una tendencia inherente del organismo que le impulsa de forma natural hacia la autorrealización, hacia el crecimiento y la diferenciación.
- **Búsqueda de sentido.** Se presta una atención preferente a la meta final de la vida, a su sentido. Se subraya el carácter intencional de la conducta humana y se pone énfasis en los aspectos existenciales del ser humano, como la libertad, la responsabilidad, la dignidad y la justicia, que suponen un intento de trascender la propia existencia.
- **Concepción holística del ser humano.** La psicología humanista hace especial énfasis en el estudio y comprensión del ser humano como un todo integral, una gestalt en la que pensamiento, sentimiento y acción forman un conjunto orgánico integral.

Por lo tanto, a la hora de seleccionar las situaciones a trabajar, se sigue el criterio de la significación intrínseca que tienen para el paciente o cliente. Se centra en la persona tal y como se descubre a sí misma. Otra característica compartida es el interés en desarrollar plenamente el potencial de cada persona (Caparros, 1985). Una de las aportaciones más importantes e influyentes de la orientación humanista fue el desarrollo de técnicas grupales orientadas al crecimiento personal y la autorrealización, destinadas a proporcionar intensas experiencias individuales y grupales. Estas técnicas presentaban diversas variantes, que iban desde los T-groups y el entrenamiento de las relaciones humanas, hasta los grupos de encuentro. Estos últimos incluían procedimientos no verbales, incluyendo el trabajo corporal, el contacto físico, la danza, el grito primal o la respiración.

Los grupos de encuentro generaron un gran entusiasmo en norteamérica y se convirtieron en todo un fenómeno cultural, creándose varios centros de crecimiento personal dentro del movimiento del potencial humano. Según Caparros (1985) el objetivo principal de los grupos de encuentro es tratar de crear una atmosfera donde las barreras de la cotidianidad quedan desmontadas, posibilitando que los sentimientos se manifiesten con autenticidad y espontaneidad, que los participantes se puedan experimentar como personas creativas, capaces de decisión y de autorrealización¹⁰.

De acuerdo con Puente (2014, p. 175):

“En menos de una década la psicología humanista se convirtió en una parte integral del campo general de la psicología. Pero, poco tiempo después, se comenzó a ver con claridad que emergían

¹⁰ Según Caparros (1985) el trasfondo teórico de los grupos de encuentro comprende elementos muy diversos de varias procedencias, que a veces pueden aparecer acumulados más que integrados.

ciertas posibilidades que no habían sido adecuadamente recogidas en su definición original. A lo largo de los años sesenta se redescubrieron y proliferaron dentro de la cultura occidental toda una serie de técnicas capaces de modificar el estado habitual de la conciencia, lo que hizo que un gran número de personas tuviese una serie de experiencias que no encajaban dentro de la cosmovisión occidental moderna. Entre éstas técnicas se encontraban la meditación, el yoga, la hiperventilación, el aislamiento sensorial y las sustancias psicodélicas.”¹¹

Muchas personas que participaban en psicoterapias experienciales de corte humanista también empezaron a tener experiencias que no se podían explicar a través de los modelos propuestos desde ésta escuela. Estas experiencias y posibilidades se asociaban a lo que Maslow definió como experiencia cumbre y que otros denominaban en aquella época estados últimos, experiencias últimas o experiencias místicas.

Aunque esta área se superponía en parte con la psicología humanista, también había ciertas diferencias. Estas diferencias eran tan significativas, que finalmente concluyeron que se estaba manifestando una nueva área dentro de la psicología (Sutich, 1969). Todo esto hizo que en 1968 Maslow declarara: “considero que la Psicología Humanista, la tercera fuerza, es un movimiento de transición hacia una cuarta psicología aún más elevada, transpersonal, transhumana, centrada en el cosmos más que en las necesidades e intereses humanos, una psicología que irá más allá de la humanidad, de la identidad, de la autorrealización y cosas semejantes” (Maslow, 1979, p.12).

¹¹ Cuyo significado etimológico se traduciría como “desveladoras de la mente” y que fueron usadas en primer lugar en contextos psicoterapéuticos para luego pasar al consumo masivo (Yensen, 1998; Obiols, 1999).

Ésta fuerza emergente en el campo de la psicología acabo conociéndose como psicología transpersonal o cuarta fuerza (Sutich, 1969). Entre las influencias principales ejercidas por la psicología humanista en la psicología transpersonal, se pueden destacar las siguientes:

- El uso de terapias vivenciales que hacen hincapié en la experiencia directa y la expresión de las emociones, incorporando en ocasiones el trabajo corporal.
- El uso de la dinámica de grupo y los grupos de encuentro y otras técnicas grupales como una de sus herramientas principales.
- El énfasis en el desarrollo de los potenciales humanos y la tendencia a la autorrealización.
- La concepción holística del ser humano, entre otras.

Continuo a lo anterior, Sutich (1976) reconsiderara su posición en relación a la psicología humanista, sintiendo los conceptos de autorrealización y autoactualización presentaban ciertas limitaciones. Veía que faltaba algo en la orientación, que no se ajustaba a la profundidad del giro hacia el mundo personal interno que estaba teniendo lugar en la cultura americana, y que no prestaba suficiente atención al lugar del ser humano en el universo o el cosmos. En su práctica clínica había tenido clientes que le relataron las experiencias que habían tenido durante terapias vivenciales, practicando la meditación o tras consumir sustancias psicodélicas.¹²

Posteriormente, en una reunión en la que participaron A. Maslow, Víctor Frankl, Miles Vich, James Fadiman y Stanislav Grof, decidieron sustituir el termino transhumanista, que en un

¹² La palabra psicodélico fue inventada por el psicólogo británico Humphry Osmond y significa "que manifiesta el alma".

principio se había decidido usar y recomendaron la palabra transpersonal, propuesta por Grof¹³, como un término más adecuado para el título de la revista. Consideraron que éste término expresaba mejor la idea que querían transmitir: algo que más allá de la individualidad, del desarrollo de la persona, en algo que es más inclusivo que la persona individual, o que es mayor que ella (Sutich, 1976).

En palabras de Sutich (1969) la psicología transpersonal se define como:

“La psicología transpersonal (o Cuarta Fuerza) es el nombre dado a una fuerza emergente en el campo de la psicología por un grupo de psicólogos y profesionales de otros campos que están interesados en las capacidades y potencialidades humanas últimas que no tienen un lugar sistemático en la Primera Fuerza (la teoría positivista o conductista), la Segunda Fuerza (el psicoanálisis clásico), o la Tercera Fuerza (la psicología humanista). La emergente Cuarta Fuerza (la Psicología Transpersonal) está específicamente interesada en el estudio científico y la implementación responsable de las metanecesidades, los valores últimos, la consciencia de unidad, las experiencias cumbre, los valores-B, el éxtasis, las experiencias místicas, el Ser, la auto-actualización, la esencia, el asombro, el sentido último, la trascendencia del self, el espíritu, la unidad, la consciencia cósmica... los fenómenos trascendentes... y los conceptos, experiencias y actividades relacionados. Esta definición está sujeta a interpretaciones... en relación a la consideración y aceptación de sus contenidos como esencialmente naturalistas, teístas, supernaturalistas, o cualquier otra clasificación” (p. 15).

¹³ Esta palabra había sido usada por S. Grof por primera vez en 1967 en una charla que pronunció en la Universidad de Berkeley, en conexión con los términos supraindividual, muerte y renacimiento del ego (Sutich, 1967).

Por otro lado, diversos autores existencialistas, como Rollo May y Victor Frankl, reconocían la importancia de la dimensión espiritual en el ser humano. May hacía hincapié en la libertad del hombre y la asociaba con la creatividad y la espiritualidad. Por ejemplo, Frankl (1987) por su parte, señalaba que la motivación más profunda en el hombre es la búsqueda de sentido, afirmando que la frustración existencial podía producir lo que denominó *neurosis noogena*, “consecuencia de un sentimiento radical de falta de sentido” (p.16). El análisis existencial o logoterapia, la técnica psicoterapéutica que desarrolló, reconoce el valor de lo espiritual, estando “en condición de admitir...los fenómenos específicamente humanos con los que se tropieza...las dos características antropológicas fundamentales de la existencia humana: ...la autotranscendencia...y la capacidad de autodistanciamiento...” (Frankl, 2000, p.102).

Para Puente (2014, p. 203) “la psicología transpersonal se caracterizó por la interdisciplinariedad, ya que la orientación transpersonal estaba siendo adoptada en otras disciplinas, como antropólogos, filósofos, sociólogos, mitólogos, economistas, físicos, biólogos, matemáticos y médicos, junto con líderes espirituales y chamanes de diversas culturas”. Ésta fuerza fue ampliando sus horizontes conforme pasó el tiempo, para el año 1994, el DSM IV incluyó una categoría denominada “problemas religiosos”, reconociendo explícitamente que esta dimensión es un factor a tener en cuenta en el ámbito de la salud mental (Haque, 2001).

Continuando con el estudio del concepto transpersonal, se tiene que etimológicamente el término transpersonal significa “más allá” o “a través” de lo personal, y en la literatura transpersonal se suele utilizar para hacer referencia a inquietudes, motivaciones, experiencias, estadios evolutivos, modos de ser y otros fenómenos que incluyen pero trascienden la esfera de

la individualidad y de la personalidad humana (Ferrer, 2003). De acuerdo con Walsh y Vaughan (1982) entre sus intereses centrales se encuentran: “los procesos, valores y estados transpersonales, la conciencia unitiva, las experiencias cumbre, el éxtasis, la experiencia mística, la trascendencia, las teorías y prácticas de la meditación, los caminos espirituales, la realización (...) y los conceptos, experiencias y actividades con ellas relacionados” (p.14).

Puente (2014) expresa: “a pesar de la dificultad de acotar el campo de estudio de la psicología transpersonal y de la diversidad de definiciones, escuelas y teorías que se han desarrollado dentro de este enfoque, se pueden señalar unos supuestos generales compartidos por la mayoría de los representantes de ésta corriente:

- Se reconoce la existencia de una dimensión espiritual en el ser humano.
- Se defiende la existencia de una unidad indivisible entre los niveles físico, emocional, mental y espiritual del ser humano, considerándose que juntos forman una totalidad que funciona integradamente.
- Se considera que todo ser humano tiene la capacidad de realizar y actualizar sus cualidades y capacidades latentes.
- Se plantea que existe un amplio espectro de estados de consciencia, a los que cualquier persona puede acceder.
- Se considera que todo ser humano tiene la capacidad de acceder a experiencias y estados transpersonales, a las que se atribuye un potencial altamente curativo” (p. 206).

En cuanto a las características de estas experiencias transpersonales, a pesar de su diversidad, algunos autores han establecido un conjunto de características que comparten todas ellas. Walsh y Vaughman (1993) destacan las siguientes:

- Sensación de que escapan a toda descripción (inefabilidad).
- Sensación aumentada de lucidez y entendimiento.
- Percepción de las dimensiones del espacio y tiempo que se aleja de lo habitual
- Intensos afectos positivos.
- Apreciación de la naturaleza unitiva e integrada del universo y sus componentes, y del lugar que a uno le corresponde en él.

Posteriormente, Grof dio una definición más acotada, considerando que son experiencias que implican una expansión de la consciencia más allá de las fronteras habituales del ego, y/o más allá de las limitaciones del tiempo y/o espacio (Grof, 1994). La psicología transpersonal considera que estas experiencias se pueden producir espontáneamente, o inducir a través de toda una serie de técnicas, que “el ser humano conoce y ha empleado desde la más remota antigüedad” (Rubia, 2003, p. 13).

Existen diversas clasificaciones de estas técnicas, establecidas por diferentes autores en función de diversos criterios. Así, se pueden dividir en técnicas:

- activas y pasivas
- individuales y colectivas
- inducidas por métodos naturales o artificiales. Entre estas técnicas están la práctica de la meditación, el ayuno, la música, la danza, la hipnosis, la privación sensorial, la ingestión

de sustancias psicoactivas, la privación de sueño, el biofeedback y la modificación de ritmo de respiración (hiperventilación, reducción del ritmo respiratorio etc.). La psicología transpersonal ha empleado principalmente la terapia psicodélica, la meditación y la respiración holotrópica, atribuyéndoles en muchos casos el potencial de producir profundos cambios en las personas que los practican.

La psicología transpersonal considera que a través de estas técnicas se accede a lo que se ha denominado *estados alterados de consciencia* (Tart, 1972; 1979), *estados no ordinarios de consciencia* (Grof, 1985; Almendro, 2004), *estados modificados de consciencia* (Fericgla, 1997) o *estados holotrópicos*. Cuando una persona accede a estos estados, se pueden tener, entre otras, experiencias místicas, experiencias cumbre, consciencia de unidad y otras experiencias transpersonales.

Para Daniels (2008), utilizar el término transpersonal como sinónimo de espiritual es una simplificación excesiva, aunque en la práctica puede resultar útil. Para éste autor, el núcleo común al concepto de lo transpersonal tiene que ver fundamentalmente con la transformación profunda de la persona, que permite pasar de una existencia centrada en el ego a un estado que este autor considera más satisfactorio y valioso más allá del ego (Daniels, 2008). Ésta idea va en la línea de la defendida por Ferrer (2003), quien propone que el rasgo distintivo de la transformación espiritual es la emancipación del egocentrismo. Es decir, si la persona no se hace menos egocéntrica, no se puede producir ninguna transformación espiritual.

Ésta transformación profunda que señala Daniels no tiene por qué ser agradable, esperada y bienvenida. Como él mismo afirma, la desestructuración del ego que conlleva esa transformación implica inevitablemente inestabilidad, y puede ser vivida con dolor y miedo, a pesar de que la transformación pueda conllevar un cambio hacia un estado más satisfactorio: “el hecho de que nuestra estructura egoica estable se vea amenazada por el cambio puede convertir, en ocasiones, a la experiencia transpersonal en algo aterrador y doloroso... (pero) lo cierto es que el concepto de transformación siempre implica, al menos, la promesa de un cambio para mejor” (Daniels, 2008, p. 31).

Existen diversas influencias para la teoría y práctica de la psicología transpersonal como:

- **Misticismo cristiano:** el individuo vive la “experiencia religiosa” de la conversión y dedicación cristiana que le permite transformar su forma de ver y ser en el mundo.
- **Las tradiciones espirituales de oriente:** practicar las tradiciones orientales fue una opción para muchas personas, sobre todo las más jóvenes, que se sentían decepcionados por una cultura deshumanizada y una religión que no les ofrecía lo que buscaban y a la que veían llena de imperfecciones y un pasado oscuro.
- **La filosofía perenne:** experiencia mística, que es universal y atemporal y su interpretación, estaría determinada por la cultura y el momento histórico.
- **Chamanismo:** Eliade (1989) define el chamanismo como la técnica arcaica para alcanzar el éxtasis y al chaman como el experto en el éxtasis. Agrega que para la psicología transpersonal el interés se centra en el análisis tanto de la estructura como de los contenidos de la crisis chamánicas, las experiencias de renovación que generan y los procesos de iniciación para convertirse en chaman.

“todas las experiencias extáticas que deciden acerca de la vocación del futuro chaman asumen el esquema tradicional de una ceremonia de iniciación: sufrimiento, muerte y resurrección. Desde este punto de vista, nada nos importa cuál sea la <enfermedad vocación> que desempeña el papel de una iniciación; porque los sufrimientos que provoca corresponden a las torturas iniciativas; el aislamiento psíquico de un <enfermo escogido> es el paralelo del aislamiento y de la soledad rituales de las ceremonias iniciativas, la inminencia de la muerte conocida por el enfermo... evoca la muerte simbólica adoptada en todas las ceremonias de iniciación... algunos sufrimientos físicos hallaran su traducción precisa en los términos de una muerte (simbólica) iniciativa, ya mediante ciertas ceremonias rituales, o ya, en fin, por medio de sueños” (Eliade, 1986, p. 45).

En analogía al proceso psicoterapéutico, el elemento común que aglutina las diversas formas de chamanismo es en la muerte y resurrección del chaman (entendiendo al chaman, como el individuo en un proceso de conocimiento de sí mismo y de su entorno). El éxtasis no es otra cosa que la experiencia concreta de la muerte ritual; rebasando la condición humana y el chamán obtiene esa muerte por medio del mismo rito, el consumo de psicodélicos, los cantos y el tambor.

Con lo anterior, se puede observar que los estudios que han realizado los diversos exponentes del enfoque humanista-existencial-transpersonal, fundamenta y explica la fenomenología trascendental que puede ocurrir en el individuo, si éste practica rituales, como es el caso del temaskalli, que le permita alcanzar una autorrealización más allá de

su propia persona. Sin embargo, el humano no sólo es espíritu; la conformación de su ser comprende varias categorías, entre ellas, la cognición; entendiéndola básicamente como el proceso de la información que genera un marco de referencia en la persona para entender y ser en la vida. En ocasiones, estos marcos de referencia no permiten tener una calidad de vida; por ello, el individuo busca nuevas y diferentes experiencias para cambiar su sistema de creencias. A continuación se revisará el modelo heptacategorial de psicología que precisa con más detalle ésta categoría.

1.3.2 Modelos heptacategorial de psicología

El modelo heptacategorial de psicología (Sánchez, 2016) es un modelo dialéctico; el cual concibe a la psicología como el estudio de la conducta de los organismos animales, en donde se considera equivalente conducta, actividad, comportamiento y lo que el organismo hace. También considera otras categorías como son: condiciones orgánicas, condiciones sociales y procesos cognoscitivos; que quedan sujetos a los principios de que toda conducta es adaptativa y la complejidad de la conducta depende del nivel de la escala filogenética del organismo de que se trate en cada caso particular.

Para lo anterior se puede desglosar lo siguiente:

1) Las condiciones orgánicas pueden ser:

1.1 Actuales (hay que entender las características del organismo en el momento del análisis, a saber: especie a la que pertenece [características genotípicas y fenotípicas], estado nutricional, estado emocional, efecto de alguna droga, lapso desde la última ingestión del alimento, secuela de trastornos degenerativos, malformaciones congénitas o enfermedades, etcétera).

1.2 Pasadas (aquí se incluye la herencia genética, condiciones natales y perinatales, historia alimenticia, infecciones transmitidas por el padre o la madre durante la gestación, traumatismos, etcétera).

2) Las condiciones sociales:

2.1 Actuales (características ambientales, considerando el espacio en el que encuentra el individuo y la relación que tiene con otros organismos [en el caso de que los haya] con quienes comparte ese espacio).

2.2 Pasadas (la experiencia del individuo, su biografía; y, si se trata de una persona, la cultura de la cual forma parte, ya que estos son modelos del mundo).

3) Los procesos cognoscitivos (inclusión de aquellos procesos simbólicos como el pensamiento, la memoria, lenguaje, percepción, solución de problemas, etcétera).

4) La complejidad de la conducta (se define en términos de comunicación; es decir, es un *continuum* donde el nivel más bajo corresponde a la comunicación de contacto físico y es de tipo bioquímico y el nivel más alto es de tipo simbólico, dando como resultado una comunicación a distancia, ya no sólo en el espacio, sino también en el tiempo [hasta ahora el único usuario de éste tipo de comunicación es el hombre]).

5) El nivel de la escala filogenética (consiste en un *continuum*, en el que se clasifica por niveles a todos los organismos, de los estructuralmente más simples a los estructuralmente más complejos).

“Ello significa que todo organismo es capaz de desplegar los patrones de comportamiento de los inferiores en la escala filogenética y, además, presentar conductas cualitativamente superiores, gradualmente diferenciadas, según se ascienda en la escala” (Sanchez, 2016, p. 6).

Es adaptativo, mejor sustituido con la frase: “toda conducta es adaptativa”; significado determinado por Darwin y que Lewontin (visto en Sánchez, 2016) precisa lo siguiente:

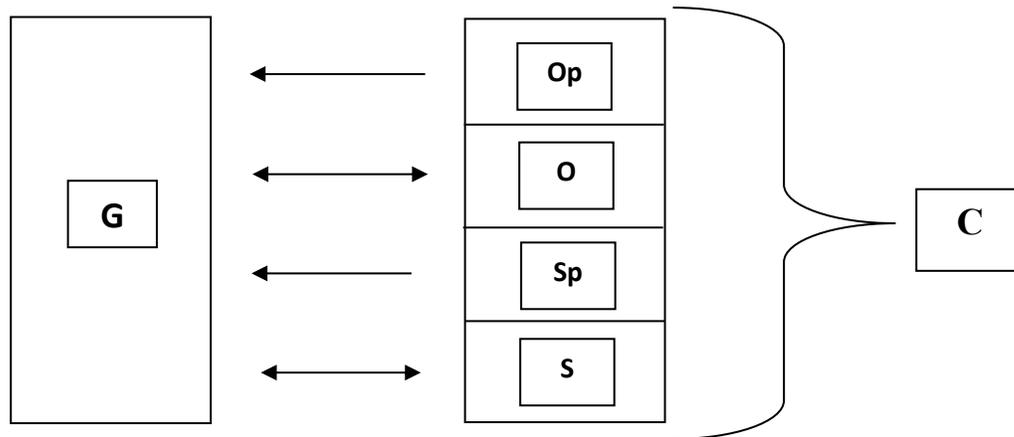
- Los individuos no se adaptan, se adaptan las especies.
- El nicho ecológico va cambiando, y con ello, plantea problemas de supervivencia a las especies que cambian en correspondencia con el ambiente.
- La teoría de Van Valen “...expone que el ambiente está constantemente degradándose con respecto a los organismos existentes, por lo que la selección natural actúa esencialmente capacitando a los organismos para mantener un estado de adaptación, no para mejorarlo.”¹⁴
- La posibilidad del cambio (pero no la dirección de éste) en las especies está determinada por la variabilidad genética, que es la base de la evolución.

Sánchez (2016), expone:

“La conducta tiene un papel muy importante en la selección natural, porque la modalidad de ésta depende del fenotipo, es decir, el que un organismo pueda llevar a cabo una acción que le permita escapar de circunstancias adversas, ya sea del medio natural o provocadas por otros organismos, se debe al fenotipo (en primera instancia) y éste es determinado por el genotipo: si hay un fenotipo triunfante, hay un genoma que sobrevive” (p. 9).

¹⁴ También llamada hipótesis de la Reina Roja, p. 141. (Citado en: Sánchez: 2016, p. 9).

En seguida se presenta un diagrama diseñado por Sánchez (2016) que muestra cómo se relacionan las categorías ya presentadas:



Simbología:

“G” significa: Procesos cognoscitivos. Queda implícito que estos procesos comprenden: complejidad de la conducta (“K”), nivel de la escala filogenética (“F”) y que es adaptativo (“A”).

“Op” significa: Condiciones orgánicas pasadas.

“O” significa: Condiciones orgánicas presentes.

“Sp” significa: condiciones sociales.

“C” significa: conducta, actividad, comportamiento, lo que todo organismo hace.

“←” significa: afecta, pero no es afectado; señala dirección y origen del efecto.

“↔” significa: se afectan mutuamente, interactúan.

“□” significa: condiciones determinantes de la conducta. La medida no tiene ningún significado; el hecho de que el rectángulo de la izquierda, conteniendo sólo una categoría, sea del mismo tamaño que el de la derecha no quiere decir que G tenga el mismo valor que las otras cuatro juntas; no, las cinco (Op, O, Sp, S, G) tiene el mismo valor.

“}” significa cualquier C que cualquier organismo emita, es el resultado de la interacción dialéctica (dialéctica materialista) de los elementos ubicados a la izquierda y que son comprendidos por la llave (Sánchez, 2016, p.10).

Ahora bien, todo ello se expone con la finalidad de presentar un alcance tanto teórico como práctico en lo que corresponde al campo de la psicología. Como ejemplo que ayuda a clarificar la interrelación entre el rito del temaskalli y los elementos que componen dicho modelo se tiene que las condiciones sociales pasadas (Sp) y actuales (S) de un individuo determinan su forma de pensar; es decir, su cognición (G); la cual a su vez, ésta influye en su condición orgánica actual (O).

Un ejemplo más específico y concreto es: está un individuo que actualmente tiene una enfermedad orgánica (gastritis); lo cual, además de su malestar físico le genera pensamientos, emociones y sensaciones relacionadas al enojo, la inconformidad, el desagrado, la tristeza y un estado de incomodidad en general.

Asiste al médico, el cual le receta un medicamento para combatir los síntomas de la gastritis, lo toma, pero los síntomas no ceden o pueden ceder y al poco tiempo reaparecer; decide acudir al psicólogo y en terapia, él descubre que es su modelo de vida (su forma de pensar y

sentir) lo que genera su malestar; es decir, la eugénesis de la patología física yace en su modelo de mundo. El psicoterapeuta le propone llevar a cabo sesiones de respiración y relajación profunda y asistir al temaskalli como actividad terapéutica complementaria.

Con el paso de las sesiones, el paciente descubre que emociones pasadas como el enojo y la tristeza pueden desencadenar una gastritis, lo cual genera estrés y tensión en su cuerpo físico y estado psicológico, provocando que se intensifique la gastritis; pero que con la práctica de la respiración y relajación profunda puede controlar y disminuir su tensión; y que de una manera simbólica y representativa puede trabajar (metafóricamente quemar y entregar en el fuego aquellas emociones y pensamientos que le impiden tener una mejor calidad de vida) en el temaskalli sus procesos cognoscitivos que lo lleven a una reestructuración; es decir, transformar el modelo de vida pasado por uno que le permita ser más asertivo consigo mismo y con su entorno; al mismo tiempo que los beneficios físicos del temaskalli (infusiones, cataplasmas, jugos, etcétera) atienden los síntomas de la gastritis.

Ello sólo es un ejemplo de las múltiples necesidades a atender en ésta sociedad llena de estrés, enfermedades y con menos oportunidades cada vez de interactuar con alguna actividad física, recreativa y cultural que promueva el desarrollo personal. Es así como el temaskalli cumple una función heurística en el proceso psicoterapéutico; pero para comprender un poco más la fenomenología del temaskalli; a continuación se analizará los conceptos teóricos para el estudio del temaskalli.

Capítulo 2. Planteamientos teóricos para el estudio del temaskalli

2.1 Introducción.

Ha pasado el tiempo y el hombre de hoy se autodefine evolucionado, lo cree porque manipula la naturaleza animada e inanimada con los recursos que ha desarrollado a través de la ciencia y la tecnología; sin embargo, a la par, cada vez que hay un avance científico para entender y actuar con el mundo, en un sentido humano se genera un estancamiento con el conocimiento de las relaciones inter e intrapersonales, trayendo consigo la manifestación de diversas enfermedades físicas y desequilibrios psicológicos. De éste modo, la forma de concebirse a sí mismo y al mundo se torna ambigua y distorsionada, como lo menciona Bandler y Grinder (2010): La sique en gran medida por cuenta propia, altera tanto lo dado como lo presentado (p.23).

Creando así complejos modelos del mundo que se usan para guiar la conducta de la persona; es decir, existe una diferencia irreductible entre el mundo y la experiencia de él, cada humano crea una representación del mundo en el que se vive.

En la sociedad actual cabe destacar que diversos aspectos como la comunicación, los medios informativos y el lenguaje en sí, están volviéndose un proceso abstracto difícil de entender y mucho más complejo de aplicar en las relaciones humanas. Por supuesto que todo ello genera una alienación de lo humano en el humano y se va olvidando con el paso del tiempo, que en la antigüedad, los pueblos mesoamericanos tenían una forma diferente de establecer relaciones con sus iguales y con el resto del universo.

A diferencia del hombre moderno, los antepasados mexicanos se colocaban ante la naturaleza reconociendo el asombro y su propia pequeñez ante las fuerzas fenomenológicas que no entendían ni dominaban, pero esto no les causaba conflicto (Caso, 2003).

Estaban conscientes que los movimientos sobrenaturales perjudicaban o favorecían las condiciones de vida y lejos de buscar una forma de obtener la hegemonía para manipularlos, crearon algunos conceptos como el de rito, ritual, magia y religión para establecer un lenguaje y así comunicarse con el universo; lenguaje que también ha servido para gestar las cosmovisiones propias de cada cultura. A continuación se revisará los conceptos necesarios para comprender el rito del temaskalli.

2.2 Estudios sobre mito, rito y ritual

Tras revisar diferentes perspectivas teóricas se considera conveniente conocer en primera instancia sus definiciones literales de acuerdo a la Real Academia Española RAE (2014):

Mito. Narración maravillosa situada fuera del tiempo histórico y protagonizada por personajes de carácter divino o heroico.

Rito. Costumbre, ceremonia o conjunto de reglas establecidas para el culto y actos religiosos.

Ritual. Lo perteneciente al rito.

Religión. Conjunto de creencias o dogmas acerca de la divinidad, de sentimientos de veneración y temor hacia ella, de normas morales para la conducta individual y social y de prácticas rituales, principalmente la oración y el sacrificio para darle culto.

Magia. El arte o ciencia oculta con que se pretende predecir, valiéndose de ciertos actos o palabras, o con la intervención de seres imaginables, resultados contrarios a las leyes naturales.

En el mundo prehispánico la religión formaba parte esencial de la vida y de la construcción del mundo. La lógica de lo sagrado penetraba todos los ámbitos, desde la política, la guerra, la economía y la vida privada de los miembros de la sociedad.

Se está hablando en éste momento, de un tiempo en el cual el sistema de creencias era ya muy complejo y las instituciones religiosas estaban estrictamente estratificadas y organizadas. Y si la religión entendida como institución tenía un gran peso, mucho más peso tenía la religiosidad popular; es decir, el conjunto de creencias y de prácticas que unían a la sociedad y gracias a las cuales se creaban lazos afectivos y de sentido de pertenencia entre sus miembros.

“El papel tan importante de la religión en la organización de las sociedades se debe no tanto a su función de ofrecer una explicación a la problemática de los grandes misterios de la vida y de la naturaleza, sino fundamentalmente a su capacidad de reforzar el sentido comunitario, afirmar los lazos sociales y promover el sentimiento de pertenencia a la comunidad que se ve enfatizada precisamente a nivel ritual” (Guzenda, 2007, p.16).

En el mundo mesoamericano la religión funcionaba como un elemento totalizador, dándole congruencia a la forma de organización social y; por otro lado, llenaba el mundo de fuerzas sobrenaturales a los que se debía rendir culto.

El convivir con aquellos innumerables seres o fuerzas sagradas era peligroso para el creyente, puesto que la voluntad de las potencias divinas podía influir sobre el destino y la vida del individuo. Por otro lado, como los dioses tenían también sus deseos, sus emociones y sus debilidades, existía la posibilidad de agradarlos y obtener beneficios de éste contacto (López, 1998).

Así, el hombre tenía que mediar de alguna manera en ésta relación. Ya que la comunicación forma un aspecto inseparable de la condición humana, no extraña que se intentará influenciar en estos seres actuando de una forma específica, siguiendo reglas establecidas. Los creyentes trataban de propiciar o convencer a las potencias divinas y las fuerzas sobrenaturales para obtener fines específicos.

Nájera (2003) comenta que ésta necesidad de expresarse frente a lo sobrenatural surge de la condición corporal del hombre que está formado por dos elementos principales: el cuerpo y el espíritu; según la RAE (2014) espíritu se entiende como un principio generador, carácter íntimo, esencia o sustancia de algo o alguien ya sea animado o inanimado.

Y en el caso particular del hombre, el espíritu es la característica propia del humano que motiva el crecimiento personal para el conocimiento de sí mismo y del universo, estableciendo vínculos de comunicación conscientes. Para esto Nájera (2003) comenta: “Las experiencias interiores que corresponden al espíritu buscan una expresión exterior en la corporeidad. No se puede vivir una experiencia religiosa sin exteriorizarla a través del cuerpo. Si la acción que se realiza cumple ciertas características determinadas, se puede hablar de un rito religioso” (p. 19).

Se cree que el contacto con lo sagrado siempre conlleva un peligro puesto que los seres sobrenaturales son voluntariosos y pueden causarle daño a los que osen acercarse a ellos de manera inapropiada. Por este motivo en cada cultura se han elaborado ciertas normas que los creyentes han de seguir para protegerse de las fuerzas malignas y para establecer una comunicación eficiente con los dioses o las fuerzas cósmicas (Guzenda 2007).

Aunque cabe destacar que el lenguaje creado por medio del rito para establecer comunicación con las fuerzas intangibles no sólo es para protegerse de un posible daño, también es para mantener vínculos profundos de relación que permitan una posibilidad de comprender la naturaleza de los fenómenos y cuando sea necesario solicitar su ayuda para mejorar las condiciones de vida.

Por otro lado, se considera pertinente hacer una observación con el término “dioses”, ya que al revisar las fuentes bibliográficas para la presente investigación se encuentra que constantemente se utiliza éste concepto; sin embargo, se cree que no siempre se ha utilizado de manera correcta la definición.

Si se parte de que el idioma es el espíritu de la cultura y funciona como modelo de cognición para fundamentar la cosmovisión de dicha cultura, entonces el término “dioses” queda fuera de lugar ya que corresponde a un modelo de cognición europea mas no mesoamericana y menos mexihka, además que no existe su traducción en idioma nahuatl¹⁵.

¹⁵ Lengua que hablaban los antiguos mexicanos y que se preserva hoy día en algunas comunidades indígenas del país. Cabe resaltar que en la presente tesis se hace uso de un modelo de escritura nahuatl, propuesto por el Maestro José Sánchez Barrera (2015), catedrático de FES Zaragoza, en la carrera de Psicología y director de la Academia de Lenguas Mexicanas de la FES Zaragoza de la UNAM.

“Dios” es concebido como un precepto fundamental de la religión católica y se entiende como un ser masculino único (por lo tanto monoteísta) que es omnipotente, intangible y padre de todo lo creado, cuida a quienes lo obedecen y castiga a los que lo desobedecen; entonces, no existe ninguna palabra en nahuatl que describa lo que es “Dios” según la visión europea y no porqué el nahuatl sea un idioma primitivo y limitante sino porqué en su cosmovisión no hay necesidad de crear dicho termino.

Para los antiguos mexicanos el concepto que da sustento y orden a todo lo creado es “Ome teotl”, vocablo nahuatl donde ome significa dos y teotl se puede entender como energía, esencia, espíritu o dios pero no un dios católico, sino como un algo que es dual que forma parte del universo y lo crea al mismo tiempo, recreándose a sí mismo y al universo a cada instante; manifestándose en la tierra con los fenómenos naturales como vida-muerte, día-noche, sol-luna, hombre-mujer y muchas dicotomías más; y los fenómenos elementales como son los procesos propios del fuego, el agua, la tierra y el viento, como lluvia, tierra fértil, vientos y demás.

Para los mexihka, estos fenómenos y procesos eran imprescindibles para la vida humana, para lo cual se dieron la tarea de asignarles un nombre propio y clasificarlos en géneros partiendo de la dualidad como principio creador; por ejemplo, la esencia del agua masculina como lo es la lluvia, la tormenta, el granizo, etcétera. (el agua que cae sobre la tierra) se llama Falok, mientras que el agua femenina se llama Chalchiuhtlicue y corresponde al agua que corre por la tierra como los son los ríos, lagos y mares; y así con cada elemento, además de crearles una personificación particular y toda una serie de ceremonias religiosas para rendirles culto,

solicitar de su función cuando fuese necesario y principalmente; para establecer un vínculo comunicativo que permita el entendimiento de sí mismo y del universo (Caso, 2003, p.14).

Es por ello que cuando llegaron los españoles hace más de quinientos años con una incapacidad de comprender la cosmovisión mexicana sólo pudieron calificar a los antepasados de politeístas según sus propios recursos para entender la vida. Entonces, para la presente investigación de aquí en adelante se utilizará el término esencia para llamar a las fuerzas externas que inciden sobre la vida humana. Ésta esencia tiene forma, es un ser con sexo, con intenciones y deseos.

Regresando a los conceptos a analizar, Guzenda (2007) comenta que:

“Los ritos tienen que llevarse a cabo utilizando las técnicas prescritas y seguir las normas a pie de la letra, pues un desapego a ellas podría causar que el fin pretendido no se alcance y, además, se ponen en peligro los participantes y muchas veces toda la comunidad. A pesar de que siempre se intenta cumplir con dichas reglas, observando las actividades rituales se nota claramente que existe cierto grado de improvisación, aunque a los ojos de los creyentes el ritual efectuado nunca sufre cambios” (p. 16).

Siguiendo con la descripción de rito; dos características fundamentales son la creencia y la fe; deduciendo que todo cuanto existe es debido a que el individuo lo cree; así que el rito y la influencia del rito sólo existe si el hombre cree en éste rito y en esta influencia; además de la creencia, todo acto ritual debe contener fe, entendiendo ésta como “la seguridad, aseveración de que algo es cierto” (RAE, 2014).

Es por lo anterior que los mesoamericanos de manera colectiva y/o individual cumplían diariamente con los deberes que tenían ante las esencias creadoras de vida. Cotidianamente se ejercían acciones que tenían la finalidad de entrar en contacto con los seres sobrenaturales. Estas experiencias podían tener distintos niveles de complejidad: había prácticas rituales que estaban al alcance de todos los miembros de la sociedad, otras que solamente podían ser efectuadas por un especialista preparado para las funciones rituales.

Para poder analizar a fondo la naturaleza de estos actos es necesario reflexionar sobre la naturaleza del rito, una categoría que va a acompañar a lo largo de éste estudio. De acuerdo con Guzenda (2007: p.18) existen diversas formas de acercarse al rito propuestas por las distintas ramas de las ciencias sociales y humanas. Dependiendo de la disciplina, los estudios se centran en uno u otro aspecto de la vida ritual del hombre. Anteriormente estas teorías de ritual se producían de manera aislada en cada disciplina y respondían a las necesidades propias del enfoque que se utilizaba.

El desarrollo de los estudios que se dedican principalmente al ritual trajo consigo en los últimos años la creación de un nuevo programa llamado: “los estudios rituales”, caracterizado por una forma original de aproximarse a tales actividades desde la interdisciplinariedad constituyendo al ritual como objeto de estudio propio.

Las aportaciones de los teóricos de éste nuevo enfoque presentan una perspectiva alternativa de acercarse al ritual. El logro más significativo de ésta corriente, y que influyó mucho en la manera de entender este fenómeno, es que se ha logrado desprender de su significado religioso. Las aportaciones más sobresalientes son las críticas a las tesis clásicas que

hacen los investigadores contemporáneos ya que permiten precisar el concepto de ritual con el que se va a trabajar.

A continuación se verá que el análisis documental se enfrenta sobre todo a dos conceptos principales: la magia y la religión como dos maneras de enfrentar la realidad siempre presentes en la historia de la humanidad. Son conceptos muy discutidos y controvertidos, por el peso que había tenido el pensamiento judeocristiano en la conceptualización de ésta división. No obstante, se ha decidido seguir esta clasificación, ya que es menester ordenar los datos con los que se van a trabajar.

Distinguir entre las experiencias mágicas y las experiencias religiosas permite distinguir bajo que preceptos se desenvuelve el proceso psicoterapéutico del temaskalli. De acuerdo con (Guzenda, 2007) observando las definiciones que se manejan, se encuentran algunos puntos de concordancia que permiten abordar las principales características del rito. Revisando algunos teóricos como Mendoza (2002), Roque (2008), Rojas (2010), entre otros; se coincide que por medio del ritual se expresa y se reafirma la identidad individual, social y cultural. Para que sea posible la reproducción cultural, la formación de una solidaridad social y también la construcción de las identidades en distintos niveles, es necesario llevar a cabo rituales.

De ésta manera se explica por qué, aunque la religión en el mundo occidental actual perdió la importancia, el ritual no ha desaparecido. Al contrario, se ha desarrollado una cantidad de ritos seculares que comparten ciertas características con el ritual religioso. También son acciones fuertemente pautadas, pero su fundamento no lo constituye la religión sino un conjunto

de ideas compartidas por el grupo humano que las practica. Puede tratarse; por ejemplo, de celebraciones de fiestas nacionales que se basan en la idea de la patria o en cualquier otra manifestación ideológica.

El fenómeno del rito sigue jugando un papel determinante en las comunidades humanas ya que constituye un elemento unificador que ayuda en el proceso de la creación de la identidad tanto individual como grupal. La importancia del ritual para el desarrollo de la identidad del sujeto y de su sentido de pertenencia a un grupo específico, se convierte en una herramienta útil en el proceso psicoterapéutico realizado en el temaskalli.

Según Guzenda, (2007) en las reflexiones teóricas acerca del ritual se hace una diferenciación entre dos campos: las creencias y los modos de actuar. El ritual es un fenómeno religioso ubicado en el campo de la acción como contraparte de los aspectos conceptuales de la creencia expresada en los mitos y en los símbolos. Las interrelaciones entre estos dos elementos se interpretan de distinta manera.

Durkheim, (1995, p.32) en su teoría de la sociedad, comenta que la religión está constituida por la creencia (en el sentido de conformación de representaciones de lo sagrado) y por los ritos (entendidos como las acciones o prácticas derivadas de aquellas representaciones). Guzenda (2007) agrega: “Esta diferencia entre la creencia y el ritual es la misma que da base a la discusión sobre la relación que hay entre el rito y el mito. Hay quienes buscan el origen del primero en el segundo, considerándolo una expresión corporal de los mitos y creencias; mientras

otros estudiosos afirman que los ritos surgieron mucho antes y que se iban llenando con contenidos míticos a lo largo de la historia” (p. 20).

Con lo anterior, se entiende que el mito y el sistema de creencias son necesarios para poder explicar el surgimiento del rito. Se concluye que éste, es una creación posterior al saber mítico ya que las creencias imponen al mundo con acciones, reglas específicas y determinadas formas de actuar; de ésta forma, los mitos fundan y justifican los rituales, tienen la función de establecer una serie de modelos para los ritos y generalmente para todas las formas de las acciones humanas. Así como Eliade (citado en Guzenda, 2007) agrega: “Los modelos míticos, sobre todo en su carácter de mitos cosmogónicos, se reflejan en todos los actos rituales. El rito en éste sentido se entiende como una escenificación del mito, un regreso al tiempo primordial” (p.21).

Sin embargo, en tal revisión también hay partidarios de una visión opuesta: los que ven en el rito el origen de las creencias religiosas. Durkheim (1995) desarrolla la consigna de que el rito aparece por primera vez en su acepción de acción social que crea y consolida la comunidad dando a sus miembros aquél sentido de pertenencia al grupo, como ya se había mencionado antes. Esta observación fue utilizada por Durkheim para construir una teoría de la religión, centrándose en determinar sus funciones. El papel del rito explica la razón del ritual y de la religión desde una perspectiva funcionalista. Durkheim (1994) parte de la teoría sociológica, y considera que: “los ritos son creaciones colectivas de una comunidad humana. Su función consiste en propiciar y renovar en el grupo que los realiza ciertos estados mentales colectivos” (p. 8).

Por otro lado, desde una vista antropológica Campbell (2014) piensa que todos los mitos y procesos religiosos de todas las culturas en general están presentes en los estados mentales y emocionales de los individuos y que todas las manifestaciones culturales sirven para explicar las realidades sociales, cosmológicas y espirituales. Él expone: “Siempre ha sido función primaria de la mitología y el rito suplir los símbolos que hacen avanzar el espíritu humano, a fin de contrarrestar aquellas otras fantasías humanas constantes que tienden a atarlo al pasado” (p.25).

Como es el caso de los ritos de iniciación en donde se cree que el sujeto se somete a un proceso trascendental personal; es decir, se le enseña al individuo a morir para el pasado y renacer para el futuro. Con lo antes mencionado se puede justificar que el rito del temaskalli es un espacio en donde se lleva a cabo los ritos de iniciación y otros ritos más, entendiendo al rito de iniciación desde una perspectiva psicológica como un proceso de cierre de ciclos de experiencia y apertura de nuevos horizontes. Además que partiendo del lenguaje mismo que envuelve el temaskalli, el individuo entra a morir para renacer de nuevo.

También comenta que al revisar toda una serie de ritos se descubre que su finalidad radica en: “conducir a los pueblos a través de los difíciles umbrales de las transformaciones que demandan un cambio de normas no sólo de la vida consciente sino también de la inconsciente” (Campbell, 2014, p. 24).

Cuando se analiza las posturas anteriores se concluye que tanto el mito como el ritual se pueden entender como un proceso dialéctico; es decir, tanto el mito crea el rito como el rito conforma al mito. Guzenda (2007) agrega: “El ritual no solamente permite reunir los

sentimientos individuales de los participantes, sino que logra también influir en la manera como se relacionan entre sí. Su lugar central en la comunicación e interacción humana, junto con su poder de establecer relaciones con el entorno, son otros aspectos que conforman el tema del ritual” (p. 22).

Con el lenguaje establecido en el ritual se transmiten creencias y conocimientos, además de que incita a descubrir e indagar; porqué se considera que el rito no es una acción fija e invariable sino que tiene su propia historia y, a la medida que pasa el tiempo, sus elementos se modifican; y en este proceso continuo de transformación, la cultura va determinando la identidad del individuo al igual que el individuo va conformando la cultura procediendo de forma activa en las características propias de ésta; convirtiéndose el rito como un agente del cambio social y por ende, personal.

Con respecto a lo anterior cabe resaltar la teoría de Turner (citado en Guzenda, 2007) la cual plantea al rito como el agente del cambio social y en la participación creativa en el proceso de formación de la cultura y la estructura de la sociedad. Con esto, se puede respaldar la propuesta de utilizar el ritual del temaskalli como una herramienta para la conformación y/o transformación del autoconcepto del individuo enmarcado por una cultura determinada. El concepto de ritual, Turner (1965) lo define como:

“rescribed formal or teamé; for occasions not given over to technological routine, having reference to beliefs in mystical beings or powers.¹⁶ Este comportamiento está formado por

¹⁶ Turner (citado en Guzenda, 2007, p. 22) “una conducta formal prescrita en ocasiones no dominada por la rutina tecnológica, y relacionada con la creencia en seres o fuerzas místicas.” trad. Ramón Valdés del Toro and Alberto Cardín Garay.

pequeñas unidades definidas por Turner como símbolos rituales, que se deben interpretar en su contexto apoyándose entre otras cosas en la información precedente de los informantes participantes del ritual, a fin de poder explicar bien su sentido” (p.22).

En éste sentido se puede concluir que el ritual contiene las siguientes series de características:

- una acción repetitiva
- sacra (por relacionarse con fuerzas sobrenaturales)
- formalizada (consiste en pasos rituales prescritos y constantes)
- tradicional (por tener una historia muy antigua u originarse supuestamente en un acontecimiento mítico)
- intencional (por referirse a acciones llevadas a cabo con algún propósito).

Sin embargo, esto no quiere decir que el ritual se le asume como algo dado, inmutable, que no tiene principio ni que se le niega al hombre la creatividad ritual; pero, sin dejar de lado estas características se debe tener siempre presente que el ritual es un proceso vivo y que se transforma con el paso del tiempo según las necesidades de los individuos que los practican.

Tal es el caso del temaskalli que en su origen se utilizaba como un espacio ceremonial para llevar a cabo actos religiosos con fines específicos y que con el paso del tiempo, hoy día, sin perder el concepto de ser un espacio ceremonial, los actos religiosos se llevan a cabo de manera ligeramente diferente según sea el conocimiento y las formas del encargado de ejecutar el ritual y/o de las necesidades que demande el participante.

Analizando lo anterior se observa que el ritual ha sido estudiado desde diferentes perspectivas teóricas y lejos de entrar en controversia debido a los opuestos planteamientos; se puede concluir que los diversos estudios ofrecen una serie de características al objeto de estudio, complementando así la definición de éste; por un lado, el ritual conserva el orden social establecido (perspectiva funcionalista), por otro lado se considera al ritual como la participación creativa en el proceso de formación de la cultura y la estructura de la sociedad (perspectiva evolucionista).

2.3 Estudios sobre magia y religión

Continuando con los conceptos teóricos para la presente investigación, se analizarán los términos magia y religión ya que se considera imprescindible para comprender mejor la naturaleza del ambiente en que se desenvuelve el ritual del temaskalli. Para comenzar es necesario plantearse las siguientes preguntas: ¿El temaskalli se trata en su caso de un rito mágico o un rito religioso?, ¿Cómo se entiende el concepto magia y religión desde una perspectiva psicológica?, ¿Existe diferencia entre estos fenómenos?, para responder a estas interrogantes se presentará primero algunas opiniones acerca de los objetos de estudio.

En primera instancia se expone la perspectiva antropológica cultural, con el trabajo evolucionista de Frazer (1971; citado en Guzenda, 2007) quien una de sus aportaciones para el estudio de las religiones fue precisamente el primer intento de separar la magia de la religión. Según él, la diferencia principal entre los dos conceptos se hace visible en la actitud del ejecutante frente a las fuerzas sobrenaturales.

El mago no necesita buscar favores de los seres divinos ni pedir en una actitud sumisa que cumplan sus deseos. Su actitud es la de un hombre cargado de fuerza mágica que le da un poder sobre la naturaleza y las fuerzas que la rigen. Si sigue fielmente los procedimientos mágicos, no hay posibilidad de que falle. Alcanzar el propósito deseado no lo ve como un favor concedido por los entes sobrenaturales, sino como una consecuencia lógica de su acción.

Frazer pone énfasis en la fuerza inherente del procedimiento mágico, sin que sea necesaria una intervención de entes sobrenaturales. Si la operación no termina con éxito, se culpa al mago por haberse equivocado o quebrado alguna de las reglas establecidas, o bien se puede atribuir el fracaso a los efectos de la magia enemiga.

Esta actitud se diferencia mucho de la experiencia religiosa. Según Frazer, 1971, (citado en Guzenda, 2007): “la religión se caracteriza por una actitud obediente y suplicante del creyente que intenta ganarse la benevolencia de los dioses y lograr que le concedan lo pedido. Evidentemente la existencia de los ritos religiosos de éste tipo tiene que ir precedida por la existencia de la fe en las fuerzas o los dioses a los que uno se dirige” (p.26).

Como ya se abordó anteriormente, el concepto de magia y religión, según Frazer, es una cuestión de cultura y actitud; sin embargo; para los siguientes autores la magia es un constructo diferente, para comprenderlo es imprescindible entender el paradigma de cómo el individuo construye su modelo del mundo.

De acuerdo con Bandler y Grinder (2010), cada uno de los individuos crea una representación del mundo en que se vive, estas representaciones se determinan a través de limitantes neurológicas que son las capacidades propias del humano como especie para comprender el mundo; por ejemplo: “los seres humanos no pueden percibir ondas sonoras que estén por debajo de los 20 ciclos por segundo” (p. 25).

Las sociales, que son pautas perceptuales, cognoscitivas y conductuales establecidas por la sociedad que propician una visión específica de cómo ver el mundo; por ejemplo: “quienes hayan aprendido hablar correctamente más de un idioma se podrán percatar de cómo su percepción del mundo y de sí mismos se modifica cuando se pasa de un idioma al otro” (p. 30).

Y las individuales, que es la representación que se crea el ser humano basada en la singular historia personal; es decir:

“las limitantes individuales, constituye la base para las profundas diferencias existentes entre nosotros los seres humanos y el modo cómo creamos nuestros modelos del mundo.

Puede que éstas diferencias en nuestros modelos alteren nuestras pautas sociales, enriqueciendo nuestra experiencia, presentándonos más alternativas, o bien empobreciendo nuestra experiencia de un modo que se limite nuestra capacidad para actuar de manera eficaz” (p. 33).

Bandler y Grinder (2010), mencionan que cuando una persona acude en busca de una psicoterapia, suele llegar con algún tipo de sufrimiento, sintiéndose incapacitada para vivenciar alternativas, con lo cual se ha descubierto no es que el mundo sea demasiado limitado o que no

haya alternativas posibles, sino que estas personas bloquean su capacidad de ver esas alternativas y las posibilidades que se les abren debido a que no están presentes en sus modelos de mundo.

En éste sentido, la magia se refiere al proceso activo de transformación cognoscitiva y emocional que se establece a través del lenguaje, utilizado en un espacio determinado; es decir, la mayoría de los miembros de una cultura, en su ciclo vital, deben enfrentar una serie de periodos de cambio y transición. Para algunos, ésta etapa de crisis-transición la encarar con facilidad, venciéndolos como periodos de intensa energía y creatividad pero algunos otros vivencian estos periodos como etapas de dolor y sufrimiento provocando estancamiento personal y alteraciones psicológicas.

Ésta diferencia de afrontar la vida se debe esencialmente a los diversos modelos de mundo (que incluso se pueden considerar como formas rituales de vida), dicho de otro modo: “la conducta de los seres humanos –por insólito que pueda parecer en primera instancia- cobra sentido cuando es contemplada en el contexto de las alternativas generadas por su modelo”. “La paradoja más extensiva a la condición humana, que nosotros vemos, es que los procesos que nos habilitan para manipular símbolos –es decir para crear modelos- y que nos permiten sobrevivir, crecer, cambiar y disfrutar, son los mismos que nos permiten mantener un modelo empobrecido del mundo” (p. 35).

De acuerdo con lo anterior se deduce que de forma inherente al humano se encuentran los rituales manifestados en los diferentes planos del individuo acompañados de formas, símbolos y creencias; todo se aprende y se reaprende por medio del lenguaje. El modelo de mundo en cada

individuo se determina por el lenguaje que éste utiliza para comprender el ambiente que lo rodea y establecer relaciones inter e intrapersonales.

La propuesta de ver el temaskalli como un modelo psicoterapéutico plantea justamente éste proceso de transformación y crecimiento personal a través de la utilización de un lenguaje específico, desenvolviéndose en un acto ritual determinado. Mismo proceso que de manera mágica le permite al individuo vislumbrar diversas alternativas para crear o recrear su modelo de mundo a través del nuevo lenguaje aprendido. Desde la cognición, la creencia en la magia puede tener efectos psicoterapéuticos. Entendiendo la magia como la creencia en una fuerza creativa y transformadora que emana de sí mismo en cada individuo, una fuerza que se considera un poder desarrollado solamente si se actúa de manera consciente.

Por otro lado, también se considera importante destacar el trabajo que hace Durkheim (1995) respecto a magia y religión. Este autor desde una perspectiva funcionalista hace una diferencia entre estos dos fenómenos; porqué la religión según él se caracterizaría por formar una iglesia (entendiéndola como una institución) y con respecto a la magia expresa:

“Esto es que las creencias y los ritos son compartidos por una comunidad determinada de creyentes, los cuales se sienten unidos por el hecho de confesar una fe común.

Por otro lado, existiría la magia desarrollada en un contexto individual y careciente del efecto unificador, por lo cual no sería capaz de formar una comunidad a partir de sus simpatizantes. El mago dispone de una clientela, y cada individuo se acerca a él por cuenta propia; no es necesario que se establezca una relación más cercana entre sus clientes” (p. 39).

Continuando con la revisión de autores, se presenta la postura fenomenalista de Widengren (1969, visto en Guzenda, 2007, p. 28) quien en resumen expone que: “la diferencia entre los dos fenómenos está igualmente en las actitudes de los ejecutantes sólo que para él se diferencian dos reacciones psíquicas diametralmente contrarias: en la religión, el hombre está consciente de que su entorno y él mismo depende de una fuerza sobrenatural, mientras que en el caso de la magia el hombre cree poder controlar esta fuerza —y en algunos casos cree poseerla en sí mismo—, cosa que va a la par con el hecho de que la práctica mágica surge de la voluntad de satisfacer los deseos humanos”.

Widengren postula, en contraposición con Frazer, la simultaneidad de éstas dos actitudes humanas. Establece que desde siempre había existido una al lado de otra, como dos posturas inherentes a la condición humana.

Revisando las distintas perspectivas, se llega a la conclusión que todo acto religioso se entienda de un matiz mágico; la magia más que un significado se convierte en una serie de significantes, se entiende como un símbolo cuyo valor va a estar determinado por el contexto en que se manifieste. Entonces, se cree que los ritos mágicos se caracterizan por ser acciones con una referencia trascendental que se orientan hacia un fin determinado y pretenden asegurar un efecto empírico, un cambio en la realidad de la interacción social y en el modelo de mundo en el individuo.

En el caso del temaskalli se considera como un ritual mágico-religioso, ya que tiene la capacidad de transformar el estado físico, emocional, mental y espiritual del individuo a partir de

los diferentes lenguajes empleados; incluyendo también los rezos y las oraciones, de los cuales se espera un resultado concreto. Se entiende como una acción ritual con un marco de referencia absoluto. Su realización se interpreta como una necesidad de entendimiento y crecimiento inter e intrapersonal. La magia en éste sentido se entiende como la fuerza que posee el mismo ritual teniendo la capacidad de reconciliar al hombre con la existencia misma, con el orden de las cosas, cosa que no es más que el conocimiento de sí mismo. Y religioso, porque éste conocimiento de sí mismo se genera a través de ofrendas, rezos y pedimentos hacia las fuerzas intangibles.

La propuesta de utilizar el ritual del temaskalli como una función heurística de psicoterapia se caracteriza por ser una experiencia que cultiva el entendimiento del universo y de sí mismo a través del cual se efectúa una preparación para recibir y experimentar la influencia de una fuerza sagrada, cuya fuerza emana del interior del individuo cuando éste descubre y toma consciencia del conocimiento de sí mismo.

Así que a manera de conclusión, el concepto de magia que se utilizará para ésta investigación, es el uso del habla y toda aquella herramienta que coadyuve en un proceso de cambio. Y respondiendo a las interrogantes en un inicio presentadas; el temaskalli si se trata en su caso de un rito dialéctico establecido en la correlación magia-religión; si existe diferencia entre estos fenómenos y para la presente investigación la diferencia radica en que la magia se concibe como una metáfora que refiere un proceso de cambio; ellos le llaman “magia terapéutica”, en sus palabras Bandler y Grinder (2010, p.40) exponen:

“Los “magos” terapéuticos que describimos con anterioridad practican distintos modelos de psicoterapia y utilizan técnicas que parecen ser diametralmente diferentes unas de otras. Aluden a los prodigios que realizan mediante terminologías tan distintas que su propia percepción de lo que hacen no parece tener nada en común. En varias oportunidades los hemos observado trabajando con alguna persona y hemos escuchado los comentarios de otros observadores en el sentido de que estos magos de la terapia dan unos saltos intuitivos tan fantásticos, que hacen que su trabajo sea realmente incomprensible para los observadores. Y a pesar de todo, aunque las técnicas de estos magos sean diferentes, todos comparten una misma cosa: introducen cambios en los modelos de sus clientes, lo que les permite a éstos más alternativas de conducta. Lo que vemos es que cada uno de estos magos tiene un mapa o un modelo para cambiar los modelos del mundo de sus clientes, es decir, un metamodelo que efectivamente les permite expandir y enriquecer los modelos de sus clientes con el fin de que sus vidas sean más ricas y más satisfactorias. La magia se esconde tras la lengua que hablamos”.

Tras haber revisado los conceptos teóricos necesarios para entrar propiamente al estudio del temaskalli, se vislumbra que éstos han tenido diversas connotaciones a través del tiempo, las cuales dependen del contexto, uso y sustento filosófico para los que actúan. Ahora bien, lo que concierne a la descripción y análisis de lo que es el temaskalli y todos los factores que lo conforman, se revisará en el siguiente capítulo.

Capítulo 3. El temaskalli

3.1 Introducción

Conforme ha pasado el tiempo, el alcance científico ha acabado con enfermedades, facilitando actividades cotidianas, ha incrementado la producción de alimentos y elevó la esperanza de vida pero redujo en gran medida la calidad de ésta.

Los adelantos científicos y tecnológicos revolucionaron la concepción del universo y negaron la existencia del alma y el espíritu, cambiando los valores espirituales por valores económicos. Los individuos se materializaron y reorientaron la evolución de la sociedad y la cultura.

La mayor parte de la sociedad se volvió insensible al dolor y al amor, buscando la felicidad en los bienes de consumo, ocasionando problemas ambientales y conductuales, incrementando la desigualdad social y, por lo tanto, la ignorancia y la pobreza material y espiritual.

La medicina dejó de ver al individuo como un ser integral, considerándolo como un conglomerado de órganos y aparatos solamente físicos. Los medios de comunicación separaron al humano de sí mismo, haciéndolo un ser desconocido que no sabe quién es y cuáles son sus verdaderos deseos e intereses.

“El desconocimiento de sí mismo ocasiona frustración, soledad e infelicidad y deja una sensación de vacío que se traduce en depresión, enfermedades mentales y orgánicas que no pueden ser aliviadas satisfactoria y definitivamente por la medicina científica. En los últimos años se ha explorado diversas alternativas para solucionar los principales problemas de salud que enfrentan las sociedades actuales” (Mendoza, 2004, p.5).

Es por esto, que es menester conocer y hacer uso de los grandes beneficios que proporciona la medicina integral temaskalli,¹⁷ o baño curativo mexicano es de las primeras y más antiguas enseñanzas que existe, en un sentido cultural es la representación simbólica del vientre de la madre tierra y en éste mismo sentido, el individuo retorna a su origen para contactarse consigo mismo y con su linaje ancestral en un proceso de recapitulación teniendo como objetivo alcanzar el conocimiento de sí y de su entorno, a través de los cambios generados en los ámbitos físico, psicológico y energético; y así encontrarse en un estado de armonía y equilibrio integral.

Se han encontrado vestigios que datan de más de 1200 años antes de Cristo, incluso algunos autores como Mendoza (2004) ligan su origen a la edad de piedra ya que se basan en descubrimientos arqueológicos y pinturas rupestres que atestiguan que el hombre imitaba la fiebre que produce el propio organismo para resistir a las enfermedades infecciosas, llegando a la conclusión que el baño de vapor le ayudaban a curarse.

Aguilar (2011) menciona que los baños de vapor han sido utilizados por muchas culturas; por ejemplo los escandinavos, turcos, africanos, hindúes; donde se cubrían con plantas y se

¹⁷ Cabe mencionar, que a pesar de que hoy en día es más usado el término temaskal; en el trabajo presente se decide usar el concepto original y correcto derivado del vocablo nahuatl: temaskalli.

exponían al sol durante largo tiempo para sudar, o el imperio romano reuniéndose los altos funcionarios para tomar importantes decisiones políticas; sin embargo, la cultura mexicana es la que le ha dado un significado más espiritual.

Es de los primeros rituales practicados por el ser humano, basado en la bendición y purificación, a través del trabajo interactivo con los cuatro elementos vitales y sagrados: agua, fuego, tierra y viento; y toda una serie de aditamentos que en su conjunto conforman la ceremonia del temaskalli.

Es el sitio de purificación por excelencia, entendiéndose el término en el sentido de echar del cuerpo las sustancias y de la mente los constructos que lo enferman, lo desequilibran o que le sobran y que amenazan con romper su equilibrio y enfermarlo; convirtiéndose, entonces en una práctica terapéutica integral ya que actúa en el campo físico, mental-emocional y espiritual del individuo.

El temaskalli significa para Sánchez (2003, citado en Aguilar, 2011) la clínica de los antepasados, que representa una técnica ancestral para producir un baño de vapor agregando infusiones de plantas medicinales sobre piedras previamente calentadas al rojo vivo. También escribe que los antepasados lo utilizaban no sólo para atender problemas de carácter físico, sino también para propiciar estados de bienestar emocional y espiritual.

Cabe señalar que frecuentemente se le atribuyen beneficios físicos a la práctica del temaskalli pero pocos autores le brindan importancia a los beneficios psicológicos y sociales, en

lo que sí coinciden es en clasificarlo como un recinto polivalente, por ejemplo Bulnes (2001) considera al temaskalli como una institución por ser un edificio o construcción donde en términos generales se llevan a cabo funciones de baño, hospital y templo.¹⁸

Al respecto, Lillo (1998) confirma esta integralidad de servicios que se pueden obtener en el temaskalli pues lo conceptualiza como: una institución que traduce tanto los principios de la medicina indígena como los elementos simbólicos de la cosmovisión de los ancestros; era una institución relacionada con las ceremonias propiciatorias de la madre tierra, con los nacimientos, los bautizos o sus rituales equivalentes, los ritos de iniciación, los ritos de purificación.

De éste modo se reconocen múltiples actividades que se realizan en las sesiones de temaskalli, teniendo varios objetivos según el tipo de ritual pero no deja de ser conceptualizado como un recurso que esboza su intervención conjuntando diferentes técnicas para incidir en el cuerpo humano, sobre los campos físico, mental, espiritual y social.

El temaskalli se establece y ocupa un lugar fundamental en la cultura mexicana, permitiendo el acercamiento de las personas con el microcosmos (el contacto consigo mismo) y el macrocosmos (el contacto con el universo y todo lo que lo habita) y dando la posibilidad de cambiar sentimientos, pensamientos y actitudes que pueden estar causando algún problema.

¹⁸ En algunas culturas de México, desde la época prehispánica, aplican tratamientos a trastornos psíquicos y neurológicos como la depresión, epilepsia, miedo, timidez e irritabilidad (ansiedad), empleando productos del reino mineral, animal y vegetal principalmente. Aunque no hay evidencia empírica para afirmar que estos tratamientos se conjuntaban con el uso del temaskalli, se puede suponer que conociendo sus beneficios también potenciará las propiedades narcóticas y analgésicas de algunas pócimas para curar (en rituales grupales y tratamientos médicos) dentro del temaskalli. Para mayor información véase: Calderón Narváez Guillermo (1981). Conceptos Psiquiátricos en la época prehispánica. Salud Mental Comunitaria. Trillas. México. P 87-101. (Aguilar, 2011).

En la experiencia llevada a cabo, una de las posibilidades que se encuentran en este lugar para las personas que asisten a la práctica, es el entender la responsabilidad que tienen de estar generando y manteniendo sus problemáticas; es decir, las personas tienen un papel activo en la solución de su condición.

Según Humberto Tehuacat Cuakehua, médico tradicional indígena (citado en Mendoza, 2011) cuando se entra en él ocurre una muerte simbólica en la cual se eliminan problemas y defectos de la persona mediante un proceso de purificación espiritual y orgánico que termina con la salida del temaskalli, simbolizando ésta, el nacimiento de un nuevo individuo.

Por otra parte, Mendoza (2002) comenta que los estados de salud y enfermedad estaban estrechamente relacionados con los estados de equilibrio y desequilibrio, armonía y desarmonía, el estar en uno u otro dependía de su relación con las divinidades o fuerzas naturales, con su comunidad, su familia y su propio organismo.

3.2 Antecedentes históricos, definición y tipos de temaskalli

En la antigüedad la representación del baño de temaskalli estaba fundamentada dentro de una filosofía de corte religioso y medicinal que provenía de la cosmovisión de los pueblos quienes lo llevaban a cabo. Dentro de los primeros informes que se tienen acerca del temaskalli en lo referente a sus características, usos, funciones y deidades se ubican en el tiempo de la conquista, dentro de las descripciones de los primeros cronistas españoles venidos a

Mesoamérica, de códices, de restos arqueológicos descubiertos en el territorio mexicano, y por último en las recientes investigaciones etnográficas (Martínez, 2010, p.14).

Lopatín (1960) hace un minucioso recuento sobre la existencia de baños de vapor en todo el mundo y definió cuatro tipos de baño, el baño de estanque o inmersión, el sudorífico de fuego directo, el sudorífico de vapor y agua y el de tipo mixto. Cada uno de ellos posee características propias, no obstante al que en ésta tesis importa es el de vapor de agua; además de ser el más usual. Este baño consiste en el derrame de agua sobre una pared o piedras calientes para obtener vapor. Según con Moedano, (1986) en el continente americano los usos del baño de vapor se divide en 3 grandes regiones: Norteamérica, Mesoamérica y algunos lugares de Sudamérica.

En un principio el temaskalli se realizaba en una pequeña cabaña que era construida con ramas y/o carrizos y se cubría con pieles y/o frazadas. Ésta forma se diferenciaba de la cabaña o choza en forma de cúpula de las tribus nómadas del bosque, y las mesetas que utilizaban varillas de sauce que se plantaban en la tierra con uno o los dos extremos encorvados, atadas y juntas se cubrían luego con pieles, y corteza de árboles.

Estos pueblos utilizaban el baño principalmente para purificar, refrescar y fortalecer el cuerpo, especialmente después de una partida de caza, de un viaje o de una acción de guerra, además algunas tribus lo consideraron como panacea entre enfermedades emocionales y físicas. El baño era parte de los ritos de paso en algunas tribus donde se celebrara como el paso de ser puberto a ser considerado como un hombre para la sociedad, donde se decidía quien sería el

nuevo jefe de guerra, así también con el baño de sudor se iniciaban muchas festividades o ceremonias importantes como la danza del sol, danza de la luna, danza de los espíritus, etc.

Con respecto a Mesoamérica; Mendoza y Cols. (2011) exponen que son varias las opiniones que coinciden en que la técnica del temaskalli es sumamente antigua, algunos autores creen posible que provenga de la edad de piedra, al menos en sus formas más primitivas. De ser así, se estaría hablando no de un temaskalli como se conoce hoy en día, sino de la utilización de ciertos espacios (huecos existentes en cerros o montañas, cuevas, grandes agujeros, etcétera) que funcionaron como tal, aprovechando todas las condiciones fenomenológicas manifestadas en dicho lugar.

Se considera que la forma más primitiva del baño de vapor surgió cuando la vida se daba aún en cavernas, lugar al cual se trasladó el fuego (una vez que fue descubierta la manera de producirlo y mantenerlo) para calentar y hacer habitables esos espacios. Así, de forma natural, el hombre primitivo conjuntó fuego, piedras, y una cueva o casa. De acuerdo a esta versión, es en la prehistoria que el hombre conoce las primeras formas de temaskalli, aún primitivo y no especializado, pero con los fundamentos que lo conforman hasta hoy en la actualidad.

Para Mesoamérica, Alcina (1980) divide esta zona en el México central y el área maya, en la primera su uso se ubica en el Estado de México, Guerrero, Hidalgo, Morelos, Oaxaca, Puebla, Tlaxcala y Veracruz, la segunda se encuentra en los Estados de Chiapas, Yucatán y Quintana Roo, para Guatemala se define en la región oeste y noroeste hasta el lago de Atitán.

Tras revisar la bibliografía que documenta la distribución geográfica mundial del temaskalli, se descubre que cada lugar tiene su forma propia de realizar el baño de vapor; sin embargo en su práctica se manifiestan semejanzas, entre las que más destacan de acuerdo con Moedano (1986), son:

- La utilización de una habitación pequeña para el baño
- La técnica de producir vapor arrojando agua sobre las paredes o piedras calientes
- El uso de yerbas para hojearse
- El uso de yerbas medicinales
- Los propósitos terapéuticos, higiénicos, sociales y/o religiosos
- La existencia de una fuerza superior considerada como el/la protectora del temaskalli, al cual se le hacen las ofrendas.

Lopatín (1960) considera que el lugar donde nació esta práctica es en Finlandia y de ahí se dispersó hasta llegar a América. Para éste investigador la difusión comenzó en el área comprendida en el golfo de Bothnia y el golfo de Finlandia (en la edad de piedra) y de ahí fue introducido a América por un grupo de primitivos inmigrantes. La vía de ingreso habría sido Alaska o Groenlandia pasando por Canadá, Estados Unidos, México hasta llegar a Guatemala.

Por otra parte Moedano (1986) considera que el baño de vapor de agua se originó de manera paralela en ambos continentes. Esta teoría se basa en contraste con la primera en las diferencias de la realización del baño en los diversos lugares, como las dimensiones, los accesorios, la forma, los materiales, el tipo de construcción, es decir, fijos o provisionales como el inipi, y los usos.

La personalidad propia en el empleo del baño de vapor pudo verse influenciada por la cosmogonía de esos pueblos, su desarrollo cultural y las condiciones climáticas y de materia prima. Además, hay que tomar en cuenta que la técnica de producción de vapor de este tipo de baño es sencilla y primitiva, por lo que es difícil creer que se haya originado en un solo lugar.

De lo anterior mencionado cabe resaltar que independientemente de donde haya surgido el origen del temaskalli, lo que sí es un hecho es que en un principio tenía como objetivo fundamental resguardar el cuerpo del frío y las condiciones climáticas adversas en general. Se deduce que conforme ha pasado el tiempo la técnica y los usos han evolucionado tanto como el hombre mismo.

Dentro de las praxis de la medicina tradicional¹⁹ que se ejercen en diferentes espacios geográficos del país, ha existido desde tiempos muy remotos el empleo de un recurso purificador del cuerpo humano según la interpretación indígena que, hablando en términos de cultura popular, es un medio de atención a la salud muy importante en el tratamiento de diversas enfermedades, ya sean físicas o emocionales (González, 1995). “Dicha práctica, comprende cualidades higiénicas y terapéuticas, popularmente se conoce como “baño de temaskalli”; donde, temas puede significar hervir, bañar, vapor y kalli: casa; la casa del baño de vapor” (Ruiz, 2008, p. 38).

¹⁹ Es importante señalar que se utilizará el término de medicina tradicional como: “sistemas curativos basados en creencias y prácticas culturales transmitidas de generación en generación. El concepto incluye rituales místicos, mágicos, terapia herbaria, y otros tratamientos que no pueden ser explicados por la medicina moderna” (Ruiz, 2008, p. 37).

Según Luna (1991) el temaskalli proviene del vocablo nahuatl: “temas” que refiere los significados: piedra, baño vapor, cocimiento, estufa, purificador, etcétera., y kalli, casa lo cual puede referir la casa como estufa donde se bañan y sudan. O según el Diccionario Porrúa (citado en Guillen, 2000) casa del baño de vapor. De acuerdo con Aguilar (2011) su nombre de raíz nahua significa casa de vapor (temas–vapor, kalli – casa).

Aguilar (2011) expone: “actualmente, en los diferentes grupos étnicos, el temaskal conserva sus nombres originales. En la zona maya se conocía como zumpulcheé, aunque actualmente se le conoce como chuj, en mam (lengua maya del noroeste de Guatemala); chu, en kanhobalán; tuj, en quiché, y pus, en tzeltal. Los tarascos lo llaman huriguequa; Los totonacos, saq, y en tajín se conoce como xiaca (Ortiz, 2005). En el idioma español el antiguo baño de temaskalli se conoce como: “baño azteca, baño de sudor, baño de vapor caliente, baño indígena, baño medicinal de vapor, baño ritual, baño terapéutico de vapor”, etcétera (p.70).

Revisando lo anterior se concluye que se puede entender el temaskalli como la casa del baño de vapor. Es importante mencionar que el temaskalli adquiere varias representaciones tanto en forma como en contenido según el lugar y la formación del temazcalero (a)²⁰. En lo que concierne a la forma, por lo general es una estructura cerrada de pequeñas dimensiones ya sean circulares, cuadradas o rectangulares; teniendo la capacidad para el ingreso desde una hasta cuarenta personas en el cual se introducen piedras previamente calentadas con leña al rojo vivo.

²⁰ Se define temazcalero (a) a la persona capacitada para llevar a cabo la preparación y el ritual propiamente del temaskalli.

Las piedras pueden ir apiladas y permanecer fijas en el ombligo o *texikti*²¹ en donde son calentadas con leña hasta estar al rojo vivo, posteriormente se recoge la ceniza y están listas para ser vertidas con el té medicinal y generar el vapor; éste anexo también se puede encontrar por fuera y el procedimiento de calentamiento es el mismo sólo que las cenizas no se recogen y el té medicinal se vierte sobre la pared calentada; o bien, pueden ser calentadas fuera del temaskalli para lo cual se requiere una oquedad poco profunda en la tierra ubicada hacia la puerta del temaskalli con una distancia de dos metros aproximadamente, donde las piedras son apiladas y calentadas con leña e introducidas en cada sesión al temaskalli, dicho proceso se conoce como *texikti*²². Y el vapor generado en cada uno de los casos es manejado y dirigido con un ramo de plantas medicinales.

De acuerdo con González (2005) el temaskalli es un baño de vapor que propicia una purificación a nivel físico, emocional, mental y espiritual, ha sido considerado un acto sagrado, por lo que tradicionalmente ha ido acompañado de un ritual ceremonial. El temaskalli es un rito que reúne y plasma en sus formas el conocimiento mesoamericano del hombre, del universo, y del vínculo armónico que debe existir entre ambos; el resultado de una armónica relación entre éstos será un estado de salud integral en el individuo; el resultado de la ruptura o desequilibrio en tal relación traerá como consecuencia la enfermedad.

Roque (2009) agrega que dentro de la experiencia se ha encontrado que existen diferentes concepciones a partir de las que se entiende y se lleva a cabo la práctica del baño de temaskalli; entre éstas se tiene:

²¹ Vocablo nahuatl que significa ombligo de piedra; proviene de los vocablos: *te* de *tet* (piedra) y *xikti* (ombligo).

²² Vocablo nahuatl que significa ombligo de fuego; proviene de los vocablos: *tle* de *tet* (fuego) y *xikti* (ombligo).

- Temaskalli social
- Temaskalli terapéutico a nivel físico
- Temaskalli terapéutico a nivel psicológico
- Temaskalli ceremonial

En el baño social, son recibidas todas las personas que buscan un descanso y una relajación permitiendo un ambiente, mediante el cual familiares, amigos y vecinos pueden platicar o cantar así como contar anécdotas o historias personales.

Siguiendo con las diferentes representaciones, en lo que concierne a las formas de contenido, se tiene el temaskalli terapéutico, en éste entran personas que sufren algún padecimiento orgánico a raíz de sus emociones y problemáticas sociales; en estos casos también se pueden tratar personas que todavía no desarrollan completamente el padecimiento corporal pero traen un exceso de tensión y preocupaciones, por lo que necesitan sacar mediante la palabra, la risa, el llanto, el canto y/o el silencio y la escucha, aquel exceso de tensión; éste baño también es empleado para las parturientas o quienes han tenido una lesión en donde, por medio del calor del temaskalli y, en ocasiones, acompañado de las habilidades de un quiropráctico, se restablece el funcionamiento del afectado.

De acuerdo con Mendoza (2011) el temaskalli es un espacio terapéutico de la medicina tradicional en el que se combinan elementos como el manejo del calor (termoterapia), el agua (hidroterapia), uso de plantas (fitoterapia) y equilibrio psicológico (psicoterapia) algunos de los usos que se le daban anteriormente son los que hoy se practican, tales como la curación

espiritual, prevención y curación de enfermedades físicas diversas, tratamiento pre y posparto, equilibrio energético e iniciación chamánica²³.

Roque (2009) agrega otra concepción de los contenidos es el temaskalli ceremonial, en éste no cualquiera puede entrar, se requiere de conocimientos (por ejemplo, la simbología y cosmovisión mexihka) y prácticas previas como la danza y rituales de iniciación para estar en la posibilidad de entender y participar en las prácticas que ahí se desempeñaran, además de lograr en algunos casos mediante estados alterados de conciencia, la comunicación con las fuerzas de la naturaleza.

También se encuentra una diferente clasificación expuesta por Ruiz (2008) quien propone que el temaskalli puede clasificarse en dos tipos principalmente: el higiénico-terapéutico y el temazcal ceremonial.

En ambos tipos se conjugan una serie de terapias como ya se habían mencionado anteriormente; la fundamental es la termoterapia; ya que, el empleo de calor dentro de este recurso posee un antecedente bastante antiguo; de hecho se cree que en sus inicios el temaskalli fue esencialmente térmico, es decir producía sudoración al exponerse a una fuente de calor directo sin el uso de agua.

²³ Lo que concierne con chaman; vocablo que proviene del francés “*chaman*” y éste del tungús “*šaman*”; concepto que significa hechicero al que se supone dotado de poderes sobrenaturales para sanar a los enfermos, adivinar, invocar a los espíritus, etc. (RAE, 2017).

Los beneficios del uso del calor son principalmente, la activación de la circulación al aumentar el flujo sanguíneo, el estiramiento del colágeno (proteína fibrosa muy sensible a los cambios de temperatura) de tejidos, tendones, cicatrices y articulaciones, la disminución de la rigidez articular, el alivio del dolor que produce en el espasmo muscular y algunas inflamaciones. Por el cual, se produce un efecto analgésico, debido a los cambios de presión sanguínea, al aumento de las palpitations del corazón y del calor del cuerpo, a los cambios en la respiración y a la relajación de los músculos. Aunque en algunas ocasiones el calor puede subir excesivamente.²⁴

Siguiendo con las diversas terapias, está la hidroterapia que se caracteriza por el empleo de agua en diversas formas con fines curativos. Para el caso del temaskalli, dicho empleo es doble: el uso de vapor teniendo como fin el abrir los poros de la piel para que a través de la sudoración se genere el proceso de desintoxicación; y el uso de agua para dar un baño común propiciando la hidratación en toda la piel y poder absorber las propiedades curativas de las plantas medicinales inmersas en el té. Puede ir acompañado de frotaciones y/o masajes.

También se tiene la fitoterapia que es el uso de los tratamientos en base a las propiedades curativas de plantas medicinales que se vinculan directamente con el temaskalli; tal es el caso del té medicinal para esparcir sobre las piedras, el té que se da para beber, el ramo de plantas que se utiliza para dirigir el vapor y cualquier otra forma en que se use la herbolaria con un fin terapéutico. El uso de las plantas va a variar de acuerdo al lugar, al fin terapéutico y a las formas de trabajar del temaskalero/a.

²⁴“El calor excesivo dentro del temazcal para algunas personas es una enseñanza ya que te permite desarrollar un grado de tolerancia mayor hacia condiciones físicas, emocionales y espirituales adversas” (Ruiz, 2008, p.40).

Más allá de sus potencialidades terapéuticas en el tratamiento de un sinnúmero de alteraciones físicas, el temaskalli mantiene viva toda una tradición de un uso ritual enfocado a tratar alteraciones y/o desequilibrios a distintos niveles.

Para describir el ritual del temaskalli es importante hacer primero un análisis sobre el significado simbólico de dicha práctica: En su dimensión simbólica y cultural, el temaskalli representa el vientre sagrado de la madre tierra, al cual entran los participantes a renovarse, a purificarse, a dejar ahí dentro lo que su cuerpo y espíritu ya no necesitan para vivir. Dentro del temaskalli se conjuga la acción medicinal de los cuatro elementos vitales: la tierra, el agua, el aire y el fuego.

Sobre las piedras calientes se vierte un té o infusión preparada con plantas medicinales, y el vapor que exhalan es movido y dirigido con un ramo de plantas frescas. El guía (el temaskalero) se encarga de dirigir la sesión. Inicialmente aplica a los participantes, antes de que entren, una limpia con humo proveniente del popochcomit o sahumador, en el cual quema ciertas hierbas secas, kopalli y sustancias utilizadas tradicionalmente.

“Posteriormente, ya dentro del temaskalli se llevan a cabo diversas dinámicas de grupo, como rezos, cantos, visualizaciones, meditaciones y respiraciones con las que induce a los participantes a ciertos estados físicos, anímicos, emocionales y de alteración sutil de la conciencia, todo ello en un entorno de oscuridad, silencio, humedad y un fuerte calor” (González, 1995, p.53).

“En cuanto a la oscuridad es importante mencionar que evita estímulos distractores y concentra la atención en la percepción de sí mismo lo cual constituye el paso inicial para percibir el entorno con un sentido de integridad. La ausencia de luz despierta en los participantes sentimientos ambivalentes, por un lado se vive la soledad, el miedo, ante la imposibilidad de mirar hacia fuera se genera el efecto de mirar hacia adentro, hacia sí mismo, de reflexionar de meditar, esta condición conlleva a un estado de apertura, propicia la confianza para la expresión total y es en este contexto en donde surge el compartir la palabra como una manera de confesión” (Ruiz, 2008, p. 42).

“En el temazcal puede suceder una descarga catártica de emociones, mediante la verbalización y la expresión emocional, en donde el espacio y la interacción de los participantes se convierte en una dinámica de comunicación interpersonal, inducida por “la cura del habla”. La ceremonia del temaskalli se apoya en el uso de la palabra como vehículo de curación. La palabra compartida (ya sea en cantos, en confesiones al fuego o en una catarsis espontánea) y la comunicación a un nivel emocional van logrando abrir en el individuo ciertas formas obstaculizadas de expresión, realizando aquella promesa de “encontrar nuevas forma de comunicarse” (González, 1995, p. 113).

Con lo anterior, se pudiera entender que no es el temaskalli que cura, sino la palabra dialogada la que cura; es decir, como toda terapia psicológica. Sin embargo; es el lenguaje, el diálogo y la palabra enmarcada desde la simbología del temaskalli que tiene un impacto particular en la cognición del individuo. Si se habla, pero no se habla cualquier cosa.

El ritual puede durar desde una hasta varias horas; dependiendo del temaskalero, del contexto y del lugar, aunque en términos generales puede durar desde una hora, si es un temaskalli terapéutico y hasta ocho horas si es ceremonial y al terminar la sesión, se agradece, se da una breve despedida y al salir se baña con agua fresca a cada uno de los participantes, este procedimiento puede llevarse o no a cabo, todo va a depender de la forma de trabajar del temaskalero.

Posteriormente en cualquiera de los casos se les abriga con una cobija y se les sugiere que reposen por un rato. En éste estado de reposo se ofrece un té para recuperar líquidos y en algunos lugares se les ofrece fruta o alguna sopa de vegetales.

Bulnes (2001) clasifica a los temaskalmeh²⁵ en tres clases:

- Indígenas
- Mestizados
- De recreación consciente

La primera sería la de los temazcales que se llamarían indígenas, por encontrarse en comunidades indígenas rurales y apartadas que han podido conservar no sólo su lengua y con relativa pureza muchas de sus costumbres y modos de vida de sus antiguas culturas, sino también muchas prácticas tradicionales, rituales y religiosas cuyo origen se remontan a un pasado inmemorable.

²⁵ Vocablo nahuatl que refiere al plural del temaskalli.

La segunda sería la de los temazcales mestizados, o de lo que se puede llamar el temaskalli simplificado y popular. En éste caso, en quienes lo usan o practican generalmente no se advierte o no se expresa tan manifiestamente la dimensión religiosa o purificatoria de la esencia y regenerativa de la persona o sacramental tan presente en el temaskalli indígena y en su estricto ritual, cargado de significados simbólicos.

Y en la tercera clase entrarían diversos tipos de temazcales recreados conscientemente, con mayor o menos autenticidad o vinculación con el temaskalli antiguo por grupos interesados en rescatar la práctica, experiencia y significación del temaskalli prehispánico, sea en la búsqueda de sus particulares bondades médicas, físico y psicoterapéuticas, e incluso sensoriales, emotivas y también de apoyo a la frescura de la piel y a la belleza o estética corporal, o, como en algunos casos en la búsqueda de su virtud espiritual y mística, y en el rescate de la propia tradición.

Hernández (2000) enumera tres tipos de temaskalli: medicinal, social y ceremonial. El medicinal es específicamente para personas con enfermedades. El objetivo de este tipo de temaskalli es principalmente recuperar la salud física.

El temaskalli social es abierto, al que entran niños y mayores, proporciona descanso, relajación y bienestar y el objetivo es la limpieza a través de la transpiración, establecer un vínculo entre familiares, amigos, compañeros y vecinos, mediante la convivencia permitiendo el diálogo, cantar, contar historias y rescatar la cultura de los antiguos mexicanos, así como la de dar a conocer el baño.

En el temaskalli ceremonial sólo pueden entrar personas que participan en danzas o ritos especiales, involucra otros elementos como ofrendas, cantos, y otras ceremonias complementarias que se utilizan como preparación para ser danzantes, para pedir, orar, para fortalecerse, para tener una visión, para acceder a otro estado de conciencia, para buscar la superación espiritual.

Mejía (2003) expone que de éste modo los antiguos mexicanos consideraban que existía un mundo de ideas y creencias del cómo era tratada la enfermedad. Las causas determinantes eran: las esencias fenomenológicas, la naturaleza, los signos del calendario y los seres humanos.

Los conceptos de dualidad frío-calor eran de suma importancia en el diagnóstico y tratamiento de enfermedades físicas y mentales. Era tan importante este concepto que a la llegada de los españoles se encontraba en todo Mesoamérica. El microcosmo (lo pequeño, el hombre) estaba entrelazado con el macrocosmo (lo grande, el universo).

Según López (2000) el universo estaba formado por la unión del gran padre (el cielo) y la gran madre (la tierra). El cielo es el creador del fuego, la madre de los vientos y las lluvias. Estos cuatro elementos: el fuego, la tierra, el aire y el agua forman parte integral de la concepción indígena, de su cosmogonía.

Entre los temaskalmeh prehispánicos sólo se han encontrado restos de los que estaban contruidos en piedra, pero se supone que unos estaban hechos de adobe o de varas. Sin embargo, los tipos de construcción varían según las regiones. En la mixteca de hoy, se encuentra

dos tipos de temaskalli, el primero es una construcción permanente de adobe o de piedra, de forma rectangular llamada en el español local “temaskalli o baño de pared”²⁶, mientras que el segundo es una construcción provisional de varas llamada baño de torito²⁷. El baño de torito se considera de calidad muy caliente y el baño de pared un poco más fresco.

El primero, no se mantiene en buen estado por mucho tiempo pero se vuelve a fabricar o a componer fácilmente. Se cubre con petates (a veces hojas de plástico) y cobijas viejas para conservar el calor. Lo construye la dueña de la casa generalmente con ayuda de la especialista que da los baños.

3.3 Esencias creadoras relacionadas al temaskalli

Herrera (citado en Aguilar, 2011) expone que cuando los invasores españoles llegaron a América se encontraron con esta práctica que era parte importante en la medicina tradicional de la cultura mexicana, y se maravillaron de los indígenas tuvieran en sus ciudades gran cantidad de baños de vapor mediante los cuales practicaban una escrupulosa limpieza.

“Al ver que acudían personas de todas edades y sexo entrando desnudos dando gracias a la madre tierra y orando, ellos catalogaron como rituales bárbaros de creencias paganas donde se practicaban orgías, por lo que destruyeron la mayor parte de estos. No daban cabida a lo que no

²⁶ Temaskalli que se caracteriza por tener el xicti adjunto a una pared, las piedras se calientan por fuera y pegadas a una de las paredes del temaskalli; éstas no se mueven, siempre se mantienen en su lugar; el temaskalero estando dentro, rocía la pared o abre una compuerta que expone las piedras y de igual manera las rocía. Cabe mencionar que éste temaskalli es aún mucho más caliente que uno que tiene el xicti por fuera y a distancia.

²⁷Baño de varitas en la zona trique. Se llama así por su semejanza con los “toros” pirotécnicos cargados por hombres en las fiestas que son armazones de varas en forma de toro, sobre las cuales se colocan fuegos de artificio; en la mixteca se utilizan en el carnaval.

estaban acostumbrados ver y es que en la cultura prehispánica era común celebrar el día ochpanisti” (Aguilar, 2011, p.77).

Tales procesos desde luego también afectaron las creencias y prácticas mágico-religiosas existentes en torno al temaskalli, casi todas vinculadas de alguna manera con Temaskaltosi (esencia creadora primordial; señora cuidadora del temaskalli y purificadora/protectora de los asistentes).

Constantemente la mayoría de los frailes trataron de evitar el uso del temaskalli al advertir sus connotaciones religiosas. Afortunadamente hubieron quienes sorprendidos reconocieron el gran poder terapéutico medicinal y espiritual que representaba, dejando escritos sobre ello; como Sahagún y Durán.

De acuerdo a la concepción mexicana, todo en la vida es cíclico y el mundo ha pasado y seguirá pasando por diferentes eras, las cuales han sido transmutadas por la tierra, el agua, el aire y el fuego; elementos que han sido descritos en diversos manuscritos prehispánicos.

En ese sentido el temaskalli fue escrito en códices detallados por los españoles en el siglo XVI (en particular Sahagún y Durán) y se encuentra en las excavaciones arqueológicas; los restos más numerosos se ubican en los centros ceremoniales, donde el temaskalli está asociado con el juego de pelota. Todas estas fuentes enseñan su calidad terapéutica, higiénica y ritual.

Heuze y Luengas (1990) destacan las relaciones del temaskalli en reseñas de los primeros cronistas como Fray Alonso de Molina, Fray Bernardino de Sahagún, Clavijero, Antonio Herrera y en códices que contienen láminas sobre estos baños: Códice Magliabechi (lámina LXXVII), Códice Florentino (láminas LXXV y CXXXIV), Códice Nutal (lámina XVI) y Códice Boldberg. A continuación, algunas imágenes de las diferentes representaciones del temaskalli en los diversos códices:



Ilustración 1. Fragmento de la pintura del temaskalli en el folio 77r. Códice Magliabechiano (Quiles, 2012, p. 151).

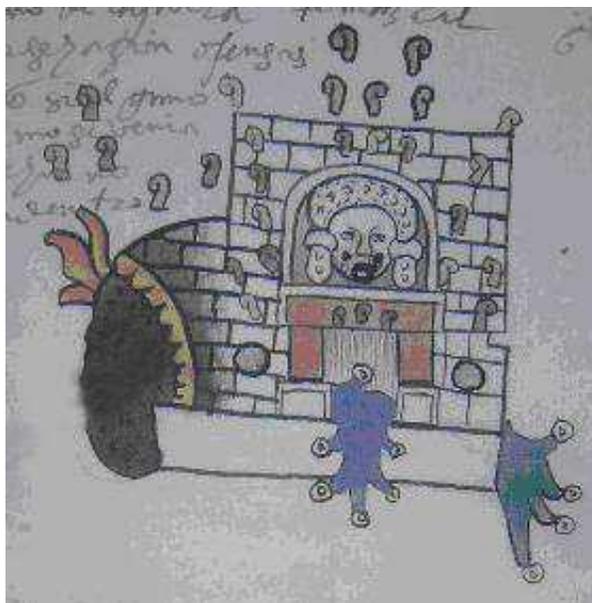


Ilustración 2. Códice Tudela, folio 62r, pintura del baño de vapor prehispánico o temaskalli
(Quiles, 2012, p. 154)

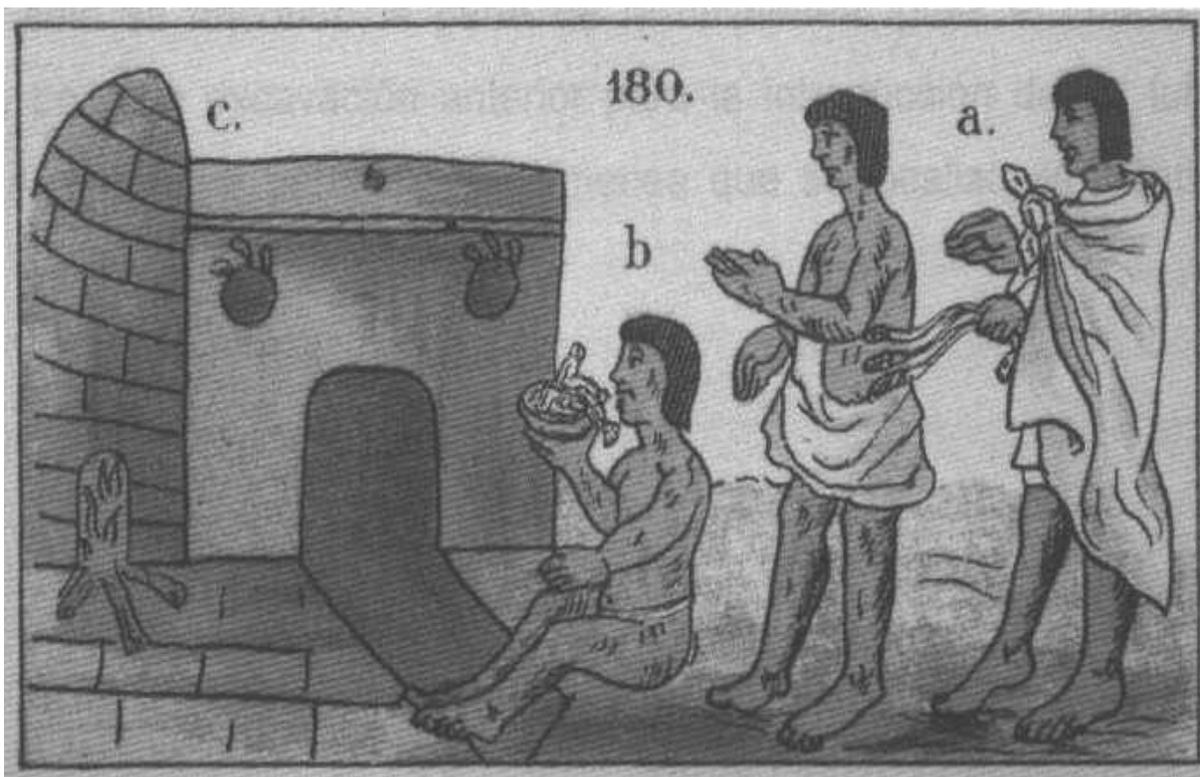


Ilustración 3. Códice Florentino, Libro XI, folio 180, lámina referente al baño de temaskalli (Quiles, 2012, p. 156).

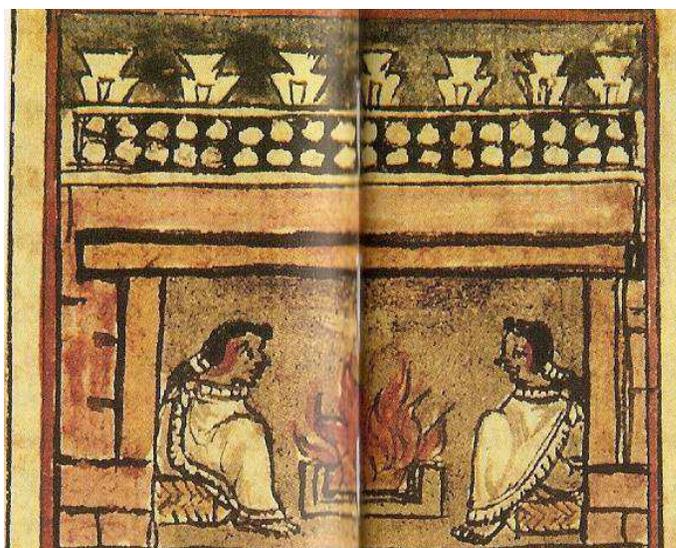


Ilustración 4. Lámina 3 del Códice Aubin o Manuscrito de 1576 (Quiles, 2012, p. 157).



Ilustración 5. Pinturas contenidas en el Códice Bodley que representan temazcales prehispanicos

(Quiles, 2012, p. 159).



Ilustración 6. Página 10-IV del Códice Selden (Quiles, 2012, p. 161).



Ilustración 7. Sacrificio humano al interior de un temaskalli Códice Nuttall, Lámina 81 (Quiles, 2012, p. 162).

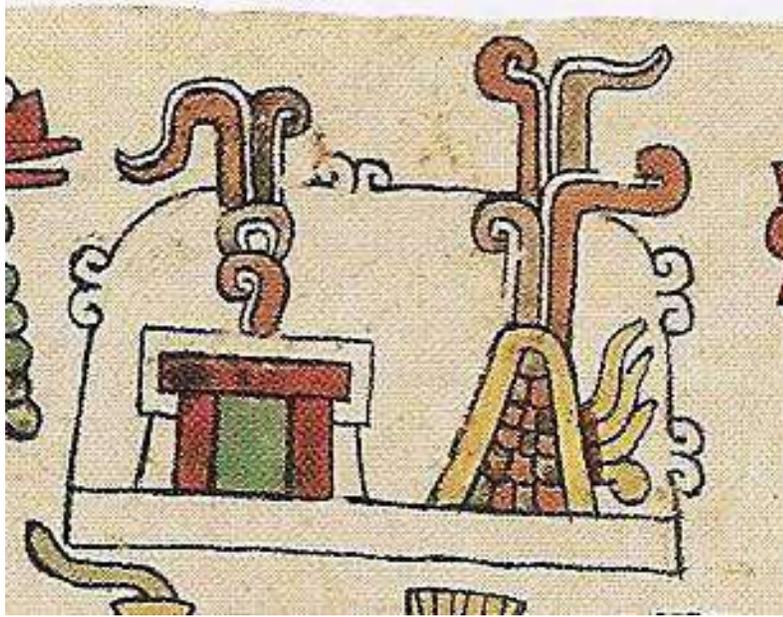


Ilustración 8. Sección superior derecha de la Lámina 16 del Códice Nuttall (Quiles, 2012, 163).

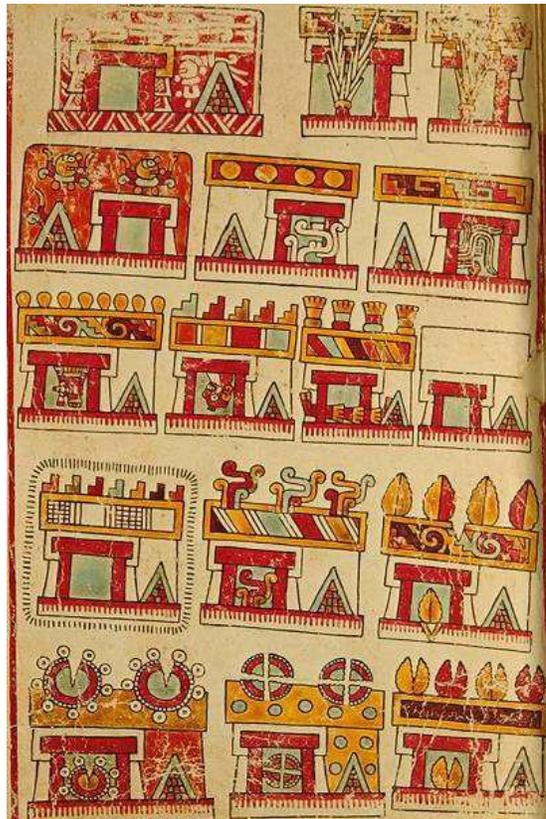


Ilustración 9. Lámina 15 del Códice Vindobonensis, en donde aparece una relación de diferentes temazcales (Quiles, 2012, 164).



Ilustración 10. Temaskalli en la Lámina 30 del Códice Vindobonensis (Quiles, 2012, p. 165).

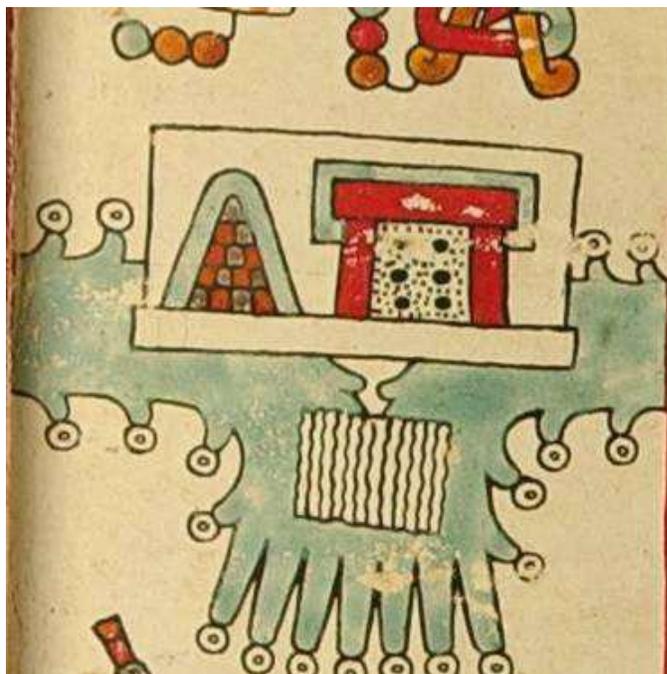


Ilustración 11. Representación de un temaskalli en la Lámina 46 del Códice Vindobonensis, en donde se hace especial énfasis en el elemento agua y su relación con estas estructuras (Quiles, 2012, p. 166).

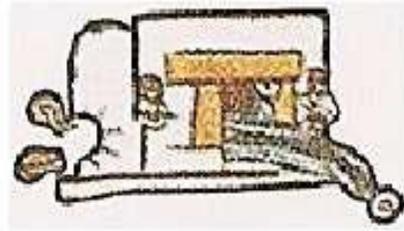
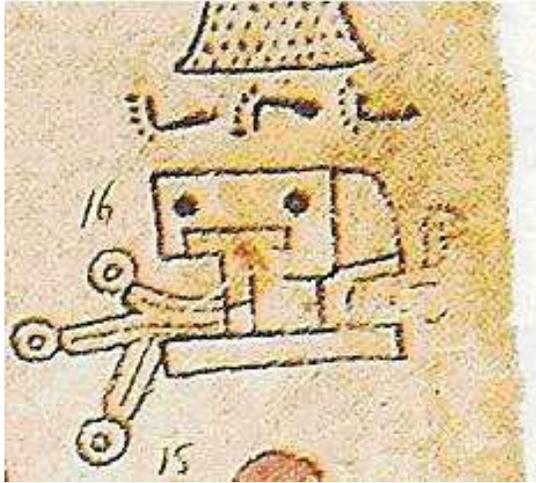


Ilustración 12. Sección de la Lámina 5 del Códice Mendoza (Matrícula de tributos), en donde aparece el glifo de Temascalapan (actual Temascalapa, Estado de México). A la derecha se encuentra la imagen correspondiente pero del Códice Mendocino (Quiles, 2012, p. 166).

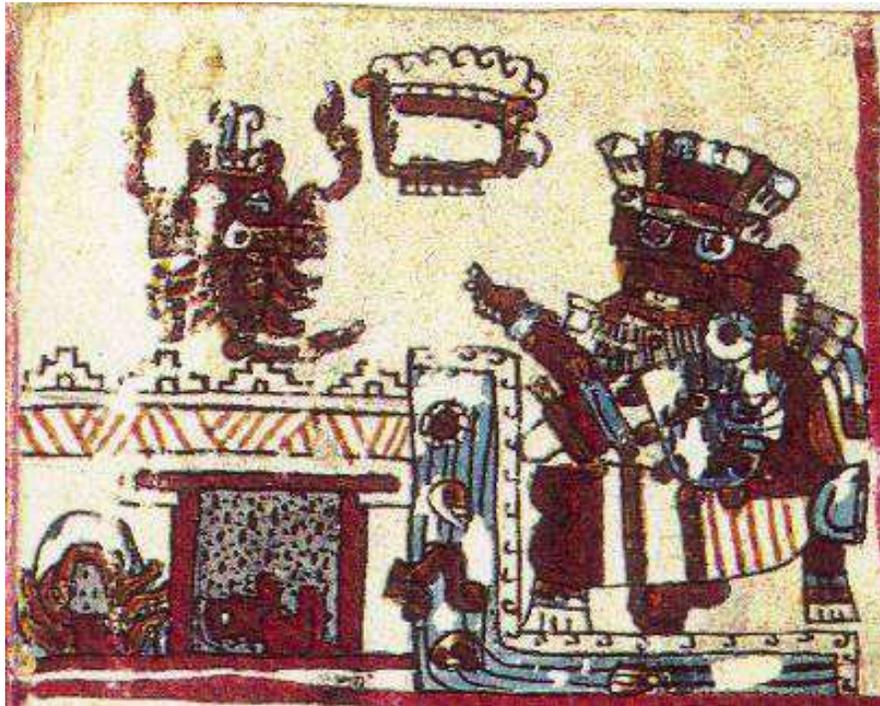


Ilustración 13. Lámina 32 del Códice Borgia, esquina superior izquierda (Quiles, 2012, p. 168).



Ilustración 14. Foja 15 recto, Códice Cozcatzin (Quiles, 2012, p. 169).

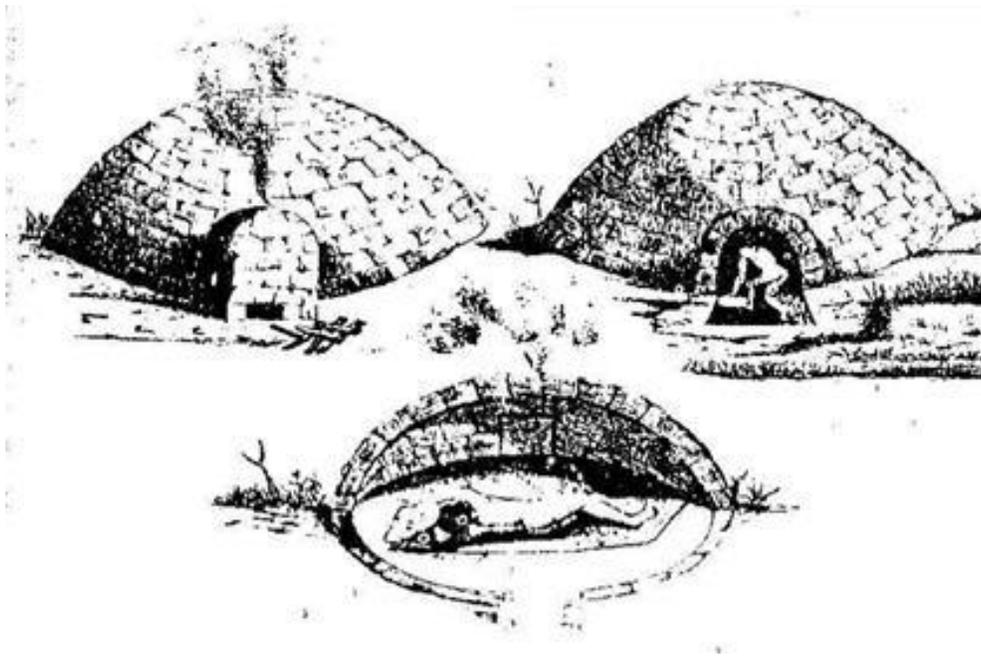


Ilustración 15. Lámina del temaskalli o “Hipocausto Mexicano”, de Clavigero, Historia Antigua de México T.I, pág. 388 (Quiles, 2012, p. 171).

Hacia la primera mitad del siglo XVIII el temaskalli sigue conservando su carácter de recinto sagrado, apropiado para realizar actividades terapéutico-religiosas, Moedano (1977) comenta que al frente de los baños, sobre la puerta de entrada, siempre se ostentaba el rostro de la esencia protectora, tallado en piedra y pintado a colores. Se le rendía culto entre los mixtecos, zapotecos y tarascos. Al respecto Moedano (1977), hace una cita en la que comenta a Sahagún (1956, p. 47), ésta dice: “Esta diosa era la diosa de las medicinas y de las hierbas medicinales; adorábanla los médicos y los cirujanos y los sangradores, y también las parteras y las que daban hierbas para abortar; y también los adivinos, que dicen la buena ventura, o mala, que han de tener los niños, según su nacimiento”.

Y agrega más adelante (1956, p. 48): “También la adoraban los que tiene en su casa baños, o temaskales. Y todos ponían la imagen de esta diosa en los baños y llamábanla Temaskaltesi, que quiere decir la abuela de los baños”. Con relación a las descripciones de los códigos en los que hay referencia de los baños, Lemus (citado en Aguilar, 2011) hace una descripción del códice Magliabecchi donde aparece sobre la puerta de entrada del temaskalli el rostro de Fasolteot, esencia protectora de los nacimientos.

En el dibujo hay cuatro personas: a la izquierda está una mujer que se encarga de poner leña en la hornilla, en la parte inferior del lado derecho está un indígena enfermo representado por un a lagrima en el ojo, una curandera ofreciéndole una bebida o tal vez una medicina, antes de entrar al temaskalli y en la parte superior derecha un curandero que aboga por el enfermo.



Ilustración 16. Temaskalli en el códice Magliabecchi.

Continuando con la cosmogonía en relación al temaskalli, katz (1993, p. 183) menciona esta visión: “La matriz terrestre es mundo de muerte que produce la vida, en forma de nubes, de semillas o de hijos, es fuente de fertilidad y de abundancia. Por eso el temazcal está protegido por los dueños de la tierra, del monte y de la lluvia”.

Algunas de las esencias que conformaban y siguen conformando el temaskalli según Mendoza (2011) son: Tosi, madre de las esencias, corazón de la tierra y nuestra abuela. Ella es esencia divina de las medicinas y de las yerbas medicinales por lo cual la adoraban los médicos, los cirujanos, las parteras, los adivinos, las curanderas y los que tienen en su casa un temaskalli.

Adjunto a ella se encuentran esencias como Yohualtisit (curandera de la noche), Faselteot (esencia del amor regenerador), Chalchiuhtikue (esencia femenina del agua), entre otras. En realidad dentro de un ritual como lo es el temaskalli se invocaba y se hacía uso de las virtudes que les eran asignadas a todas las esencias creadoras; tanto femeninas como masculinas. A continuación imágenes representativas de algunas esencias creadoras femeninas:



Ilustración 17. Tosi, Temaskaltosi (nuestra abuela), teteoinan (madre de los dioses), talli iyollo (corazón de la tierra).



Ilustración 18. Sihateteo (mujer madre de las esencias creadoras).



Ilustración 19. Yohualticitl (curandera de la noche, esencia regidora de las curanderas, parteras y temaskaleras).



Ilustración 20. Mesti (advocación de la luna).

Así mismo, existen sus correspondientes en género masculino. Por ejemplo, la esencia del fuego en el códice Borgia recibía el nombre de Xiuhtekuhtli; tiene otros tres nombres, Ikosauhki que quiere decir cariamarilla; Kuesaltin que quiere decir llama de fuego y Huehuetot que quiere decir la esencia antigua. A continuación, algunas imágenes representativas de esencias creadoras masculinas relacionadas con el temaskalli:



Ilustración 21. Xiuhtekuhtli (señor del fuego, advocación del fuego cósmico).



Ilustración 22. Huehuetot (esencia antigua, advocación del fuego primario).

3.4 Beneficios del temaskalli

Rodríguez (1995) expone que después de haber presentado las ofrendas (anterioridad y todavía en muchos lugares para la construcción de éste, se requiere en un primer momento pedir permiso a la madre tierra y a los diferentes rumbos energéticos, se lleva a cabo una ceremonia y se ofrenda diferentes frutas, semillas, cantos y bebidas), se llega a enterrar un ídolo de piedra (Temaskaltosi o Sihuateteo), quedando ahí debajo para la protección del lugar. De acuerdo con Aguilar (2011) para construir y dirigir el ritual del temaskalli se requiere conocimiento y experiencia, porque es una gran responsabilidad.

Muchas cosas suceden en esta ceremonia, en el nivel espiritual y en el material, por ello el temaskalli durante la época prehispánica era ampliamente utilizado con fines terapéuticos, sociales y religiosos y uno de sus usos más relevantes es que era utilizado como purificador antes de cualquier ceremonia religiosa.

La acción de incrementar la temperatura corporal (sudar) y el empleo de plantas medicinales son elementos fundamentales en la concepción indígena para curar al ser humano, es un conocimiento que implica una relación cercana con los elementos y con sus creencias, entonces es de suponer que el temaskalli, por su significado es uno de los mejores métodos para incidir en la desintoxicación y prevención de desequilibrios fisiológicos, emocionales y espirituales.

Como bien se ha podido ir observando, la práctica del temaskalli, además de tener una antigüedad que se remonta a tiempos de la edad de piedra, es una actividad que en la actualidad

se viene desarrollando de forma multidimensional para cuestiones, que no sólo refieren al tratamiento de padecimientos corporales, sino también por los beneficios de la termoterapia, la fitoterapia, la hidroterapia y la psicoterapia. Se tiene la posibilidad de abarcar en gran medida, el estado de salud física y equilibrio emocional que también está vinculado, a un nivel psicológico y conductual.

Tomando en cuenta una serie de simbolismos y conceptos sobre la práctica del temaskalli, se entiende que las personas que entran a un tiempo y espacio en el que ocurren procesos, mediante los cuales, los participantes se permiten la liberación y descanso emocional, de sucesos que pudieran estar perjudicando su calidad de vida. Adjunto a esto, Herrera (citado en Aguilar, 2011, p. 87) expone:

“Hoy la ciencia sabe que el calor incrementa las funciones de cada órgano y en particular la del sistema inmunitario con lo que se explica la sabia acción del cuerpo al subir la temperatura (fiebre) ante la presencia de ciertas enfermedades o infecciones. En el temaskalli se suele colocar en el suelo plantas aromáticas o medicinales y se alcanzan temperaturas hasta de 80 grados centígrados –aunque para evaporar el agua se requiere de 100 grados centígrados al choque–, produciendo un fortalecimiento del corazón pues esto crea un mayor flujo de energía y líquidos”.

La medicina tradicional indígena así como la medicina tradicional china catalogan a todas las enfermedades dentro de dos principales divisiones; de frío y de calor. Frío es falta de energía y calor es exceso de energía que tampoco es bueno sino el equilibrio entre ambos, el cual es

propiciado por el temaskalli; conceptos básicos de las medicinas tradicionales para entender el funcionamiento del cuerpo.

Mendoza (2011) menciona que el temaskalli utilizado médicamente ha sido maravilloso en el tratamiento de desórdenes femeninos como la infertilidad, embarazo, parto, posparto, purificación y fluido de la leche materna así como para recobrar la firmeza de la piel, los cuales están relacionados al frío interno, (esto ha sido comprobado por parteras en el contexto de medios rurales donde aún se utiliza este recurso, y por ello es divulgado). El temaskalli provoca calor en los ovarios, trompas de Falopio y útero e incita el sistema hormonal. Aguilar (2011, p. 89) confirma: “Cuando el cuerpo tiene contacto con el calor dentro del temaskalli, terminaciones nerviosas sensitivas al calor producen acetilcolina, un bioquímico neurotransmisor del cuerpo que alerta y estimula la acción de las 2-3 millones de glándulas sudoríparas de la piel”.

Al permanecer en el ambiente cálido en el interior del temaskalli, se obliga al cuerpo a tener esta respuesta física, similar así se estuviera teniendo una actividad física ya que este fluido pretende mantener la homeóstasis y regular el calor interno; es como si se estuviera provocando una hiperhidrosis producto de la aceleración del pulso cardiaco (provocado por el mismo calor, por las actividades de canto, por los ejercicios físicos o bien por la ansiedad o miedo que produce esta experiencia).

De acuerdo con Aguilar (2011) el sudor se compone de una mezcla del 98% de agua con cloruro de sodio, urea, amoníaco, ácidos grasos y ácido láctico. Aunque en el sudor no es prioritario el desecho de toxinas, si se pueden tener pérdidas considerables de sales minerales y

una exposición larga al calor puede desechar a través de éste líquido una cantidad considerable de vitaminas, por lo que es importante cuidar la hidratación antes de entrar al temaskalli, así las personas pueden sentir malestares físicos como: fatiga prematura, calambres, mareos, náuseas, deshidratación o hasta vómito pero todo va en un sentido de activación en todos los sistemas del cuerpo y la depuración de lo innecesario en el mismo.

El temaskalli estimula al sistema glandular, en particular a las glándulas pineal y pituitaria, conocidas como las glándulas maestras, ya que rigen la actividad glandular de todo el cuerpo; tiroides, adrenales, hormonales, sexuales entre otras.

Otro de los sistemas que se estimulan en el temaskalli es el linfático, este es uno de los responsables de la limpieza y depuración del cuerpo. Durante el baño se producen en el sistema nervioso un efecto relajante y estimulante del organismo, además actúa a nivel psicológico; ya que se puede realizar una terapia grupal (la terapia también puede ser individual o de pareja, según sea el caso) donde cada participante expone sus ideas, problemas y “drena” sus emociones.

Actúa en el aparato digestivo mejorando la actividad intestinal, además la temperatura corporal alta inhibe en parte la reproducción microbiana y acelera las reacciones corporales que facilitan la reparación celular, consiguiendo un bienestar físico y mental, Mendoza (2011).

El agua es el conductor por excelencia de la electricidad, si a la piel no se le ayuda, los desechos celulares obstruirán la respiración de ésta dejando una piel reseca y sin energía puesto que la electricidad del cuerpo se manifiesta mejor donde hay agua. El vapor que se produce del

agua arrojada en las piedras volcánicas al rojo vivo crea una ionización muy abundante de carga negativa dentro del temaskalli. Existen muchos estudios hoy en día referente a la importancia de los iones negativos para la salud. Aguilar (2011, p. 90) expone:

“Hace mucho que se ha observado que el hecho de trabajar todo el día en un taller u oficina con aire acondicionado o calefacción suele dejar a las personas completamente agotadas, aunque no hagan más que estar sentadas tras un escritorio o de pie ante una cadena de montaje, en tanto que los campesinos que se pasan el mismo número de horas al aire libre, realizando un extenuante esfuerzo físico, no presentan este síndrome de completo agotamiento al terminar la jornada. Esto sucede porque no es el trabajo en sí lo que agota a los obreros y oficinistas, sino la ausencia de vitalidad en el aire que deben respirar todo el día”.

Aunque existen afirmaciones de los grandes beneficios que han sido descritos por los participantes de las sesiones de temaskalli, también es cierto que se requiere de investigación que avale empíricamente otros aspectos que han sido dejados de lado, algunos caminos para la investigación deben centrar especial atención a los cambios (a la memoria corporal) que produce la música, los aromas, los rituales, entre otros.

Con todo lo anterior, se puede concluir que el temaskalli se convierte en un espacio idóneo para realizar una psicoterapia; donde, en conjunto con todos los arquetipos que lo conforman, la versatilidad de formas, tipos y usos, más la antigüedad que lo sustenta; lo lleva a ser un lugar atractivo, simbólico y de identificación cultural para un mexicano en búsqueda de la autorrealización.

Claro está que si el temaskalli ya tiene una terapia inherente a su existencia misma; ésta terapia enriquecida y complementada con las aportaciones de una técnica psicoterapéutica cual sea ésta, convierten al temaskalli cómo una opción más para el trabajo psicoterapéutico. A continuación se ahondará en los conceptos de técnica, función y heurística y la presentación de la propuesta como tal.

Capítulo 4. Una función heurística en psicoterapia: el caso del temaskalli

4.1 Introducción

Tomando en cuenta que el hombre siempre está en un constante movimiento y cambio en todos los aspectos de su ser, es de esperarse que de igual manera todo aquello que ha creado como extensión de sí para cubrir sus necesidades, conocerse a sí mismo y conocer su entorno esté en un constante continuo de transformación.

Cuando un psicólogo se afilia a un modelo de psicoterapia comúnmente es de esperarse que los pacientes se acoplen a su enfoque; sin embargo, si se amplía un poco más la visión, será posible percatarse de que no es el paciente quien debe acoplarse al modelo desde el que trabaja el especialista, sino que éste último es quien debe poseer el conocimiento, la flexibilidad y las herramientas necesarias para tratar al paciente que busca ayuda mediante las estrategias que considere más convenientes.

A lo largo del tiempo, los principales modelos se han ido consolidando con base en su experiencia, mientras que constantemente surgen nuevas propuestas que buscan atender las necesidades y demandas de los individuos inmersos en una sociedad cocreadora de cultura y un sinfín de temas teóricos y prácticos que conocer y experimentar que le permitan al humano tener un conocimiento y autocontrol de sí mismo más integral.

“La mayor contribución de una idea innovadora se encuentra en su función de crear consciencia, pues puede abrir la puerta a nuevas áreas de pensamiento que de otra manera serían ignoradas.

Sin embargo, con frecuencia sucede que algunas de estas ideas desaparecen después de ser presentadas, para reaparecer en el futuro cuando el espíritu de los tiempos, el zeitgeist, es más favorable y les permite incorporarse a la línea principal de pensamiento en su área” (Goldfried, Pachankis y Bell, 2005; citado en García, 2011, p. 43).

Opazo (2006) señala que en los primeros años de la evolución de la psicoterapia aparece un perfil característico en el que un terapeuta sobresaliente genera una teoría que es aplicable solamente a un segmento de la dinámica psicológica, pero a partir de éste pretende explicar demasiado, generando así teorías que no resultan tan amplias como sus fundadores presumen.

De ahí que Mirapeix y Rivera (2010; visto en García, 2011, p. 45): “conciban la historia de la psicoterapia como una historia de paradigmas que se desarrollan de manera desconectada, no sólo sin tenerse en cuenta unos a otros sino también fragmentados internamente a causa de divergencias y descalificaciones dentro de los mismos enfoques, a partir de las cuales ha proliferado una gran cantidad de modelos”.

Cabe mencionar que sin la intención de reincidir en un estudio sin fin y rebuscado de los diversos aspectos que conforman una psicoterapia lo último expuesto se presenta como un punto de referencia para justificar el planteamiento de la presente investigación. Éste análisis documental tiene como objetivo mostrar la dinámica del rito del temaskalli como una función alternativa y/o complementaria en el campo de la psicología práctica; sin tener la necesidad de afiliarse a algún modelo psicoterapéutico en particular; más bien, concibiendo ésta propuesta

desde una perspectiva heurística. Para esto, es menester revisar a continuación la acepción de heurística y cómo se convierte en el eje direccional para el desarrollo de dicha propuesta.

4.2 Definición de heurística

“La palabra “heurística” procede etimológicamente de la palabra griega “euriskein” que procede de “eureka”, un vocablo que significa hallar o encontrar. Se dice que este vocablo fue exclamado por Arquímedes en un famoso episodio sin bases históricas” (González, Pascual y Lores; s/a: p. 3).

El diccionario de la RAE (2015) define a la palabra “heurística” como:

- Técnica de la indagación y del descubrimiento.
- Búsqueda o investigación de documentos o fuentes históricas.
- En algunas ciencias, manera de buscar la solución de un problema mediante métodos no rigurosos, como por tanteo, reglas empíricas, etcétera.

Para Schleider (2014) la heurística desde una perspectiva cognoscitiva se considera como un atajo de la mente; es decir, se dice que desde decisiones muy simples como por ejemplo; el elegir qué comer el día de hoy hasta decisiones mucho más complejas cómo decidir con quién uno se va a casar es una manifestación cognoscitiva constante y continua en el ser humano.

Las decisiones se toman considerando certezas e incertidumbres, balanceando la gratificación a corto plazo sobre los beneficios a largo plazo; éstas pueden ser acertadas o no,

pero por más simples que sean; la mayoría de las decisiones contempla la posibilidad de que algo ocurra y la probabilidad de que ese algo ocurra es incierta, tan incierta cómo saber si el día de hoy lloverá o saber qué le gustará de cenar a alguien en particular.

El hombre a través del tiempo ha desarrollado diferentes mecanismos para predecir la respuesta de sí mismo y de su entorno; pero finalmente en eso se queda, sólo en posibilidades. Y en estas posibilidades se ve inmersa la práctica de día a día en el individuo.

Sin embargo, el cerebro humano está diseñado naturalmente para reducir dicha complejidad utilizando ciertas sendas llamados “heurísticas”; de acuerdo con Schleider (2014), entendiéndolas como los caminos alternativos y cortos que utiliza la mente para tomar decisiones de manera más eficiente y frecuentemente con resultados satisfactorios. Aunque muchas veces también puede cegar la decisión y lleva a cometer errores. Entre los principios heurísticos más estudiados se tiene la representatividad, disponibilidad de ajuste y anclaje.

➤ **Representatividad:** Tiene que ver con la tendencia que se tiene a asignar mayores probabilidades a aquéllos eventos que son más representativos en la mente. Por ejemplo, si se habla de una azafata, se piensa en una mujer joven y atractiva; o si se dice París, comúnmente la palabra se asocia visualmente con la torre Eiffel. Un ejemplo más detallado: si se dice que “Xochit” es tímida, introvertida, colaboradora, poco sociable, ordenada y detallista, ¿Qué probabilidad hay de que Xochit sea granjera, piloto de avión o bibliotecaria? Seguramente la primera opción es decidir que es bibliotecaria; justamente porque está más acorde con la descripción representativa; sin embargo, es igual de probable o quizás más el

hecho de que sea granjera porque existen muchas más personas con el oficio de granjeros e incluso introvertidos que bibliotecarios.

Por lo tanto, este principio heurístico puede llevar a cometer éste tipo de errores, ya que el hecho de que Xochit sea introvertida no implica que sea más probable que sea bibliotecaria antes que granjera o piloto de avión, Schleider (2014).

➤ **Disponibilidad:** Es común que el ser humano piense que un evento es más probable cuando sea más fácil recordad dicho evento o circunstancias similares; porque simplemente está más accesible a la información que resguarda el cerebro. Por ejemplo: ¿Qué es más fácil? ¿Morir por un ataque de tiburón o por las partes que caen de un avión?, la mayoría de las veces se cree que la probabilidad de morir por el ataque de un tiburón es mayor porque los eventos es lo que más recuerda la persona; sin embargo, morir por las partes caídas de un avión es mucho más probable.

Entonces, ¿Qué pasa?, es que los ataques de tiburón son más fácil de recordar porque son eventos espectaculares y aparecen con mayor frecuencia en los diferentes medios de comunicación.

Otro ejemplo es si se piensa en palabras en español de cuatro o más letras y al cuestionar ¿Cuántas tienen “r” en la primera sílaba y cuántas en la tercera? Y al contestar se responde que en la primera, entonces se está incidiendo en el posible error de dicho principio, porque existen muchas más palabras que tienen “r” en la tercera sílaba que en la primera. Lo que pasa es que al igual que el diccionario, el cerebro busca palabras de manera léxico-gráfica pensando en la primera letra y no en la tercera. Con lo cual está más accesible pensar en

palabras que empiezan con “r” que pensar en palabras que tienen “r” en su tercera sílaba. Schleider (2014).

- **Ajuste y anclaje:** Es sumamente útil y se aplica a partir de estimaciones por un valor conocido que luego se va ajustando, el problema es que a veces ese valor se vuelve un ancla difícil de ajustar. Por ejemplo: al preguntarse, si en la cumbre del Everest el agua hierve a una temperatura mayor o menor a 10° C, ¿Qué temperatura se piensa? La respuesta correcta es a 69° C, claro está que una persona común no tiene ni idea de cuál es la respuesta correcta, sin embargo se hace el intento por generar una respuesta que parezca coherente; aquí lo que cabe resaltar es que probablemente no se esté consciente del grado de influencia que se tiene a partir de número proporcionado en la pregunta, éste número es lo que se llama el ancla y las respuestas se ajustan y determinan a partir de ese valor. La respuesta seguramente cambiaría si se hubiese proporcionado otro número como punto de referencia.

Este principio alude a razonamientos comunes y de tendencia que se manifiestan en condiciones cotidianas; por ejemplo, la mayoría de las veces cuando se mira un artículo tentador con gran presentación y un costo elevado en el supermercado, se cree que será la mejor opción para comprar un artículo de gran calidad; sin embargo, también existe la posibilidad de que ocurra todo lo contrario. Schleider (2014).

Así de útiles y necesarias son las heurísticas para crear alternativas de solución, aunque también son impredecibles para determinar si la alternativa de solución es la correcta o no. Donde, decidir si es corrector o no, refiere a una condición subjetiva y relativa; ya que hablar de

lo correcto va en función de quién, cuándo y cómo se usa; justamente así de invariablemente variable cómo lo es la condición humana. Y la ciencia que más ha utilizado y desarrollado este término es la informática, desde éste enfoque el principio heurístico trata de aplicar normas conversacionales a la interacción entre una persona a un sistema: su objetivo es intentar crear un “puente comunicacional” en el que tanto la persona como el sistema se entiendan y trabajen juntos en pro de un objetivo a alcanzar.

Aunque también en éste sentido es posible entender la heurística como la capacidad que ostenta un sistema determinado para realizar de manera inmediata innovaciones positivas para sí mismo y sus propósitos. Ésta capacidad es una característica inherente a los seres humanos, ya que a través de ésta, los individuos pueden descubrir cosas, inventar otras tantas, resolver problemas mediante la creatividad o el pensamiento alterno, entre otras facultades.

Haciendo una revisión de artículos, básicamente extraídos de internet sin contar con una fuente de origen confiable y científica, se tiene como bosquejo que el método heurístico está compuesto por los siguientes elementos:

- Principios (sugerencias para hallar la solución: analogía y reducción).
- Reglas (ayudan a encontrar los medios para resolver los problemas, entre las más empleadas se cuentan: separar lo dado de aquello buscado, confección de mapas, esquemas, utilización de números, reformulación de problemas).
- Estrategias (recursos organizativos funcionales al proceso de resolución, pueden ser de dos tipos: el trabajo hacia delante o el trabajo hacia atrás).

Y aplicada la información anterior en un ámbito psicológico se deduce que la heurística se encuentra relacionada con la creatividad, misma que es fundamental en el momento de hacer toma de decisiones y para explicar cómo se llega a un juicio o a la solución de un problema determinado. Suele estar asociada a lo que en éste contexto se denomina atajo mental.

El conocimiento heurístico es conocimiento *sui géneris* empleado a través del tiempo y en diversas latitudes por los seres humanos para resolver problemas urgentes y de alta complejidad. De acuerdo con Velasco (2000) el término heurística cubre una numerosa familia de conceptos con una amplia variedad de aplicaciones en las ciencias naturales y sociales.

“Si bien el uso de métodos heurísticos para la solución de problemas es muy diferente en diversas disciplinas, recientemente se ha asumido que desde una perspectiva epistemológica los métodos o procedimientos heurísticos deben entenderse como subordinados a la estructura algorítmica de la ciencia” (Velasco, 2000, p. 1).

A manera de conclusión se tiene que:

- En primera instancia, tras hacer una búsqueda y compilación de investigación documental respecto a dicho término, se descubre que existe poca información referenciada; lo cual invita a la propuesta de investigar, analizar y escribir más acerca del estudio de la heurística y sus diversos campos de aplicación.

- Si bien, la heurística es un concepto mayormente utilizado en la ciencia de la informática; también se puede utilizar en el ámbito psicológico y muchos más ámbitos en realidad; ya que esencialmente, la heurística se entiende como un proceso alternativo de solución ante cualquier algoritmo establecido (visto desde la informática); y en general, no es más que una posible solución creativa alterna ante cualquier situación a resolver.
- Por último, Sánchez (2016) define heurística para el presente trabajo como la construcción de explicaciones que dan entrada a mayores desarrollos en términos psicoterapéuticos. Cabe destacar, que lo que importa es el valor heurístico del temaskalli en estos mismos términos; determinados por el modelo heptacategorial, donde hay tres categorías estructurales a destacar:
 - Condiciones orgánicas
 - Condiciones sociales
 - Procesos cognoscitivos

Al preguntarse, ¿De qué manera éste tema es psicología? se puede contestar que la razón psicológica está al detectar y revisar el proceso cognoscitivo que genera el rito del temaskalli en la vida del individuo y que por ende lleva a una diferente conducta.

Es decir, siguiendo con los lineamientos del modelo heptacategorial, la mente no es un lugar, es un proceso; la mente se define igual a cognición (entendiendo ésta como el conocimiento que no es más que el producto de la organización compleja del sistema nervioso); también se define igual a pensamiento, lo cual va a llevar a un procesamiento de la información.

El temaskalli funge como una función heurística en la intervención psicológica para que el individuo reconozca, analice sus estados cognoscitivos para que lo lleve a buscar y reestructurar esquemas cognoscitivos más óptimos, los cuales generen un bienestar para sí mismo y su entorno. En seguida se expone el procedimiento de dicha propuesta.

4.3 Definición de función

Una vez investigado y analizado la información documental sobre los aspectos teóricos para abordar el estudio y la descripción de los elementos que conforman el temaskalli, así mismo para con la psicoterapia y los principales modelos psicoterapéuticos que sustenten la propuesta presentada; continuando con el análisis del término heurística y cómo éste se concibe en el ámbito psicológico; ahora es menester definir el concepto función para compilar los elementos necesarios y así hacer presente el desarrollo del rito temaskalli como propuesta de una función heurística en la práctica psicoterapéutica.

Cabe resaltar que el método empleado en ésta tesis es de tipo cualitativo, porque se concentra en comprender el fenómeno en estudio o el entorno social y no busca hacer predicciones sobre dicho entorno o fenómeno. Utilizando el tipo de diseño etnográfico, ya que busca describir y analizar ideas, creencias, significados, conocimientos y prácticas de grupos, culturas y comunidades. Trabajando con el diseño de investigación-acción, ya que su propósito fundamental se centra en aportar información que guíe la toma de decisiones para programas, procesos y reformas estructurales; por medio del análisis crítico del discurso; el cual expone la posición social del fenómeno a estudiar, con el fin de descubrir e interpretar, para proponer el

fenómeno en estudio como un agente de cambio y averiguar si se puede trasladar a un contexto diferente.

Una vez hecho la aclaración de la metodología del presente trabajo, se puede retomar y decir que tras la búsqueda entre conceptos como protocolo, modelo, arquetipo, técnica, paradigma, proceso, etcétera, para escoger la acepción adecuada en el título de la presente tesis, se decide el término “función” más que por su diferencia en esencia de la definición en relación con las otras palabras; fue por el uso simple y básico que se tiene para dicho concepto. Es decir, basándose en la definición que proporciona el diccionario de la RAE (2017) por ejemplo, para el caso de modelo y técnica, se tiene:

- **Modelo:** Esquema teórico generalmente en forma matemática, de un sistema o realidad compleja que se elabora para facilitar su comprensión y el estudio de su comportamiento.
- **Técnica:** Conjunto de procedimientos y recursos de que se sirve una ciencia o un arte.

Si se observa y se hace un análisis, en un sentido práctico se está hablando de procedimientos muy similares; sin embargo al revisar la bibliografía, ésta documenta que la mayoría de los autores utiliza la acepción modelo como sinónimo de teoría, enfoque o escuela psicológica; rubro psicológico muy diferente a lo que se entiende como método, dinámica, función o técnica de intervención. La primera alude a la exposición y explicación de la teoría, mientras que la segunda categoriza las formas de aplicación en el área práctica; sin embargo, el término “función” refiere según la RAE (2016) con el propósito o tarea que se le atribuye a una cosa. Proviene del latín: *functio* que significa “ejecución o ejercicio de una facultad”.

Una función designa las capacidades propias de los seres vivos o de sus órganos, así como de máquinas, instrumentos o aparatos para desempeñar una tarea. También puede referirse a la actividad que le ha sido asignada a una institución o entidad; al igual que es el propósito, uso o rol que se le asigna a un elemento determinado. Dicho término tiene diversas acepciones; es sencillo y variado sin entrar en categorías tan rigurosas como modelo o técnica.

4.4 Desarrollo de la propuesta: descripción del rito

De acuerdo con Sánchez (2016) antes de iniciar con la descripción de los aspectos simbólicos para comprender el rito del temaskalli; es importante señalar que es en el análisis de los símbolos que usan los pueblos en donde reside la posibilidad de comprender el significado de estos.

De ahí la importancia del estudio de los símbolos, esas grandes metáforas presentes en todos los aspectos de la vida mesoamericana, pero plasmados con especial énfasis y peculiar riqueza en sus ritos y ceremonias. “Así, el símbolo es la huella visible de una realidad invisible u oculta; es la manifestación de una idea o de una experiencia indescriptible que se expresa de esta manera a un nivel sensible, haciéndose apta así para la comprensión y la comunicación” (González, 2005, p. 45).

De acuerdo a ello, el temaskalli como representación simbólica del vientre de la madre tierra y el rito como símbolo de un proceso de renacimiento y/o transformación son formas de nombrar “algo” que se experimenta y se vive al participar de ésta ceremonia: una vivencia

subjetiva cuyo fin es alcanzar la experiencia que permita el autoconocimiento para sanar, cerrar y trascender en los aspectos inconclusos del ser, ya sean físicos, mentales, emocionales o espirituales. “Las religiones, con sus ceremonias, sus sacramentos y sus ritos, han suministrado símbolos exteriormente visibles para los seres y los acontecimientos del mundo espiritual” (Steiner, 1988, p.137; citado en González, 2005, p. 46).

La idea es alcanzar a ver en las grandes metáforas utilizadas en la cosmogonía nahuatl, como es el caso del rito del temaskalli un reflejo de las relaciones del hombre consigo mismo y con el mundo que lo rodea. De acuerdo a estas metáforas, algo sucede a aquél que participa en un ritual de temaskalli, algo que por ejemplo; en la antigüedad con la cultura mexihka y en la actualidad con la práctica de la medicina tradicional mexicana, lo expresan como una experiencia análoga a nacer, como algo equivalente a estar en un vientre y ser parido. Como parte de un proceso transformador que permite el desarrollo humano en una forma integral.

De acuerdo con Aguirre (1992) el mismo proceso lógico de la curación simbólica que expone este autor, es como opera el simbolismo del temaskalli. Dicho de otra manera, si el beber una infusión de tierra del quicio de la puerta impacta en el estadio mental y emocional de la parturienta, dándole una señal de salida, de la misma manera cuánto más no podrá influir en el estadio cognoscitivo de un individuo saber que está introduciéndose en la tierra, en su vientre, con todas las condiciones (oscuridad, silencio, calor, humedad, protección, tranquilidad) análogas a las que vivió en el vientre de su propia madre. El poder del símbolo opera directamente sobre el pensar y el sentir, por lo que desde ahí se opera la transformación. A continuación se revisará los símbolos que comprende el temaskalli.

“Para acelerar el parto se da a tomar en una pócima la tierra de los quicios; esto es, de lugares conectados con la salida; o se pone sobre el vientre de la parturienta una chinela, prenda de la indumentaria femenina relacionada con el movimiento. Ya se ha señalado también el ejemplo de la tierra de sepultura para provocar sueño, práctica basada en la analogía entre el dormir y el morir” (Aguirre, 1992: p.235).

En una investigación realizada en el distrito de Tlaxiaco, Oaxaca en la Mixteca Alta, Katz (1993) relata como en la sierra las siembras del maíz se realizan cuando, calentada por el sol de la estación de secas y el fuego de la quema, la tierra recibe la humedad de las primeras lluvias, combinándose así el calor y la humedad para dar vida. De la misma manera, los mixtecos imaginan que la matriz de una mujer fértil es húmeda, y que, a menos que tenga calor, no podrá quedar embarazada, al igual que los campesinos saben que no se debe sembrar cuando ya llovió mucho, porque la tierra se encuentra ya fría.

Ésta relación entre el agua (la humedad) y el calor como un espacio fecundo para que surja la vida, sea en forma de un nuevo brote en la tierra o de un nuevo hijo en el vientre, se encuentra viva en el rito del temaskalli: un espacio que por su humedad, su calor, su oscuridad y su ambiente protegido es propicio para el surgimiento (o el resurgimiento) de la vida.

La analogía entre el temaskalli y el vientre materno no es en absoluto forzada. De hecho se sabe que muchos nacimientos se llevaban a cabo dentro del temaskalli, pues ahí se encontraban las condiciones más similares a las que existen en el vientre materno: calor,

humedad, oscuridad, protección, etc. “Al bañarse uno entra en el vientre oscuro, se cuece y sale, como al nacer, con la cabeza por delante” (Katz, 1993, p.182).

Aunque es indudable que el temaskalli tiene una función medicinal todavía válida hoy en día, también lo es que se ha mantenido hasta el presente por su riqueza simbólica y su función ritual: si después de los embates del tiempo y de la invasión cultural sufrida por el país, si el temaskalli no ha muerto debe ser porque es más que un simple baño, porque aporta más que higiene y salud física.

En éste sentido, el temaskalli es un lugar de transformación, de destrucción y de creación, un lugar entre la muerte y la vida (metafórica y simbólicamente hablando), donde la mujer, después de arriesgar su vida para dar a luz, vuelve como si fuera al útero de la tierra y renace con su fertilidad restaurada por el calor y la humedad, al igual que la tierra necesita del sol y la lluvia.

Continuando con la analogía del temaskalli, Mendoza (2002) así como se tiene el vientre, también se tiene a la luz, el sol que representa el elemento masculino que viene y fertiliza la matriz de la tierra o de la madre (la habitación del temaskalli) para que la vida se conciba. Es por ello que la puerta de entrada de muchos temaskalmeh²⁸ se dirige hacia el oriente, para que sea fertilizada por los primeros rayos de luz del sol. La presencia de los cuatro elementos es un componente común en las cosmovisiones de muchísimas culturas no solo mesoamericanas, sino de todo el mundo, en las cuales aparecen como las cuatro fuerzas primigenias, generadoras de vida. En varias de estas cosmovisiones, los cuatro elementos se encuentran en una estrecha

²⁸ Vocablo nahuat que se refiere al plural del temaskalli.

relación con los procesos de salud y enfermedad, dado que el hombre es concebido como unidad integrada por estas cuatro fuerzas creadoras, la tierra, el agua, el aire y el fuego.

De acuerdo al pensamiento mesoamericano, la salud integral se encuentra en el equilibrio entre estos cuatro elementos (y lo que representan) en el cuerpo y la vida en general; entonces, cuando éste fino equilibrio se pierde es cuando sobreviene la enfermedad o desequilibrio ya sea parcial o integral del ser; manifestado en un nivel físico y/o psicológico.

La idea en la que se basa la medicina del temaskalli es que para generar salud es necesario acercarse, conocer e interactuar de una manera consciente con los elementos que dan vida en su estado más puro: el aire, el agua, la tierra y el fuego puestos en movimiento (ollin)²⁹ para lograr armonizar este equilibrio, y con ello sanar mediante las capacidades purificadoras del agua y del fuego y las características renovadoras y recicladoras de la tierra y el aire. En seguida, el papel y el significado simbólico de cada uno de los elementos:

- **La Tierra**, tiene una eminente cualidad como renovadora, como recicladora de lo viejo, lo descompuesto y lo putrefacto, siendo aquella que logra, a raíz de lo muerto, dar vida, que logra regenerar. De ahí la analogía entre la Tierra y la madre: aquella que guarda y hace germinar las semillas, aquella que recibe a los muertos y los regenera dándoles nueva vida. En la simbología del temaskalli, la tierra se equipara con el cuerpo físico del Hombre. Físicamente, el elemento tierra se encuentra presente en las paredes de barro

²⁹ Vocablo nahuatl que significa movimiento.

con el que se construyen los temaskalmeh, en el suelo fresco sobre el cual uno se sienta durante el ritual y en las piedras que son calentadas.

Rojas (2002) expone que las piedras representan la tierra en su carácter de abuela (por la antigüedad de las mismas) y madre de todas las cosas, símbolos de fortaleza y resistencia. Las piedras son entendidas como huesos de la madre tierra y como tal se les respeta; ya que, al venir de las entrañas mismas de la tierra y al haber sido fuego alguna vez, tienen la capacidad de absorber la energía de éste. Cuando el agua salpica en ellas, el vapor producido se considera el símbolo visible de la respiración de Ipalnemohuani (aquello por lo que todo existe).

Leyva (1999) hace mención de una bella función sagrada llevada a cabo por las piedras, al considerar que éstas se consideran como las intermediarias entre el Hombre y las esencias creadoras de vida: “pues el vapor que surge de ellas lleva los deseos humanos al cielo, o bien las piedras guardan las quejas y errores de los participantes, y por tanto deben ser sacadas en seguida después del baño” (Leyva, 1999: p.38).

- **El agua**, es considerada un símbolo de purificación; la inmersión en ella transforma la condición anterior y permite una nueva forma de existencia; de ahí la cantidad de baños sagrados, bautizos y demás rituales que involucran agua. Entre los nahuas los vasos sanguíneos eran concebidos como ríos, por lo que existe una analogía entre la sangre y el agua, elementos indispensables para la vida en cualquiera de sus dimensiones.

Al agua se encuentra presente en el temaskalli por el té que se vierte sobre las piedras y por el vapor que éstas sueltan, pero también se halla en su dimensión purificadora no solo a nivel físico (por el sudor del cuerpo, manifestación del esfuerzo y lucha propia) sino especialmente a nivel emocional (por las lágrimas que suelen salir durante el rito); de hecho, gente de la tradición relaciona frecuentemente el agua con las emociones humanas; si la tierra se refiere al cuerpo, el agua viene representando toda la vida emocional; como tal; si no se mueve, se estanca y se pudre. Al salir, el baño de agua fresca culmina con el proceso purificador, aportando una clara sensación de revivificación, de renacimiento, de limpieza, etcétera.

- **El aire**, tiene claras propiedades renovadoras y de reciclaje. El aire fresco que uno recibe al salir de un temaskalli resulta tan vivificante como debe ser el primer aliento que un recién nacido toma para aliviar su sensación de asfixia. Para la simbología del temaskalli el aire tiene varios significados. El primero de ellos hace referencia a la vida misma, al ser el aliento vital, aquel que mantiene con vida, aquel que un niño tiene que dar al nacer para que pueda vivir, aquella expiración que uno suelta cuando muere.

“El aire y la respiración entonces se constituyen como símbolos de la vida misma. El ihio o ihio³⁰ es el soplo divino que da principio a la vida de una persona, el mismo que se mantiene y refuerza mediante la respiración. El aliento vital en el organismo que constituye una fuente de energía y vida para el individuo” (Rojas, 2002: p. 9).

³⁰ Vocablo nahuatl que significa aliento.

Por otro lado, el aire se constituye como símbolo del espíritu, que es el principio de renovación constante de la vida interior y con el cual se está en relación recíproca. El aire y la respiración no sólo son indispensables para la vida del cuerpo, sino también lo son para la vida del espíritu; no en balde numerosas tradiciones sagradas y ancestrales como el yoga, meditación zen, kung-fu, entre otras; se basan en la respiración como medio para llegar a alcanzar experiencias de tipo espiritual.

Algunos temaskaleros suelen decir que respirando uno puede lograr casi cualquier cosa. En tercer lugar, el aire va en asociación directa con la palabra y; por ello, con la capacidad de entablar comunicación con el otro. La palabra necesita de los órganos respiratorios para ser pronunciada; razón por la que se considera a los órganos de la respiración no sólo como medios para renovar las energías vitales, sino también para espiritualizar la vida y que un individuo pueda comunicarse con el otro.

- **El Fuego**, es el símbolo universal del cambio, de la transformación, aquél elemento que es capaz de transmutar todo aquello que se deposite sobre él. El fuego con sus cualidades purificadoras y transformadoras, es aquél que todo lo regresa a su forma original, a la cenizas, a la tierra, para que vuelva a comenzar un proceso de formación. El fuego es entonces aquél que regresa a los comienzos, al origen. Es por esto, que al fuego siempre se le encuentra vinculado a actos de purificación, regeneración y transformación. Si el agua es el símbolo de la purificación física y emocional, el fuego lo es de la purificación espiritual; es decir, la esencia del ser y de la transformación interna.

Como purificador, encierra la idea de que destruye lo alterado y prepara al individuo para un renacimiento; es por ello que se relaciona con los cambios cíclicos en general, como los procesos naturales, sociales y rituales. El fuego destruye para luego dar paso a la regeneración, siendo el encargado de propiciar los cambios.

La salud, entendiendo ésta cómo un estado de armonía integral para el individuo se consigue cuando los cuatro elementos están en equilibrio en el individuo, lo cual parece sencillo pero en realidad es difícil debido a que la misma personalidad y las enfermedades o desequilibrios generan movimiento más hacia alguno de estos elementos.

Por ejemplo, una persona que se enoja muy fácilmente estará más orientada al fuego (incluso se dice que “uno está caliente”) mientras que un sujeto que llora constantemente y le cuesta trabajo relacionarse, estará cargado hacia el extremo del agua (podría decirse que esta “aguado” o animarle para que “no se agüite”).

Entendiendo esto, es más fácil comprender por qué el temaskalli ayuda a centrar a un individuo y de esa manera procurarle salud o dicho en términos de medicina tradicional mexicana, procurarle equilibrio: porque ahí dentro se manifiestan los cuatro elementos y con la ayuda de éstos el sujeto puede disminuir sus excesos o estimular sus deficiencias y buscar el camino hacia el equilibrio.

De acuerdo con la tradición nahuatl, antes de iniciar distintos tipos de ceremonias, entre las cuales el temaskalli no es la excepción, se suele hacer un saludo a los siete rumbos cardinales,

a cada uno de los cuales se les pide permiso para poder llevar a cabo el ritual, solicitando su bendición y su protección. Tal acto hunde sus raíces en la cosmovisión mesoamericana del universo, al cual se le concibe organizado en siete sectores a los que les asocian diversas características simbólicas.

Rojas (2010) expone que al pedir permiso a los siete rumbos, se están recordando, honrando y considerando distintas energías fenomenológicas para poder trabajar en el ritual con éstas al favor de los solicitantes, con su bendición. Si se considera las narraciones míticas que se cuentan en la tradición oral mexicana de la época prehispánica donde relatan el origen del mundo y su organización, suelen hacer referencia a una división del espacio en cuatro rumbos o direcciones; cada rumbo cuenta con ciertas características particulares asociadas a sí: colores, plantas, animales, planetas, hombres y mujeres, objetos comunes o ciertas energías y principios divinos.

El acto de pedir permiso a las energías y potencias de cada rumbo significa recordar que dichas energías existen, considerarlas, tenerlas presentes, ofrecerles respeto y solicitarles que permitan y bendigan el trabajo ceremonial que se realizará; procedimiento que desde una perspectiva psicológica se explica como la necesidad que tiene el hombre de adjudicar valores y símbolos a arquetipos culturales y tener un punto de referencia para dar inicio al rito.

El universo mexihka se concibe básicamente en dos planos: uno horizontal, donde se agrupan los cuatro puntos cardinales ya conocidos; y un mundo vertical, donde se colocan trece dimensiones supraterráneas y nueve dimensiones infraterráneas. A continuación se revisará cómo se organizan los rumbos y qué representa cada uno:

- Tahuistampa³¹ (el este), el rumbo por donde todo comienza. El rumbo de la luz, del alba y el amanecer. Representa la inteligencia y la sabiduría. “Corresponde a Ketzalcoatl, al Tezcatlipoka amarillo simbolizando al sol. Siendo el fuego su elemento representativo, es el rumbo de la vegetación, del maíz, el amor, la vida, la juventud, el canto, la fiesta, lo cálido, lugar del sol, el nacimiento y la resurrección” (Quezada, 1984, p.131).

El Oriente es el rumbo por donde nace el sol, de donde llega la luz que hace despertar cada mañana, simbolizando la vida, el nacimiento, la apertura, el inicio, la sabiduría y el conocimiento. Representa también el origen: el rumbo por donde todas las cosas comienzan.

- Sihuatampa³² (el Oeste), donde el sol termina su viaje cíclico por la tierra. Sihuatampa es el rumbo de las mujeres; de las madres muertas en parto, consideradas mujeres guerreras por haber luchado y haber ofrendado su vida para dar nacimiento a otra. Asociado al elemento tierra, es el rumbo de Xipetotec, el desollado, el Tescatipoka Rojo, esencia de la fecundidad y la siembra que simboliza el cambio de piel, la renovación, el continuo renacimiento, la perpetua transformación. “Lugar de las cihuateteo³³, de las mujeres

³¹ Vocablo nahuatl que significa lugar de la luz; de los vocablos:

Tahuis de tahuilli (luz)

Tam de talli (tierra)

Pa de pan (vocablo locativo que significa “en el lugar de”, “sobre”). Traducción literal: sobre la tierra de la luz.

³² Vocablo nahuatl que significa lugar de las mujeres.

Sihua de sihuat (mujer)

tam de talli (tierra)

Pa de pan (vocablo locativo que significa “en el lugar de”, “sobre”). Traducción literal: sobre la tierra de las mujeres.

³³ Vocablo nahuatl que se ha traducido como “madre de las esencias creadoras”

Sihua de sihuat (mujer)

Teteo (plural de esencias creadoras, divinidades, energías).

divinizadas, en donde se encuentra tlazolteotl. Rumbo de la fecundidad y la fertilidad, punto de contacto entre el hombre y el mundo” (Quezada, 1984, p. 131).

- Miktampa³⁴, el rumbo de la muerte, del color negro, la introspección y del conocimiento interno; región de reposo y quietud donde descansan los ancestros, quienes guardan la memoria y heredan la sabiduría y el conocimiento. “Este rumbo es regido por Tezcatlipoca³⁵ Negro, quien encabeza la región de los ancestros a quienes se pide el conocimiento para vivir con sabiduría y sin temor. Relacionado con el elemento aire, es el rumbo de la caza, de la aridez, del hambre y el frío, del invierno, “el lugar sin puertas ni ventanas”. Así como el sur se refiere a los ámbitos colectivos de la vida, el norte gobierna los aspectos de la vida del hombre en lo individual” (Quezada, 1984, p.131).

- Huistampa³⁶, el camino de las espinas donde las dificultades y el dolor de la vida hace sufrir al hombre, pero a la vez fortalece la fuerza de voluntad que generará la energía necesaria para luchar. Es la región de huitzilopochtli³⁷, el teskatipoca azul, el colibrí izquierdo, el señor de la guerra y de la lucha interna. En esta región se manifiesta, la

³⁴ Vocablo nahuatl que se traduce como “sobre la tierra de la muerte”; proviene de los vocablos: mik de miki (muerte), tam de talli (tierra) y pan (vocablo locativo que significa “en el lugar de”, “sobre”).

³⁵ Vocablo nahuatl que significa “Espejo que humea” proviene de los vocablos: teska de teskat (espejo), ti (sufijo de unión – se desconoce con precisión la traducción-) y poca de popoka (humear).

³⁶ Vocablo nahuatl que significa “sobre la tierra de las espinas”, proviene de los vocablos: huiz de huizti (espina), tam de talli (tierra) y pan (vocablo locativo que significa “en el lugar de”, “sobre”).

³⁷ Vocablo nahuatl que significa “el colibrí izquierdo”, proviene de los vocablos: huitzil de huitzilin (colibrí) y opochtli (izquierdo).

disciplina, la constancia y la voluntad necesarias para crecer y asumir la condición de guerrero. Es el rumbo del valor, la fuerza, la paciencia y la resistencia.

“Representa así mismo el rumbo del agua y del conejo (tochti), es decir, la reproducción y generación de vida: el rumbo de donde vienen las brisas calientes trayendo lluvia para las cosechas. El sur gobierna aspectos de la vida del hombre en lo colectivo, refiriéndose a la interconexión humana y el sentido de comunidad y de familia, el ser social y colectivo: el rumbo del otro, de las relaciones y la interdependencia de todos”. (Rojas, 2002, p.10).

- En el quinto y sexto rumbo, se tiene tallipan³⁸ e ilhuikatampa³⁹ y; el primero corresponde al lugar de la tierra, espacio donde se manifiesta el reino animal, vegetal, mineral y por supuesto el reino humano (sabiduría popular); y el segundo, es cielo, del manto estelar y lugar donde habitan las naciones de las estrellas y las nubes.
- Por último, el rumbo del xikti⁴⁰ es el centro, donde vive la pareja creadora ometekuhti⁴¹ y omesihuat⁴² o tonakatekuhti⁴³ y tonakasihuat⁴⁴, el señor y la señora de nuestra carne. El lugar

³⁸ Vocablo nahuatl que significa “sobre su tierra”.

³⁹ Vocablo nahuatl que significa “en el lugar del cielo”; proviene de los vocablos:

Ilhuika de ilhuikat (cielo)

tam de talli (tierra) y

pan (vocablo locativo que significa “en el lugar de”, “sobre”).

⁴⁰ Vocablo nahuatl que significa “ombligo”.

⁴¹ Vocablo nahuatl que significa “señor dual”, proviene de los vocablos:

Ome (dos) y

tekuhti (señor).

⁴² Vocablo nahuatl que significa “mujer dual”, proviene de los vocablos:

Ome (dos) y

Sihuat (mujer).

⁴³ Vocablo nahuatl que significa “nuestro señor de la carne”, proviene de los vocablos:

To (nuestro –pronombre posesivo-)

Naka de nakat (carne) y

tekuhti (señor).

⁴⁴ Vocablo nahuatl que significa “nuestra señora de la carne”, proviene de los vocablos:

To (nuestra –pronombre posesivo-)

Naka de nakat (carne) y

de la esencia dual generadora de toda vida. “El centro es donde mora el olin (movimiento), la síntesis de las otras direcciones”. (Quezada, 1984, p.131). Por ello es el punto creacional por excelencia, a su alrededor se asienta el mundo y de él parte la posibilidad de la diversidad.

Como se habrá visto, el tema de saludar y pedir permiso y protección a los rumbos cardinales es una acción fundamental de la cosmogonía nahuatl. También es cierto que, tras haber transcurrido muchos años desde la aparición del temaskalli, sus modalidades tanto en forma como en contenido son diversas a través de los años y de los lugares. A continuación se expondrá la forma que habitualmente se usa en la mayoría de las comunidades de la Ciudad de México y los alrededores bajo la usanza y tradición mexihka en los últimos veinte años.

La ceremonia comienza con la sahumación del temaskalli, la leña y las piedras volcánicas. Se toman siete leños y cada uno se presenta a los diferentes rumbos con el afán de saludar el rumbo, solicitar el permiso, la bendición y dirigir algún rezo o petición en particular ya sea por la comunidad o a nivel personal; se colocan los primeros cuatro leños en forma de cuadrado y los siguientes tres dentro de éste, formando una cama.

El depósito de los leños se hace en el xikti como ya se había mencionado anteriormente; es decir, el lugar destinado para hacer el encendido del fuego, que consta de una circunferencia de aproximadamente dos metros de diámetro y se encuentra en frente de la puerta del temaskalli

Sihuat (mujer).

a una distancia de dos metros o pegado a la pared de éste en la parte trasera, todo depende del tipo del temaskalli que se esté utilizando.

En éste xikti, antes de formar la cama de leños se hace presente y se deposita una ofrenda en el centro de éste, consta principalmente en hacer un esparcimiento de tabaco molido sobre la tierra y la colocación de frutos, semillas, un trozo de copal blanco y un jarrito de pulque o mezcal. También se ponen varitas delgadas de madera seca y rajitas de ocote para que el encendido sea más fácil.

Posteriormente, se colocan las piedras (de preferencia son cincuenta y dos, ya que éste número simboliza un ciclo de vida para la cultura mexihka) empezando por el oriente, después por el norte, el poniente, el sur y nuevamente por el oriente; es decir, en forma de espiral, de adentro hacia afuera de manera uniforme hasta llegar a la piedra número veintiséis. Luego, se pone otra cama de leños y se continúa acomodando las piedras hasta completar las cincuenta y dos.

Una vez hecha la cama de leños y piedras, se cubre ésta con varas no tan delgadas de madera seca a manera de cubrir todas las piedras; las varas se colocan de forma horizontal conformando como una pirámide o inipi⁴⁵ sobre las piedras. A continuación se colocan más rajadas de ocote entre las varas gruesas y se reparte el demás ocote entre los participantes o personas destinadas a encender la fogata; para ello, ya teniendo el popochkomit⁴⁶ encendido, se le sopla a

⁴⁵ Vocablo lakota que se traduce como “cabaña de sudar”.

⁴⁶ Vocablo nahuatl que hoy en día se entiende como copalera o incensario. Se refiere a un objeto de barro con oquedad muy similar a una copa, donde se deposita brazas de carbón prendido para después esparcir polvo de copal o alguna

éste hasta obtener una llama para encender los ocotes y llevarlos hacia la cama de piedras, tratando de cubrir y encender a la vez los cuatro lados de la cama.

Muchas personas pueden participar en el encendido del fuego; sin embargo, es una (comúnmente un hombre) quien se encuentra al frente liderando dicha actividad, a ésta persona se le conoce como “águila de fuego” y es la encargada de iniciar el encendido, mantener vivo el fuego alimentándolo con la madera necesaria, cuidar que todas las piedras se calienten de la forma más uniforme posible, hacer el té medicinal para las piedras y para tomar (busca dos espacios seguros dentro de la fogata y acomoda dos ollas de barro con agua, mientras la temaskalera⁴⁷ escoge las plantas medicinales que utilizará para ambos tés, -las plantas se escogerán de acuerdo a las necesidades y fines del temaskalli, de la temporada del año y de las posibilidades de adquisición-). Estando ya calientes las piedras, es el encargado quien las recoge con un biello, les sacude la ceniza con un ramo de pirul y las lleva hacia el centro del temaskalli cuando sea solicitado por el temaskalero.

Mientras el águila de fuego prepara el té y sigue acomodando la leña y piedras; junto con él, los demás participantes se colocan alrededor del fuego formando un círculo e inician una serie de cantos tradicionales que pueden ser en idioma nahuatl, lakota, maya, en castellano o simplemente guturales, pero que son antiguos y se han utilizado con fines rituales concernientes al fuego y al temaskalli. Así pasa el tiempo (aproximadamente una hora y media o dos) cantando

mezcla de plantas medicinales aromáticas secas con el fin de producir un humo aromático. Proviene de las raíces: popoch de popochka (humear) y komit (vasija). Literalmente: vasija que humea.

⁴⁷ Vocablo que se entiende como “la que lleva o guía el temaskalli”. Cabe mencionar que dicho vocablo es un concepto confuso y mal construido (lingüísticamente hablando) ya que proviene de raíces tanto nahuas como españolas.

y haciendo rezos hasta que las piedras están lo suficientemente calientes para entrar al temaskalli.

La persona encargada de manipular el popochkomit (comúnmente una mujer) convoca a los participantes a cambiarse de ropa (las mujeres utilizan un huipilli⁴⁸ o falda y blusa holgadas, los hombres un short o mastat⁴⁹); después hacen una fila para ser sahumados; lo cual consiste en esparcir humo de copal alrededor del cuerpo soplándole al popochkomit con cada uno de los participantes. Este rito se hace con el fin de armonizar y generar un ambiente equilibrado; se cree que si todos los usuarios respiran el mismo aroma y son envueltos en una nube del mismo humo; éstos se armonizan y vibran a una misma frecuencia de pensamientos y emociones.

Por otro lado; la persona encargada de llevar a cabo el rito, ya se encuentra dentro del temaskalli sentada en la puerta de éste, para ir recibiendo a los usuarios y dando las siguientes indicaciones a cada uno de éstos:

- Por favor coloca tu frente sobre la tierra y di: “ome teot”, pido permiso para entrar y sanar todas mis relaciones.

El guía lo recibe y le contesta:

- Que así sea, bienvenido seas guerrero (a).

Así el temaskalero le da la bienvenida y le indica cuál es su lugar. Éste procedimiento lo hace con cada uno de los participantes. Una vez ya estando todos adentro, sentados y en silencio; el

⁴⁸ Vestido elaborado con telar de cintura con bordados.

⁴⁹ Atavío antiguo mexihka utilizado por los varones para cubrir sus genitales. Hecho comúnmente de manta o algodón.

guía solicita que entre cierto número de piedras (comúnmente son trece), las piedras van entrando una por una y son colocadas en el xikti del temaskalli, después entra la olla de té medicinal se presenta ante las piedras y se solicita que se cierre la puerta.

Dentro de los utensilios usados dentro del temaskalli se tiene el kopalli⁵⁰ (comúnmente, hoy en día se dice copal) y los kahuasti⁵¹, que son solicitados antes de que entren las piedras y son utilizados para recibir a éstas.

El copal entra en una vasija de barro o guaje y se utiliza en un acto simbólico para saludar a las abuelas piedras depositando un poco de copal sobre las piedras calientes y los kahausti pueden ser dos varas de madera resistentes o un par de astas de venado que se utilizan para recibir las piedras y ayudar a colocarlas dentro xikti.

Una vez que ya entró el agua, también se pide los ayakachti⁵² y el chimal huehuet⁵³ junto con el ramo de hierbas para esparcir el té. El copal y los kahuasti se sacan después de haberlos utilizado y antes de cerrar la puerta. Es en éste momento donde justamente comienza el rito, tras la puerta cerrada, en completo silencio y oscuridad cuando la temaskalera da la bienvenida y hace la apertura, puede ser que recite lo siguiente:

⁵⁰ Vocablo nahuatl que se refiere a la resina aromática del árbol con el mismo nombre.

⁵¹ Vocablo nahuatl que significa “herramienta”, comúnmente hecha de madera.

⁵² Vocablo nahuatl que significa “sonaja”, comúnmente hecha con guaje cirial rellena de piedras de hormiguero.

⁵³ Vocablo nahuatl que se entiende como “tambor de mano”. Proviene de los vocablos:

chimal de chimalli (escudo) y

huehuet (antiguo o viejo). Aquí, la traducción no es literal sino metafórica, ya que el tambor se pone en la mano como una chimalli y huehuet porque se invoca el toque del corazón del universo y éste, es muy antiguo.

“Bienvenidos sean a la representación simbólica del vientre de la madre tierra, aquí donde uno entra a morir para renacer de nuevo, aquí donde uno viene a sanar las enfermedades del cuerpo, los desequilibrios emocionales y desarrollar la disciplina para el conocimiento de sí mismo y el entorno; conociendo el macrocosmos en el microcosmos a la vez” (Oración popular y tradicional). También se puede complementar con una oración en nahuatl, puede ser la siguiente:

“Ika iixpanzinko in ome teotl, in toke nahuake huehuetēotl, ipalnemohuani, temoyokoyani; axkan tipehuaskeh totekiuh in temaskalihtik. Axkan tipehuaskeh totekiuh ika toteotaholhuan, tokuikah ihuan tonekahualis.

In topilachtotakazizintin ihuan topilachtosihuazizintin ta mah ximopanoltikan, ta mah ximotalikan, ta mah ximosehuikan anmo mahzin, anmokuauhzontekozin, anmoikxiuhzin, anmoyollozin ihuan anmotonalzin.

Fa mah xitechmomakilikeh se kualli pahti itechpa toyollo itechpa in semanahuak”.

(Oración nahuatl tradicional en el rito del temaskalli).

Lo cual se puede comprender como:

“Con el permiso de la energía dual, de la energía antigua del fuego que hace que todo permanezca cerca y junto con su propio espacio como los dedos de la mano, de aquello por lo que todo existe, de aquél que se recrea y lo recrea todo a cada instante; ahora empieza nuestro trabajo en el interior del temaskalli, ahora empieza nuestro trabajo con nuestras palabras sagradas, con nuestros rezos, con nuestros cantos y nuestros silencios.

Por favor pasen las esencias de nuestros venerables hombres y mujeres del inicio, nuestros antepasados, por favor siéntense y descansen sus venerables manos, sus venerables cabezas, sus venerables pies, sus venerables corazones y sus venerables espíritus.

Por favor, danos una buena medicina para nuestro corazón, para el mundo entero”

El siguiente paso consiste en otorgar la palabra a cada uno de los participantes que se encuentran sentados en círculo, con el afán de conocer su nombre, su ocupación y hacer presente su necesidad física y/o emocional ante el xikti del temaskalli. La palabra puede corre de izquierda a derecha o viceversa; según sea el caso, abriendo y concluyendo la participación con la frase: “ome teot”⁵⁴.

Una vez concluyendo con la participación de los integrantes, el temaskalero puede continuar con la implementación de unos ejercicios de respiración profunda y estiramiento, hacer ejercicios de meditación o intervenir con algún canto o reflexión en particular. También se puede implementar alguna de las prácticas que influyen en la psicología transpersonal.

Y por supuesto, es en estos momentos cuando el individuo está inmerso en todos los signos y símbolos del temaskalli, acompañado de un estado de relajación profunda donde se puede desarrollar el proceso psicoterapéutico, obviamente dirigido a atender las necesidades del consultante. De acuerdo a éstas demandas, junto con las técnicas conocidas de la psicoterapia (ejercicios de respiración profunda y progresiva, ejercicios de meditación guiada, exposición verbal, catarsis de emociones, realización de cantos, o recapitulación a través del silencio), se

⁵⁴ Vocablo nahuatl que significa: ome (dos) y teot se puede traducir como energía, esencia, fundamento. Y junto alude al principio filosófico de la dualidad.

suma el acto simbólico y metafórico de quemar aquello que ya no es funcional en las piedras, además de hacer el acto de expulsión (por medio de la sudoración) de pensamientos, palabras, posturas, emociones y todo aquello que represente estancamiento y enfermedad.

Es en éste momento, cuando se le acompaña e incita a la persona a gritar, llorar, sacudirse y sudar todo lo que sea nocivo para su ser, respirando las bondades de la plantas medicinales y junto con ello inhalando el equilibrio, la salud y la paz, asociando que el vapor está liberando toda tensión y estancamiento de pensamientos y emociones; que el respirar profundamente aromas suaves y agradables en un cuerpo desintoxicado permite concebir el ser y entorno de manera diferentes, creando así nuevas cogniciones. Por esto, durante la realización de las diversas actividades, el guía está esparciendo el té medicinal sobre las piedras generando el vapor característico del baño del temaskalli para propiciar la sudoración del cuerpo; y así activar el proceso terapéutico a nivel físico y mental/emocional con los diversos ejercicios.

Todas y cada una de estas actividades se realizan dentro de los cuatro tiempos llamados “puertas” (espacios donde literalmente se abre la puerta del temaskalli para introducir más piedras y té medicinal). Dichas actividades se escogerán de acuerdo a las necesidades e intenciones particulares de cada rito del temaskalli; siempre encuadradas y fundamentadas en la cosmogonía de la tradición mexihka, ya expuesta anteriormente.

Las personas que llevan a cabo el rito del temaskalli (sean psicólogos o no) desaparecen la individualización tan característica de hoy en día en los hombres. Por un lado, hacen que la persona se sienta bien consigo misma, y por otro lado, fomentan la ayuda y cooperación mutua

entre las personas, integrándolas como grupo. Así pues, preservan los usos, costumbres y creencias moldeadas por la cultura en cada región.

Antes de finalizar la cuarta puerta, se solicita a los participantes que tomen la palabra y expresen lo que les ha dejado la experiencia del ritual y agradecer por haber formado parte de él, cuando se ha concluido ésta parte, se solicita que sea abierta la puerta y los integrantes van saliendo uno a uno para después ser bañados con agua fría y después de secarse se envuelven en una sábana para pasar posteriormente a un área de descanso donde se encuentran petates o colchonetas para reposar el baño. Pasado un tiempo, los participantes se levantan, se visten y se disponen a compartir los alimentos que han sido previamente preparados por los anfitriones del lugar. Comúnmente los alimentos son ligeros y muy saludables; puede ir desde una ensalada de frutas o verduras hasta un consomé de pollo, caldo de pescado, acompañado de suero natural, agua de frutas o agua simple.

Capítulo 5: Conclusiones

Tras el análisis documental se tienen algunos puntos a revisar; en primera instancia, es necesario aclarar que el temaskalli como un símbolo del vientre materno, al cual se regresa para morir y nacer de nuevo; no tiene nada que ver con la teoría psicoanalítica de Freud; son significados y significantes enmarcados por tiempos, espacios geográficos y condiciones culturales muy diferentes.

Además que, para el estudio y caso del temaskalli cabe destacar que es un tema abarcado aquí de manera seria; hoy en día es un tema muy común, tratado frecuentemente de manera mística e incluso con argumentos místicos y poco precisos. De acuerdo con Sánchez (2015) es de entenderse que místico se refiere al conocimiento especializado no comunicable, se apoya de prácticas de todo tipo, que tienen como trasfondo un esquema religioso general.

El misticismo se refiere a prácticas enmarcadas por una tradición antigua sustentada por la emoción y un sistema de creencias donde existen fuerzas ocultas. Éstas prácticas tienen liturgia (ya se había comentado que son ritos estipulados con precisión, de origen desconocido o denunciado), encuadrado por un proceso de convencimiento.

Con respecto a lo anterior cabe analizar que toda la información que se tiene con razón al temaskalli es esencialmente imprecisa. Partiendo de que México cuenta con dos versiones de modelo de mundo (por un lado está la visión tolteca y por el otro la renacentista-ilustración, correspondientes a los siglos XV y XVI); se tiene que toda información está enmarcada por la

ciencia de la época ilustrativa; más no tolteca (visión que determina la cosmogonía mexihka), no se sabe con precisión si el temaskalli era místico, técnico o los dos; lo que es cierto, es que hoy día comúnmente se tiene una impresión mística.

En la actualidad se estudia a partir de una organización y visión religiosa occidental; es decir, todos los conceptos mencionados para el estudio del temaskalli, son conceptos para el uso moderno de rito. En la mayoría de los casos, el temaskalli lo han retomado con usos comerciales y le dan un encuadre no siempre bien fundamentado. Es un intento de rescate de cultura mexihka; es difícil que sea original y más difícil es saber qué y cómo es lo original. Cabe aclarar que no se encontró una fuente confiable que sustente éste concepto del vientre materno, pero es algo que se maneja en la actualidad de manera empírica.

Fray Diego de Durán, autor de la Historia de las Indias de Nueva España e islas de Tierra Firme, a veces referida como Códice Durán; (que fue editado por vez primera en varios volúmenes entre 1867 y 1880); realizó escritos donde denunciaba la práctica y creencia indígena verdadera; aunque este hecho produjo muchas muertes en aquellos tiempos; hoy día, se puede utilizar como una fuente fidedigna.

Sin embargo, aún hay mucho más que investigar, analizar y reconstruir para entender el pasado que en parte, sustenta la sociedad actual mexicana y crear herramientas o funciones heurísticas que mejoren las condiciones de vida para dicha sociedad.

De ésta manera, para el caso de la psicoterapia, se tiene que la práctica del rito del temaskalli propicia un proceso cognoscitivo que emprende el conocimiento humano inter e intrapersonal, evolutivo, proactivo y un desarrollo auto organizador, que busca mantener y proteger la coherencia y la integridad de la persona.

“En éste sentido, se conoce al mundo y a uno mismo en un marco de relaciones, siempre en conexión con una relación con los otros. Desde ésta postura, se pretende que el participante pueda vivir en un estado de congruencia en donde pueda pensar lo que hace además de hacer y pensar lo que siente, teniendo en cuenta que su desarrollo no vaya en perjuicio del desarrollo de los demás” (Roque, 2009, p. 163)”.

Con el baño de temaskalli se tiene que es una actividad muy antigua y que, al igual que sus primeros registros se encuentran desde la edad de piedra; acertando también que es una práctica que no sólo se desarrolló en México, sino en otros países e incluso en otros continentes, concluyendo entonces, que la práctica del temaskalli, es un rito que ha venido acompañando la identidad cultural del Hombre, siendo un símbolo para el desarrollo histórico, cultural, religioso y de bienestar integral en las diferentes poblaciones.

Considerar la antigüedad de ésta práctica y que; sin embargo, hasta los días presentes se sigan rescatando y efectuando algunas de sus formas de uso, da la perspectiva de lo importante que ha sido en materia de salud integral y de cohesión social. La desvinculación que ha tenido hoy en día la humanidad con la naturaleza ha traído por consecuencia diferentes padecimientos. El proceso cognoscitivo que se establece en el rito de temaskalli, plantea un estado de salud que

se forma a partir de un transcurso de autoconocimiento para realizar después una reestructuración integral del individuo; que le permita acceder a una mejor calidad de vida consigo mismo y con su entorno.

El rito del temaskalli además de ser una actividad que cede la reinserción cultural, aporta también grandes beneficios psicoterapéuticos que le permite trabajar al individuo todos aquellos estados emocionales y serie de pensamientos que limitan su visión del mundo y que traen consigo enfermedades y malestares físicos. Lo hace a partir de que le permite al individuo por medio de un proceso cognoscitivo una reestructuración de su modelo de mundo.

Por lo cual resulta conveniente que los psicólogos y todos aquellos que se dedican al cuidado de la salud, tengan una visión amplia de las diferentes estrategias de que se pueden valer para el cuidado y mejoramiento de sus consultantes. Una visión en donde, mediante prácticas como el temaskalli, lugar en el que la persona entra con una concepción de que va a renovarse como ser humano aprendiendo a conocer y decidir con consciencia la relación intra e interpersonal como parte de un tratamiento cognoscitivo reestructurante de sí y que además no sólo sea un tratamiento sino una práctica paliativa para preservar el estado de bienestar general.

Es seguro que toda aquella persona que desee emplear el temaskalli como una función heurística en cualquier modalidad de terapia, requerirá tomar la formación y adquirir los conocimientos necesarios para implementarlo. En una analogía se tiene, así como es el psicólogo en la práctica clínica; así es el temaskalero en la práctica ritual. Si además de ser psicólogo se es temaskalero o viceversa, los alcances de la terapia serán más óptimos.

Se está en el entendido de que la mayoría de las ideas y pensamientos en los individuos de hoy en día no han sido del todo funcionales ni racionales, en éste afán de pretender alcanzar el objetivo de una civilización que está en búsqueda de un supuesto progreso social. En éste sentido es importante señalar que uno de los principales marcos de referencia hacia los que hay que voltear la mirada, es toda aquella práctica que permita el desarrollo integral de la persona sin dañar el entorno donde vive, actividades que reinserten particularmente al mexicano a un linaje cultural que sustente y justifique su ser y acción social.

Recordando los objetivos presentados en la introducción, éste es un trabajo que no sólo ha pretendido aportar a la psicología una heurística más en el plano clínico, sino además una reflexión a la humanidad y al mexicano en particular, que induzca al darse cuenta que, en toda acción o no acción repercute en la construcción o destrucción de su persona y del mundo que lo rodea.

Aunque no fue corroborado por esta investigación; en el trabajo de campo, se observa una labor en conjunto con el paciente como con el terapeuta (sea éste, hombre de tradición, psicólogo o ambos) aumentando el respeto y la confianza en curar la enfermedad, transformando el miedo en “fe”, pues ambos poseen ciertas creencias moldeadas por el contexto sociocultural.

En vista de lo revisado la presente investigación propone y concluye que en todo trabajo psicoterapéutico, el psicólogo se enfrenta a sujetos envueltos en un mundo en donde cultura e historia participan en la conformación de sus percepciones, aspecto que debe tomarse en cuenta para futuras investigaciones; si es que el rito del temaskalli cubre o no éstas necesidades, así

como el descubrir en qué tipo de situaciones es recomendable el uso del rito y qué tipo de capacitación se requiere para llevarlo cabo sin perder su esencia ritual; pero, además estar perfilado con una visión psicológica.

Todas éstas teorías, modelos y técnicas se caracterizan de acuerdo con un paradigma particular. Cuando se revisa el campo práctico de la psicoterapia y se encuentra que un terapeuta se ha afiliado a una corriente teórica particular; pareciera ser que se espera que los pacientes se acoplen a su enfoque. Sin embargo, si se amplía un poco más la perspectiva, es posible percatarse de que no es el paciente quien debe acoplarse al modelo desde el que trabaja el especialista, sino que éste último es quien debe poseer el conocimiento, las herramientas necesarias y la flexibilidad de tratamiento para atender al paciente que busca ayuda mediante las estrategias que considere más convenientes.

Quizá ese sea el motivo por el cual hasta la fecha ningún enfoque determinado ha alcanzado el éxito por encima de otros, pues la mira se encuentra puesta en el lugar equivocado. Esta situación abre paso a la inclusión de técnicas que cumplen una función heurística; si bien, no propiamente psicológicas, pero que si coadyuvan a la conformación del trabajo psicológico.

Porqué, en esencia no se sabe; pero se deduce que el mexicano tras haber pasado más de quinientos años en procesos de múltiples formas de invasión y ser sólo un observador pasivo de lo que lo conforma como un ser individual y un ser social; éste empieza a despertar, a levantarse e intentar reestructurarse a partir de su propio centro; retomando los conceptos de salud, enfermedad y mecanismos de intervención propios de su etnia.

Si bien no se descartan las aportaciones occidentales de la ciencia y la tecnología, si se propone enriquecerlas y contextualizarlas con las contribuciones de los conocimientos antiguos y así, abrir la brecha a futuras investigaciones que reestructuren la psicología del mexicano para el mexicano.

Siempre con el afán de ampliar la gama de procedimientos que puedan explicar el comportamiento humano (del mexicano y del resto del mundo en general) en sus diversas dimensiones y así, realizar intervenciones más efectivas.

Si se parte de que en algunos casos, el desequilibrio emocional en un individuo nace por un problema de identidad, a esto se suman las características del individuo y el conflicto por el cual busca ayuda y todo se contextualiza con el ambiente del temaskalli, dichos factores podrían abordarse de una manera más integral para responder a las necesidades de la persona.

Pero para esto, es necesario cambiar la visión existente de que un enfoque es suficiente para abordar cualquier conflicto, a una perspectiva desde la cual sea posible adaptar la intervención en función de dichos (y otros) factores, con el objetivo de alcanzar un grado mayor de efectividad en psicoterapia, pero sobretodo, colocar a la persona en el lugar central que le corresponde; como sujeto activo y cocreador de su propio proceso de reestructuración.

Referencias bibliográficas

- Abbagnano, N. (1974). Diccionario de filosofía. México: Fondo de cultura económica.
- Ackerman, N. (1937). Diagnóstico y tratamiento de las relaciones familiares. Buenos Aires: Paidós.
- Aguilar, F. (2011). El temazcal terapéutico: un espacio para la psicoterapia grupal. Tesis de licenciatura en Psicología. Facultad de Estudios Superiores Iztacala. UNAM: México.
- Aguirre, G. (1992). Medicina y magia. El proceso de aculturación en la estructura colonial. México: Universidad Veracruzana, Instituto Nacional Indigenista, Gobierno de Estado de Veracruz y Fondo de Cultura Económica.
- Alcaraz, R. (2008). La percepción consciente en el marco de la metapsicología de contextos. En: López, R. (Compilación). Reflexiones para la formación del psicólogo. Facultad de Estudios Superiores Iztacala. UNAM; México.
- Alcina, J. (1980). El temazcal en Mesoamérica: evolución, forma y función. Revista española de Antropología. Facultad de Geografía e Historia. Universidad Complutense de Madrid. España.
- Alcina, J. (2000). Temazcalli. Higiene terapéutica, obstetricia y ritual en
- Almendro, M. (2004). Psicología transpersonal: conceptos clave. España: Martínez Roca.
- Almendro, M. (2005). Chamanismo: la vía de la mente nativa. España: Kier.
- Arreola, José María. (1920) *El temazcal o baño de vapor mexicano*, Ethnos, Vol. 1, No. 1, México.
- Ávila, E. (1994). Manual de técnicas de psicoterapia. Un enfoque psicoanalítico. Madrid: Siglo XXI editores.
- Baker, J. (1985). Hacia una nueva psicología de la mujer. España: Altaya.
- Baudrillard, J. (1978). Cultura y simulacro. Barcelona: Kairós.

- Beck, A. (1979): Terapia cognitiva y desórdenes emocionales. Estados Unidos: Nueva librería americana.
- Bernstein, D. y Brokovec, D. (1973). Entrenamiento en relajación progresiva: Un manual para terapeutas. 2ª ed. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Blender, J. y Grinder, R. (2010). La estructura de la magia. Vol. I.: Lenguaje y terapia. Argentina: Cuatro vientos.
- Buber, M. (1977). Yo-Tú. Argentina: Nueva Visión.
- Bulnes, J. (2001). Institución y tradición del temazcal en Mesoamérica. Tesis de Licenciatura en Arqueología. Escuela Nacional de Antropología e Historia.
- Calderón Narváez Guillermo (1981). Conceptos Psiquiátricos en la época prehispánica. Salud Mental Comunitaria. México: Trillas.
- Campbell, J. (2014). El héroe de las mil caras, psicoanálisis del mito. México: Fondo de cultura económica.
- Caparros, A. (1985). Los paradigmas en psicología: sus alternativas y sus crisis. España: Horsori.
- Carnwath, T. y Miller, D. (1989). Psicoterapia conductual en asistencia primaria: manual práctico. Barcelona: Martínez Roca.
- Carpintero, H. (1996). Historia de las ideas psicológicas. España: Pirámide.
- Caso, A. (2003). El pueblo del sol. México: Fondo de cultura económica.
- Celnikier, F. (2007). Construcción cuerpo mente: raíces de la terapia integrativa. Argentina: Salerno.
- Chávez, M. (2013). Soma, transformación y consciencia en el proceso terapéutico. Tesis de Maestría en Psicología. Facultad de Psicología. UNAM: México.
- Daniels, M. (2008). Sombra, yo y espíritu. España: Kairós.

- De Castro, A. y García, G. (2008). Psicología clínica. Fundamentos existenciales. Bogotá: Ediciones Uninorte.
- Diccionario de la real academia española. Descargado en: <http://dle.rae.es/?w=diccionario> El día 12/08/2014 a las 10:45 pm.
- Durán, D. Historia de las Indias de Nueva España e Islas de Tierra firme, v. I y II. México: Conaculta.
- Durkheim, E. (1995). Las formas elementales de la vida religiosa. México: Ediciones Coyoacán.
El día 17/09/2015 a las 5:30 pm.
- el nuevo mundo. Consejo Superior de Investigaciones Científicas. Escuela de Estudios Hispano-Americanos. Sevilla, España.
- Eliade, M (1986). El chamanismo y las técnicas arcaicas del éxtasis. España: Fondo de Cultura Económica.
- Ellis, A. (1999): Terapia racional-emotiva. Mejor salud y superación personal afrontando nuestra realidad. México: Editorial Pax.
- Feixas, G. y Miró, T. (1993). Aproximaciones a la psicoterapia. Una introducción a los tratamientos psicológicos. España: Paidós.
- Fericgla, J. (1997). Al trasluz de la ayahuasca. Cognición, orinomancia y consciencias alternativas. España: La Liebre de Marzo.
- Fernández-Álvarez, H. y Opazo, R. (2004). La integración en psicoterapia. Manual práctico. Barcelona: Paidós.
- Ferrer, J. (2003). Espiritualidad creativa: una visión participativa de lo transpersonal. España: Kairos.
- Foucault, M. (2010). El nacimiento de la clínica. México: alianza.

- Frankl, V. (2000). En el principio era el sentido. Reflexiones en torno al ser humano. España: Paidós.
- Freud, S. (1916). Conferencias de introducción al psicoanálisis (partes I y II). Obras completas. Tomo XV. Argentina: Amorrortu Editores.
- Fuster, L. (2014). Psicoterapias: Principales modelos actuales. Descargado en: <http://www.lluisafuster.com/2014/03/psicoterapias-principales-modelos.html> El día 18/11/2014 a las 4:56 pm.
- García, M. (2011). Movimiento de integración en psicoterapia: desarrollo y panorama actual. Tesis de licenciatura en Psicología. Facultad de psicología. UNAM: México.
- Goldfried, M.; Pachankis, J. y Bell, A. (2005): A History of Psychotherapy Integration. USA: Oxford University Press. Visto en: García, M. (2011). Movimiento de integración en psicoterapia: desarrollo y panorama actual. Tesis de licenciatura en Psicología. Facultad de psicología. UNAM: México.
- González, I. (2005). Dinámicas de comunicación interpersonal en un entorno ritual: la cura del habla en el temazcalli. Tesis de licenciatura en ciencias de la comunicación. Facultad de ciencias políticas y sociales. UNAM: México.
- Grof, S. (1988). Psicología Transpersonal: nacimiento, muerte y trascendencia en psicoterapia. México: Porrúa.
- Grof, S. (1994). La mente holotrópica: los niveles de la consciencia humana. España: Kairós.
- Guidano, F. (1994). El sí-mismo en proceso: Hacia una terapia cognitiva posracionalista. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Guzenda, A. (2007). La vida ritual de las mujeres entre los antiguos nahuas. Tesis de Maestría en estudios latinoamericanos. Facultad de filosofía y letras. UNAM: México.

- Haque, A. (2001). Psychology and Religion: Indicators of integration. North American Journal of Psychology, vol.77, num. 1, pp. 143-152. Citado en: Puente, I. (2014). Complejidad y psicología transpersonal: caos, autoorganización y experiencias. Tesis de doctorado en Psicología. Facultad de Psicología. Universidad Autónoma de Barcelona: España.
- Heidegger, M. (1971). El Ser y el Tiempo. México: Fondo de Cultura Económica.
- Hernández, F. (2000). Antigüedades de la Nueva España. Madrid: ed. Ascensión.
- Hernández, J. (2009). Terapia posmoderna y muerte. Tesis de licenciatura en Psicología. Facultad de Estudios Superiores Zaragoza. UNAM: México.
- Hernández, X. (2000). El baño de temazcal: una terapéutica alternativa en el ámbito psicológico. Tesis de Licenciatura en Psicología. Facultad de Estudios superiores Iztacala. UNAM: México.
- Herrera, M. (1979). El temazcal ¿La nave del diluvio? Astroarqueología mexicana No. 70. Ed. Posada. S. A. México. Pp. 18-21.
- Heuze y de Icaza, P., y Luengas, L., (1990). El temazcal: Una forma de resistencia indígena, Nematihuani. Revista de Psicología y Ciencias Sociales. No. 8. México, Septiembre, P.p. 30-35
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=000118&pid=S1657-9267200600020001300016&lng=en El día 18/04/2015 a las 9:46 pm.
- Katz, Esther, (1993) El temazcal: Entre religión y medicina, en Dabro (comp.), III. Coloquio de historia de la religión en Mesoamérica y áreas afines, México; UNAM, P.p. 173-183.
- Kleinke, C. (1995): Principios comunes en psicoterapia. España: Descléede Brouwer.
- Kriz, J. (1990): Corrientes fundamentales en psicoterapia. (3° reimp.) Buenos Aires: Amorrortu editores.
- Laplanche J. y Pontalis J. (1968). Diccionario de Psicoanálisis. España: Labor.

- Lemus, O. (1989). El temazcal, tradición que se niega a morir. En: México desconocido, numero, 149. P.p. 49-50.
- Lillo, V. (1998). El “Temazcalli”, baño indígena de vapor. Su significación simbólica en el pensamiento mesoamericano: su uso psicoterapéutico en la medicina tradicional mexicana. Tesis de Maestría en Estudios Mesoamericanos. Facultad de Filosofía y Letras. UNAM: México.
- Lopatín (1960) Lopatín, Ivan, 1960, “Origin of the native steam bath”, American Anthropologist, Vol.62. Visto en: Ruiz, E. (2008). El uso del temazcal en Amatlán y Tepoztlán: La resignificación de una práctica socio-cultural. Tesis de Maestría en Antropología. Facultad de Filosofía y letras. UNAM: México.
- López, A. (1998). “La cosmovisión mesoamericana”, en Temas mesoamericanos. Coord. Sonia Lombardo y Enrique Nalda. México: INAH, Conaculta.
- López, A. (2000). Cuerpo humano e ideología. Las concepciones de los antiguos nahuas. Vol. I y II, UNAM. México: Instituto de Investigaciones Antropológicas.
- López, A. (2003). Los mitos del tlacuache. Caminos de la mitología mesoamericana. México: UNAM, Instituto de Investigaciones Antropológicas.
- Loredó, J. (2005). La confesión en la prehistoria de la psicología. Anuario de Psicología, vol. 36, núm. 1, pp. 99-116. España: Universidad de Barcelona. Descargado en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=97017363005>
- Luna, J. (1991). Estudio de las plantas utilizadas en el baño de temazcal en medicina tradicional mexicana. Tesis de licenciatura en biología. Facultad de Ciencias. UNAM: México.
- Mahoney, M. y Freema, A. (1991). Cognición y psicoterapia. Cognición y desarrollo humano. España: Paidós.

- Martínez-Taboas, A. (2008) Psicoterapia integracionista. En Oblitas, L. A. (2008.) Psicoterapias contemporáneas. México: Cengage Learning.
- Martorell, J. L. (2004): Psicoterapias. Escuelas y conceptos básicos. Madrid:Ediciones pirámide.
- Maslow, A. (1954). Motivación y Personalidad. EUA: McGraw Hill.
- Maslow, A. (1969). The farther reaches of human nature. Journal of Transpersonal Psychology, vol. 1, num. 2, pp.1-9. Citado en: Puente, I. (2014). Complejidad y psicología transpersonal: caos, autoorganización y experiencias. Tesis de doctorado en Psicología. Facultad de Psicología. Universidad Autónoma de Barcelona: España.
- Mejía, M. (2003). Conceptos terapéuticos utilizados en la medicina tradicional mesoamericana. México: Herbal.
- Mendoza, G. (2002). Usos terapéuticos de temazcal. Universidad Autónoma Chapingo. Departamento de Fitotecnia. México: Futura.
- Mendoza, G. y Cols. (2011). Ipehualyo in Temazcalyo. Fundamentos del Temazcalli. México: Universidad autónoma de Chapingo.
- Mirapeix, C. (2004): Psicoterapia Cognitivo-Analítica. En Fernández- Álvarez, H. y Opazo, R. (2004). La integración en psicoterapia. Manual práctico. Barcelona: Paidós.
- Moedano, G. (1977). El temazcal y su deidad protectora en la tradición oral. Boletín del departamento de Investigación de las Tradiciones Populares. Dirección General de Arte Popular. SEP. México.
- Mowrer, O. (1946). De la teoría del aprendizaje a los grupos de integridad. Visto en: Gondra, J. (2007). Revista de historia de la psicología. Vol. 28, núm. 2/3. Descargado en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2382960.pdf> El día 25/06/2015 a las 10:13 am.
- Muller, F. (2003). La historia de la psicología. México: FCE.

- Nájera, M. (2003). El don de la sangre en el equilibrio cósmico. El sacrificio y el autosacrificio sangriento entre los antiguos mayas. México: UNAM, Instituto de Investigaciones Filológicas, Centro de Estudios Mayas.
- Nieto, E. (1994). Psicoterapia. Principios y técnicas. México: Pax.
- Organización Mundial de la Salud. (2002). Estrategia de la OMS sobre medicina tradicional. Ginebra: Autor.
- Ortiz, F. (1999). La relación cuerpo-mente. Pasado, presente y futuro de la psicoterapia corporal. México: Pax.
- Pinkola, C. (2001). Mujeres que corren con lobos. España: Sine Quan Non
- Puente, I. (2014). Complejidad y psicología transpersonal: caos, autoorganización y experiencias. Tesis de doctorado en Psicología. Facultad de Psicología. Universidad Autónoma de Barcelona: España.
- Quezada, N.(1984). Enfermedad y maleficio. El curandero en el México colonial, México. UNAM: Instituto de Investigaciones Antropológicas.
- Quiles, J. (2012). Untlatel Azteca en San Cristóbal Ecatepec, Estado de México. Tesis de doctorado en Antropología. Facultad de Filosofía y Letras. UNAM: México.
- Reisman, J. (1971): Toward the integration of psychotherapy. USA: Wiley-Interscience. Visto en: García, M. (2011). Movimiento de integración en psicoterapia: desarrollo y panorama actual. Tesis de licenciatura. UNAM: Facultad de psicología.
- Rodríguez, G. (1993): Terapia rogeriana. En Castanedo, C. (1993). Seis enfoques psicoterapéuticos. México: Manual Moderno.

- Rogers, C. (1951). Psicoterapia centrada en el cliente: practica, implicación y teoría: España, Editorial Paidós.
- Rojas, M. (2010). El temazcalli tradicional en México. México: Tlahui.
- Roque, A. (2009). Terapias alternativas en la atención a problemas psicológicos. Tesis de licenciatura. Facultad de Estudios Superiores Iztacala. UNAM: México.
- Rubia-Vila, J. (2003). La conexión divina. La experiencia mística y la neurobiología. España: Crítica.
- Ruiz J. y Sánchez J. (1998). [Las psicoterapias. Una introducción para profesionales sanitarios.](#) Descargado en: <http://www.psicologia-online.com/links/JG/ESMUbada/Libros/ProfSanitarios/profesionales.htm> El día 03/01/2016 a las 05:04 pm.
- Ruiz, E. (2008). El uso del temazcal en Amatlán y Tepoztlán: La resignificación de una práctica socio-cultural. Tesis de Maestría en Antropología. Facultad de Filosofía y letras. UNAM: México.
- Sampson, A. (2001). Revista colombiana de psiquiatría, XXX (004).
- Sánchez, J. (s/f). Modelo heptacategorial de psicología. Material didáctico inédito.
- Sánchez, P. (2003). El temazcal. Uso ceremonial y terapéutico. México: Conaculta.
- Schleider, M. (2014). Heurísticas: los atajos de tu mente. Universidad Austral: IAE, Business school. Descargado en: <https://www.youtube.com/watch?v=pJI8LfnPPB8> El día 06/04/14. A las 4: 18 pm.
- Serrano, J. (2007). La psicoterapia breve caracterioanalítica (PBC). Una respuesta psicosocial al sufrimiento emocional, individual y de pareja. Madrid: Biblioteca nueva.

- Skinner, F. (1975b). La naturaleza genérica de los conceptos de estímulo y respuesta. En Registro acumulativo: Selección de la obra de Skinner realizada por el propio autor (pp. 511-534). Barcelona: Fontanella. Descargado en:
- Sutich, A. (1969). Some considerations regarding transpersonal psychology. *Journal of Transpersonal Psychology*, vol. 1, num 1, pp. 11-20. Citado en: Puente, I. (2014). Complejidad y psicología transpersonal: caos, autoorganización y experiencias. Tesis de doctorado en Psicología. Facultad de Psicología. Universidad Autónoma de Barcelona: España.
- Sutich, A. (1976). The emergence of the transpersonal orientation: a personal account. *Journal of Transpersonal Psychology* 1976, 8 (1): 5-19. Citado en: Puente, I. (2014). Complejidad y psicología transpersonal: caos, autoorganización y experiencias. Tesis de doctorado en Psicología. Facultad de Psicología. Universidad Autónoma de Barcelona: España.
- Tart, C. (1972). *Altered States of Consciousness*. E.U.A: Anchor. Citado en: Puente, I. (2014). Complejidad y psicología transpersonal: caos, autoorganización y experiencias. Tesis de doctorado en Psicología. Facultad de Psicología. Universidad Autónoma de Barcelona: España.
- Tart, C. (1979). *Psicologías Transpersonales*. Argentina: Paidós.
- Velasco, A. (2000). *El concepto de heurística en las ciencias y las humanidades*. México: S. XXI.
- Wadeley, A.; Birch, A.; Malim, T. (2003): *Perspectives in psychology*. Great Britain: PalgraveMacmillan. Visto en: García, M. (2011). *Movimiento de integración en psicoterapia: desarrollo y panorama actual*. Tesis de licenciatura en Psicología. Facultad de psicología. UNAM: México.
- Walsh, R. y Vaughan, F. (Eds) (1982). *Más allá del ego*. España: Kairós.

- Winkler, J. (1990). El grupo operativo en la formación universitaria del Psicólogo Clínico. Paris, Francia: Universidad de París.
- Wolpe, J. (1977). La práctica de la terapia de conducta. México: Trillas.

Referencias infográficas

- Ilustración 1. Fragmento de la pintura del temaskalli en el folio 77r. Códice Magliabechiano (Quiles, 2012: p. 151).
- Ilustración 2. Códice Tudela, folio 62r, pintura del baño de vapor prehispánico o temaskalli (Quiles, 2012: p. 154).
- Ilustración 3. Códice Florentino, Libro XI, folio 180, lámina referente al baño de temaskalli (Quiles, 2012: p. 156).
- Ilustración 4. Lámina 3 del Códice Aubin o Manuscrito de 1576 (Quiles, 2012: p. 157).
- Ilustración 5. Pinturas contenidas en el Códice Bodley que representan temazcales prehispánicos (Quiles, 2012: p. 159).
- Ilustración 6. Página 10-IV del Códice Selden (Quiles, 2012: p. 161).
- Ilustración 7. Sacrificio humano al interior de un temaskalli Códice Nuttall, Lámina 81 (Quiles, 2012: p. 162).
- Ilustración 8. Sección superior derecha de la Lámina 16 del Códice Nuttall (Quiles, 2012: 163).
- Ilustración 9. Lámina 15 del Códice Vindobonensis, en donde aparece una relación de diferentes temazcales, al igual que en la Lámina 31 del mismo código (se presenta únicamente la Lámina 15 dado el estado de deterioro sufrido por la Lámina 31) (Quiles, 2012: 164).
- Ilustración 10. Temaskalli en la Lámina 30 del Códice Vindobonensis, el cual guarda gran parecido morfológico y de constitución en la representación con los temazcales en el Grupo Magliabechiano (Quiles, 2012: p. 165).

- Ilustración 11. Representación de un temaskalli en la Lámina 46 del Códice Vindobonensis, en donde se hace especial énfasis en el elemento agua y su relación con estas estructuras (Quiles, 2012: p. 166).
- Ilustración 12. Sección de la Lámina 5 del Códice Mendoza (Matrícula de tributos), en donde aparece el glifo de Temazcalapan (actual Temazcalapa, Estado de México). A la derecha se encuentra la imagen correspondiente pero del Códice Mendocino (Quiles, 2012: p. 166).
- Ilustración 13. Lámina 32 del Códice Borgia, esquina superior izquierda (Quiles, 2012: p. 168).
- Ilustración 14. Foja 15 recto, Códice Cozcatzin (Quiles, 2012: p. 169).
- Ilustración 15. Lámina del temezcal o “Hipocausto Mexicano”, de Clavigero, Historia Antigua de México T.I, pág. 388 (Quiles, 2012: p. 171).
- Ilustración 16. Temaskalli en el códice Magliabecchi. Descargado en: <http://www.ugr.es/~mcaceres/entretextos/entre17-18/prieto.html>. El día 22/09/14 a las 9:41 pm.
- Ilustración 17. Tosi, Temaskaltosi (nuestra abuela), teteoinan (madre de los dioses), talli iyollo (corazón de la tierra). Descargado en: <http://4.bp.blogspot.com/-ewyoSrNqDoU/TVij2KH3ReI/AAAAAAAAACJU/qDy0TXm6rn4/s1600/2+huehueteotl.jpeg> El día 02/01/17 a las 06:59 pm. (figura izquierda) y https://www.google.com.mx/search?q=toci&client=firefox-b&source=lnms&tbn=isch&sa=X&ved=0ahUKEwj43JGS4aTRAhUX0mMKHccZDawQ_AUICCgB&biw=1920&bih=946#imgdii=EFvgU5AtsLDRIM%3A%3BEFv El día 02/01/17 a las 07:02 pm.

- Ilustración 18. Sihuateteo (mujer madre de las esencias creadoras). Descargado en:
https://www.google.com.mx/search?q=atlaltonan&client=firefox-b&biw=1920&bih=946&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwjldXj5KTRAhUD9WMKHTEPDHcQ_AUIBygC#tbn=isch&q=cihuateteo&img El día 20/01/17 a las 07: 18 pm.
- Ilustración 19. Yohualtisit (curanera de la noche, esencia regidora de las curanderas, parteras y temskaleras). Descargado en: https://www.google.com.mx/search?q=atlaltonan&client=firefox-b&biw=1920&bih=946&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwjldXj5KTRAhUD9WMKHTEPDHcQ_AUIBygC#tbn=isch&q=yohualticitl&img El día 02/01/17 a las 07:29 pm
- Ilustración 20. Mesti (advocación de la luna). Descargado en:
<https://secretosenigmasmisterios.blogspot.mx/2015/02/principales-dioses-mitologia-mexicana-y.html> El día 08/01/17 a las 06:50 pm
- Ilustración 21. Xiuhtekuhiti (señor del fuego, advocación del fuego cósmico). Descargado en:
<https://secretosenigmasmisterios.blogspot.mx/2015/02/principales-dioses-mitologia-mexicana-y.html> El día 09/01/17 a las 11:51 am.
- Ilustración 22. Huehuateot (esencia antigua, advocación del fuego primario). Descargado en:
<https://www.google.com.mx/search?q=huehuateotl&espv=2&biw=1920&bih=974&tbn=isch&tbid=1&source=univ&sa=X&ved=0ahUKEwj6jtex0LXRAhVIsIQKHxawDqAQsAQIJg#imgrc=CcITNiqNGOspkM%3A> El día 09/01/17 a las 11:55 am.