

ABSTRACTS 2017, 9(2)

Empirical Studies

Crossing the Styx: A Transpersonal Exploration of the Death of the Other
Dwight Turner

The Experience of Therapists Using the Buddhist Dharma and Meditation in Their Psychotherapy Practice
Helen Carter and Dennis Greenwood

The Peacepath of the Rainbow Warriors: Prosocial Orientation
Javier Palacios-Fenech, Christina Schnelker and Joaquin Ramirez Venegas

Selective Attention During Transpersonal Experiences Surrounding Death
Madeleine Lawrence

Theoretical Studies

Ansiedad, Meditación y Mindfulness
Sonia García Serrano y Joaquín Vidal López

Crossing the Styx: A Transpersonal Exploration of the Death of the Other

Cruzando el Río Estigia: Una Exploración Transpersonal de la Muerte del Otro

Dwight Turner*

University of Brighton
Brighton, England, UK

Abstract

Introduction: Influenced by post-colonial thinking around difference and diversity, I here present a uniquely transpersonal exploration of difference, and an important definition of spiritual othering. **Objectives:** This research aimed to provide evidence of that being made the other by a majority holds unforeseen unconscious consequences, both psychologically and spiritually. **Methodology:** This phenomenological study used semi-structured interviews to explore 25 participants' unconscious experiences as the other, using meditation, visualizations and drawing. **Results:** Presented as a phenomenological case study, one of the major themes from my research is that spiritual othering leads to the death of the unconscious other within us. **Conclusion:** This research sees spiritual othering as the self-destruction of that which makes us unique, and of that which would aid us in achieving our ultimate spiritual potential.

Keywords: transpersonal, creativity, other, difference, creative imagination

Resumen

Introducción: Influenciado por el pensamiento postcolonial sobre la diferencia y la diversidad, presento aquí una exploración transpersonal única sobre la "diferencia", y una importante definición de la otredad espiritual. **Objetivos:** Esta investigación tuvo como objetivo proporcionar evidencia de las consecuencias inconscientes e imprevistas, tanto psicológicamente como espiritualmente, del hecho por el que el otro crea nuestro concepto de yo. **Metodología:** Este estudio fenomenológico utilizó entrevistas semiestructuradas para explorar las experiencias inconscientes de 25 participantes como un otro, usando meditación, visualizaciones y dibujo. **Resultados:** Presentado como un estudio de caso fenomenológico, uno de los principales temas de mi investigación es que la otredad espiritual conduce a la muerte del otro inconsciente, dentro de nosotros. **Conclusión:** esta investigación ve la diferenciación espiritual como la autodestrucción de aquello que nos hace únicos, y de lo que nos ayudaría a alcanzar nuestro máximo potencial espiritual.

Palabras clave: transpersonal, creatividad, otro, diferencia, imaginación creativa

The Experience of Therapists Using the Buddhist Dharma and Meditation in Their Psychotherapy Practice

La Experiencia de los Terapeutas que Usan el Dharma Budista y la Meditación en su Práctica Psicoterapéutica

Helen Carter¹
University of Brighton
Brighton, UK

Dennis Greenwood²
University of Brighton
Brighton, UK

Abstract

The purpose of this study was to explore the integration of ideas from Buddhism and psychotherapy. Using a qualitative heuristic research design, 8 therapists from both Western psychotherapeutic and 'contemplative psychotherapy' training backgrounds were asked to share their experiences of bringing the Buddhist teachings and practices in to client work. The Tibetan Buddhist system of threefold logic was used to organise the emerging 11 themes: Ground (container, presence, suffering); Path (relationship, skilful means, direct experience); and Fruition (human condition, alleviation of distress); with the remaining themes organised under the interface of East and West (mindfulness movement, spiritual bypassing, and dichotomies). During the immersion phase of the research process another theme emerged: loneliness and a yearning to belong, thus bringing a personal understanding of the Buddhist teachings on suffering and interdependence. The findings of this study support existing theory that suggests the Buddhist view and practices can assist the therapist in their work. A Buddhist mandala created from the themes and subthemes attempts to illustrate the elements of a Buddhism-informed therapy.

Keywords: buddhism-informed psychotherapy, meditation, suffering as a path, therapeutic relationship, east-meets-west

Resumen

El propósito de este estudio fue explorar la integración de ideas del budismo y la psicoterapia. Utilizando un diseño de investigación heurística cualitativa, se solicitó a 8 terapeutas de psicoterapias occidentales y de psicoterapeutas "contemplativos" que compartieran sus experiencias de llevar las enseñanzas y prácticas budistas al trabajo del cliente. El sistema budista tibetano de lógica triple se utilizó para organizar los 11 temas emergentes: Fundamento (contenedor, presencia, sufrimiento); Camino (relación, medios hábiles, experiencia directa); y Logro (condición humana, alivio de la angustia), con los temas restantes que describen la interfaz de Oriente y Occidente (movimiento de atención plena, derivación espiritual y dicotomías). Durante la fase de inmersión del proceso de investigación surgió otro tema: la soledad y el anhelo de pertenecer, lo que trajo una comprensión personal de las enseñanzas budistas sobre el sufrimiento y la interdependencia. Los hallazgos de este estudio apoyan la teoría existente que sugiere que la visión y las prácticas budistas pueden ayudar al terapeuta en su trabajo. Un mandala budista creado a partir de los temas y subtemas intenta ilustrar los elementos de una terapia basada en el budismo.

Palabras clave: psicoterapia informada por el budismo, meditación, sufrimiento como camino, relación terapéutica, este encuentra a oeste

The Peacepath of the Rainbow Warriors: Prosocial Orientation

El Pie de Paz de Los Guerreros del Arco Iris: Orientación Prosocial

**Javier Palacios-
Fenech¹**

Ibero-American
Transpersonal Association
Madrid, Spain

**Christina
Schnelker²**

Gronningen University
Gronningen, Netherlands

**Joaquín Ramírez
Venegas³**

Finis Terrae University
Santiago de Chile, Chile

Abstract

Introduction: Social value orientations are defined as a stable personality trait. Solidarity with strangers has been found to be affected by reputation and punishment mechanisms that modify the outcomes of individuals in interdependent games and real situations. **Objective:** The goal of this study is to investigate social value orientations of individuals who choose to elevate their state of consciousness. **Methodology:** The study is conducted in a field setting taking place in an Ecovillage in South America, addressing the impact of two events directed at urban citizens. These events include activities such as Yoga, exchange of seeds and ancestral rituals aimed at modifying the consciousness of participants. At the end of both events, social value orientations of participants are measured. **Results:** Results show that participants have a high level of prosocial orientation. **Conclusions:** The authors discuss important implications of these results.

Keywords: social value orientation, yoga, free seeds movement, ecovillages, consciousness

Resumen

Introducción: Las orientaciones del valor social se definen como un rasgo de personalidad estable. Se ha descubierto que la solidaridad con extraños se ve afectada por los mecanismos de reputación y castigo que modifican los resultados de las personas en juegos interdependientes y en situaciones reales. **Objetivo:** El objetivo de este estudio es investigar las orientaciones de valor social de las personas que eligen elevar su estado de conciencia. **Metodología:** El estudio se lleva a cabo en un entorno de campo que tiene lugar en una ecoaldea en América del Sur, abordando el impacto de dos eventos dirigidos a ciudadanos urbanos. Estos eventos incluyen actividades tales como Yoga, intercambio de semillas y rituales ancestrales dirigidos a modificar la conciencia de los participantes. Al final de ambos eventos, se miden las orientaciones de valores sociales de los participantes. **Resultados:** Los resultados muestran que los participantes tienen un alto nivel de orientación prosocial. **Conclusiones:** Los autores explican importantes implicaciones de estos resultados.

Palabras clave: orientación al valor social, yoga, movimiento de semillas libres, ecoaldeas, conciencia

Selective Attention During Transpersonal Experiences Surrounding Death

Atención Selectiva Durante las Experiencias Transpersonales en el Proceso de Morir

Madelaine Lawrence*

RnCeus Interactive
Tucson, Arizona

Abstract

Introduction: Little attention is given to how individuals process sensory information during a transpersonal experience. What selective attention processes operate during a transpersonal event is significant to better understand cognitive operations and for selection of target objects in research studies. **Methodology:** Forty case descriptions of observations by subjects during out-of-body experiences (OBEs) during near-death experiences (NDEs) and those separate from NDEs, occurring in hospitalized patients, were selected for content analysis. **Results:** Four stimuli attracted the attention of subjects: seeing out of place or odd objects or events (20%), looking at their injured body (30%), watching people coming to the accident or resuscitations in the hospital (35%), and spiritual body assessment (30%). **Conclusion:** Normally selective attention occurs within a voluntary, goal directed system and an involuntary stimulus driven system. Only one goal directed activity, required in studies, was noted. All other were involuntary stimulus driven selective attention occurrences.

Keywords: out-of-body experiences, near-death experiences, selective attention, content analysis, transpersonal experiences

Resumen

Introducción: Se presta poca atención a cómo los individuos procesan la información sensorial durante una experiencia transpersonal. Lo que los procesos de atención selectiva operan durante un evento transpersonal, es significativo para entender mejor las operaciones cognitivas y la selección de objetos. **Metodología:** Se seleccionaron cuarenta descripciones de casos de sujetos que vivieron experiencias fuera del cuerpo (EFC), experiencias cercanas a la muerte (ECM) y experiencias distintas de las ECM. Fueron pacientes hospitalizados, y se llevó un tipo de análisis de contenido. **Resultados:** Cuatro estímulos atrajeron la atención de los sujetos: ver objetos o eventos extraños fuera de lugar (20%), observar su propio cuerpo lesionado (30%), observar a las personas que llegaban al accidente o las reanimaciones en el hospital (35%), y cierto tipo de evaluación corporal espiritual (30%). **Conclusión:** Normalmente la atención selectiva ocurre dentro de un sistema voluntario, dirigido a una meta y consistente en un sistema impulsado por un estímulo involuntario. En este estudio sólo se observó una actividad dirigida específicamente al objetivo, requerida en los estudios. Todos los demás fueron sucesos de atención selectiva motivados por estímulos involuntarios.

Palabras clave: experiencias fuera del cuerpo, experiencias cercanas a la muerte, atención selectiva, análisis de contenido, experiencias transpersonales

Ansiedad, Meditación y Mindfulness

Anxiety, Meditation and Mindfulness

Sonia García Serrano¹

School of Advanced Education, Research and
Accreditation (SAERA)
Castellón, Spain

Joaquín Vidal López²

School of Advanced Education, Research and
Accreditation (SAERA)
Castellón, Spain

Resumen

Introducción: Existe evidencia científica de que sufrir ansiedad se asocia con altos niveles de estrés. En el campo de la psicología encontramos diversas terapias que pueden ser útiles para paliar o incluso eliminar los síntomas de la ansiedad (nerviosismo, estrés, inquietud motora, inseguridad, temor, irritabilidad, pensamientos distorsionados, etc.). **Objetivos:** Investigar la eficacia de dos terapias, la meditación (búsqueda de la tranquilidad de la mente mediante técnicas que tratan de reducir el flujo de pensamientos) y *mindfulness* (estado de conciencia que implica atender a la experiencia del momento presente), en el tratamiento de los trastornos de ansiedad. **Conclusión:** Los estudios incluidos en esta revisión parecen indicar que tanto la meditación como el *mindfulness* pueden ser efectivos para reducir la ansiedad, aunque los resultados presentan todavía algunas carencias metodológicas, por lo que no es posible llegar a una conclusión firme sobre la eficacia de la meditación y el *mindfulness* en personas que sufren algún trastorno de ansiedad. Es necesario seguir investigando sobre esta temática para aclarar la posible eficacia de este tipo de terapias (meditación y *mindfulness*) para este tratamiento.

Palabras clave: trastornos de ansiedad, meditación, mindfulness

Abstract

Introduction: There is scientific evidence that suffering from anxiety is associated with high levels of stress. Psychology studies include different therapies that may be useful to alleviate or eliminate symptoms of anxiety (nervousness, stress, restlessness, insecurity, fear, irritability, distorted thinking, etc.). **Objective:** The objective of this review is to investigate the efficacy of two therapies; meditation (seek tranquility of mind through techniques that seek to reduce the flow of thoughts) and mindfulness (state of consciousness that implies attending the experience of the present), in the treatment of anxiety disorders. **Conclusion:** The studies included in this review seem to indicate that both, meditation and fullnessness can be effective in reducing anxiety, although the results still have some methodological shortcomings, which is why it is not possible to still reach a firm conclusion about the effectiveness of meditation and mindfulness in people suffering from an anxiety disorder. Further research is needed on this issue to clarify the potential effectiveness of such therapies (meditation and mindfulness) for this treatment.

Keywords: anxiety disorders, meditation, mindfulness