



La Teosofía
en el siglo 21

8 La mente y más allá

Curso creado por
Carlos Pérez Menéndez
SOCIEDAD TEOSÓFICA ESPAÑOLA

¿Por qué estudiar la mente?

- La mente se manifiesta subjetivamente como la corriente de la conciencia.
- Los procesos de la mente son privados.
- La mente es distinta de la emoción pero está muy ligada a ella.
- Es nuestro órgano del conocimiento.



¿Qué es la mente?

- Se define a la mente como los aspectos del intelecto y de la consciencia:

- Percepción
- Memoria
- Pensamiento
- Razonamiento
- Imaginación
- Emoción
- Voluntad

. . .

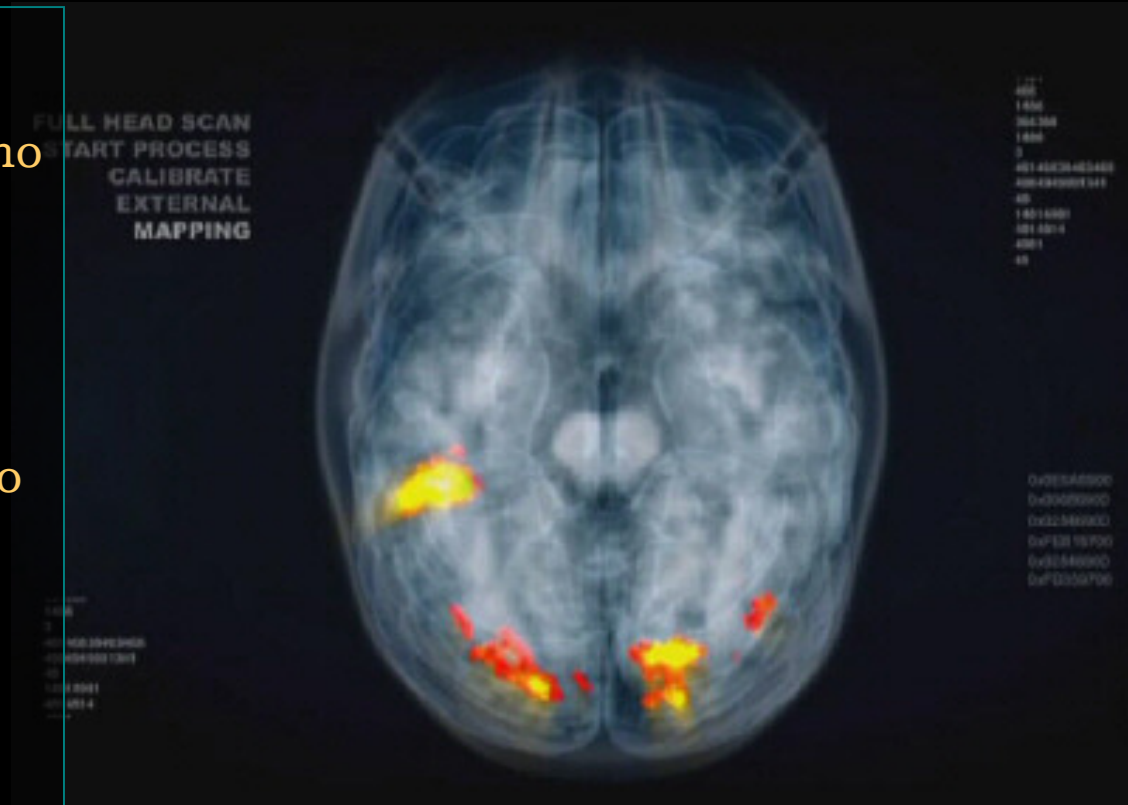
- Es difícil definir sus funciones exactamente.

- Los procesos pueden ser conscientes o inconscientes.



¿Qué nos dice la ciencia?

- La mayoría de científicos considera a la mente como una función resultante, como un producto del cerebro.
- Según ellos las neuronas *producen* el pensamiento.
- Distintas zonas del cerebro se corresponden con distintas actividades mentales.
- Hay una correspondencia estrecha entre mente y cerebro.



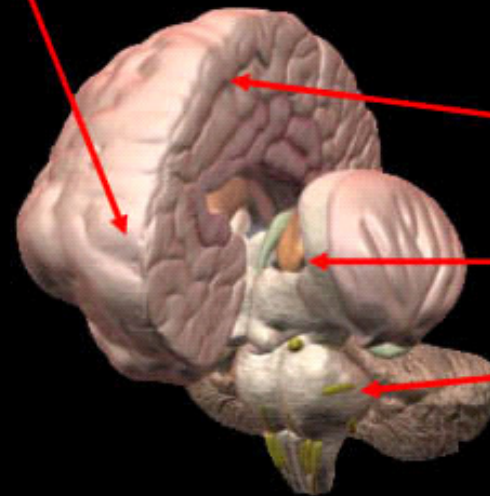
Tomografía de emisión positrónica

Estrictamente hablando, no puede afirmarse que el cerebro es la causa y la mente sólo el efecto

Las emociones según la neurología

- Se considera que las emociones se *originan* en el sistema límbico.
- Las emociones son un sistema de respuesta rápida.
- Hay una conexión directa con el tálamo.
- Nos permiten reaccionar antes que la planificación de la mente.

Lóbulo Prefrontal



Cerebro Humano

Cerebro de Mamífero

Cerebro de Reptil



La relación mente-cerebro

- Hay muchas teorías que ponen énfasis en diferentes aspectos de la relación mente-cerebro o más genéricamente Conciencia y Materia.
- Se dividen en dualistas y monistas.
- Conciencia y Materia son dos aspectos de la misma Realidad.
- La materia actúa sobre la mente pero también la mente sobre el cuerpo (como en el **efecto placebo**).



¿Es el Universo material una proyección de la mente?



¿O es la mente un producto del cerebro?

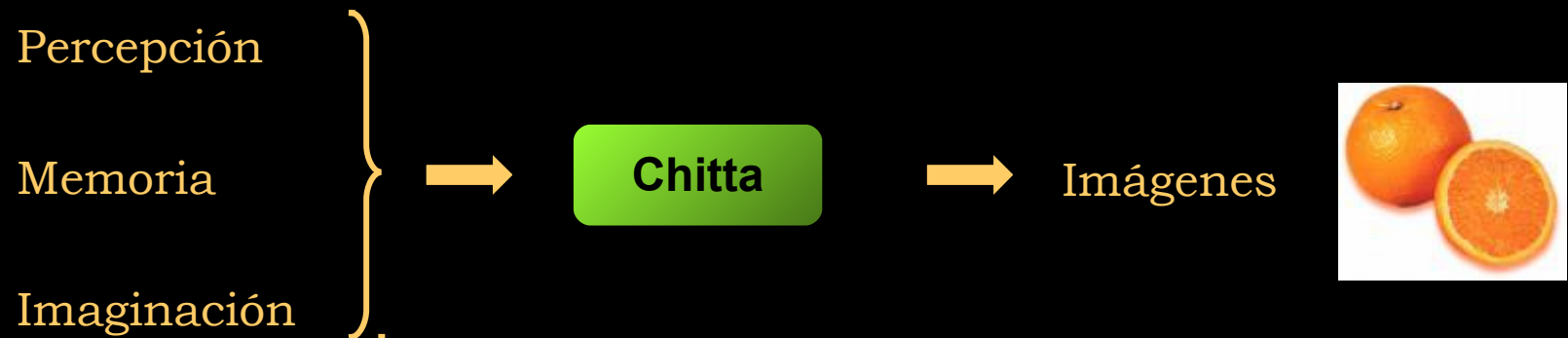
La mente según la Vedanta

- **Chitta.** Es la capacidad de crear imágenes mentales.
- **Manas.** La construcción de la cadena de imágenes.
- **Buddhi.** La luz de la intuición reflejada en la mente.
- **Ahamkara.** El centro de la individualidad.



Chitta

Chitta es la facultad de formar imágenes mentales



- Las imágenes no sólo son visuales, sino que son un agregado de las impresiones de los distintos sentidos.
- Imaginación reproductiva.
- Imaginación inventiva

Manas

Manas es la facultad de crear una sucesión de imágenes mentales que fluye ininterrumpidamente



Corriente de Imágenes

- *Manas*: misma raíz que manantial, manar.
- La corriente de Manas es guiada por la ley de asociación.
- Construimos una red de asociaciones.
- Deseos → cursos posibles → corriente de Manas

Buddhi

Buddhi es la luz de la conciencia que ilumina las imágenes mentales, dándoles significado y sentido

- Buddhi: luz, iluminación, comprensión, modelación.
- Buddhi como propiedad en el Manas es el reflejo del verdadero Buddhi o Intuición, que es el principio de Sabiduría de nuestro Yo superior o individualidad.



Ahamkara

Ahamkara es el centro singular desde donde se proyecta la luz de la conciencia (buddhi) que ilumina la mente



- Ahamkara: *Aham* (el Yo) + *kara* (cosa creada por)
- Es el yo de nuestra vida mental que permanece tras las experiencias cambiantes pero que también crea la ilusión e la separatividad.
- Es el centro de la conciencia individual, que nos hace singulares pero al mismo tiempo está integrado en la Mente Universal.

La mente fragmentada

- El yo distorsiona nuestra percepción de la realidad.
- Nuestra mente unida al deseo filtra, esconde lo temido y magnifica lo deseado.
- Así generamos una mente fragmentada, parcial, condicionada, que nos impide ver la totalidad.
- El problema es la presencia del yo psicológico que condiciona a la mente.



La renovación de la mente

¿Qué hacer?

- Vaciar la mente de contenidos confusos.
- Tener una actitud crítica (filosófica).
- Aceptar la incertidumbre, el juicio diferido.
- No obsesionarse.
- Tener una mente íntegra, no fraccionada.
- Para reflejar la luz de Buddhi la mente debe estar calma (no inactiva).



Para ser útil a nuestra esencia,
la mente debe renovarse

La Yoga

- La Yoga es una filosofía y unas técnicas que buscan alinear la personalidad con el ser interno.
- Patanjali la definió como la ausencia de perturbaciones de la mente.
- La Yoga comienza con una preparación física, moral y psicológica y utiliza la meditación.



Yoga es la supresión de las
modificaciones de la mente

Patanjali

4 pasos de la meditación

- **Atención.** La implicación plena.
- **Concentración.** Enfoque de la mente en el objeto del pensamiento.
- **Meditación.** Introspección. La conciencia se vuelve hacia dentro.
- **Contemplación.** La conciencia realizando la unión.



Para pensar



Observa, reflexiona, investiga, inquiere...
Elabora las siguientes preguntas o sugerencias de reflexión
Pero no te quedes aquí, pregúntate y descubre.