

Contenido

Introducción 1

Capítulo 1

Presentación, encuadre y objetivos. 5

Notas sobre mi itinerario 5

Encuadre y límites 7

Algo más 9

Pararse en hombros de gigantes 12

Objetivos 13

A propósito del ruido 15

Pensar y decir 15

Bibliografía 16

Capítulo 2

La construcción de sí mismo 17

La espada de Merlín 17

Más que superación personal 19

Los materiales de la construcción

del sí mismo 22

Tres niveles de Desarrollo Humano 23

Primer nivel. La superación personal... 23

Segundo nivel. El Desarrollo Humano

Básico 24

Tercer nivel. El Desarrollo Humano

Multidimensional 25

Bibliografía 26

Capítulo 3

Algo raro ha estado sucediendo 27

Buscando adentro 27

La teoría del duende 29

El mago de Fowles. El mago

interior del Desarrollo Humano 31

Construyendo una realidad aparte

El Quijote 33

Las utopías valen 34

Llevar una utopía en la mente 36

Sucesos raros y personas raras 37

El origen del Psicoanálisis 39

Fenómenos extraños en la histeria 40

La aprobación oficial del Psicoanálisis 42

Bibliografía 42

Capítulo 4

Quitando rarezas 43

Sacar lo malo y meter lo bueno 43

Buena terapia... Sacar ideas malas

y meter las buenas 46

Lo imaginario se cura con lo imaginario .. 47

Las doce ideas tontas. Sacar lo

inservible 49

Los datos. Los suicidios masivos

en las llanuras de Waco 51

Conclusiones. Es más fácil morir que vivir 52

Bibliografía 52

Capítulo 5

Las habitaciones del yo escondido.. 53

Las trampas del mago interno.

La sugestión 53

Émile Coué. Sigue el impacto de la

Sugestión 55

Bibliografía 56

Capítulo 6

El misterio más escondido.

¿Palabras de Dios o

burujas químicas? 57

Algo raro ha venido pasando 57

Saulo se construye en Pablo de Tarso 57

Constantino 58

Mahoma 59

Santiago Apóstol 60

Juana de Arco 61

Santa Teresa de Ávila 61

Ignacio de Loyola 62

Brujas, ¿voces demoníacas o

sugestión popular? 63

Las suposiciones 64

Los dos rostros del ser humano.

Reconstruir el amor 64

Bibliografía 68

Capítulo 7

¿Milagros reales o casualidades? ... 69

De curaciones y calabazas 69

Los milagros sospechosos 72

Bibliografía 74

Capítulo 8

El refugio del genio:

El inconsciente.....	75
Tú no eres ésa. El mal genio	77
Jung estaba habitado por un genio	78
Carl Gustav Jung	79
La teoría del diseño como efecto y Dios como causa	82

Capítulo 9

Las interpretaciones.....	83
Las interpretaciones válidas	83
Es válido pensar diferente	84
El espíritu en la máquina.....	84
El casco de Dios	85
Críticos famosos: Feuerbach, Marx y Freud.....	86
El Desarrollo Humano y la historia de la interpretación	88
Bibliografía.....	90

Capítulo 10

Aplicaciones prácticas.....	91
El arte de romper un hechizo.....	91
¿Por qué las as no tienen úlceras?.....	94
Lo bueno de la incertidumbre.....	95
Estrategia: construyendo la fuerza interior.....	95
El caso del compañero de Frankl que tuvo un sueño	97
La estrategia del "como si" de Blas Pascal	98
El cerebro no capta la realidad como si fuera una fotografía	99
Bibliografía.....	100

Capítulo 11

¿Qué es la realidad según el Desarrollo Humano Multidimensional?.....	101
El concepto de realidad	101
La realidad es multidimensional.....	101
La realidad	102
La realidad soy yo, hecho de luz y sombra	103
La realidad y la duda.....	103
El dilema existencial: aceptar o rechazar la realidad	104

El caso del camello número 18	105
El cubo de Necker.....	106

Capítulo 12

Bases filosóficas del Desarrollo Humano Multidimensional.....	107
Emmanuel La fuerza del genio	107
Las aportaciones de Kant al DHM	109
Desarrollo Humano y sentido práctico.....	111
Sopa, tenedor y cuchara.....	112
Miguel de Unamuno Aportaciones Filosóficas.....	114
José Ortega y Gasset y la circunstancia....	115
Otras aportaciones filosóficas.....	115
El lente imperfecto	119
Bibliografía	120

Capítulo 13

Bases psicológicas del Desarrollo Humano Multidimensional	121
Anna Freud y los mecanismos de defensa del yo.....	121
Protegidos contra los golpes de la bronca realidad.....	122
Los mecanismos de defensa son fuente de distorsión.....	124
La mente distorsiona cuando hay intereses económicos.....	124
Las comparaciones y los tres estados de la mente	126
Explicaciones personales son Justificaciones	127
Traduttore-Traditore	130
El elefante desconocido	131
Recetario ideológico de pensamientos terapéuticos.....	132
Bibliografía	136

Capítulo 14

La antropología y la distorsión de la realidad	137
Los tres mecanismos para captar el mundo.....	137
Constructores de mundos y realidades	138
Bibliografía	140

Capítulo 15

Aportaciones de la etología.....	141
Los miedos básicos.....	141

El impacto de los condicionamientos.....	141
Ejemplos de condicionamiento de la conducta humana.....	145
Bibliografía.....	148

Capítulo 16

Bases de la neurociencia.....	149
Cambiar de cerebro y ser otro.....	149
La reconstrucción del yo: el cerebro.....	149
El caso de Phineas Gage.....	150
Reconstruir el yo futuro.....	151
Elementos cerebrales para la reconstrucción yóica.....	154
El instinto religioso y la búsqueda de lo absoluto.....	155
La reconstrucción del yo: fórmulas cerebrales.....	157
Reconstruirse es cambiar el software.....	162
Aplicaciones para la reconstrucción yóica.....	164
Bibliografía.....	166

Capítulo 17

Dejar el sufrimiento inútil.....	167
Detalles raros sobre el sufrimiento según el cerebro.....	167
Experimento sobre las malas Comparaciones.....	169
El cerebro engañado. Un tren entra por la pantalla.....	170
El dolor superado.....	171
El valor del sufrimiento aprovechado.....	173

Capítulo 18

El Desarrollo Humano no es un sistema relativista.....	175
---	------------

Capítulo 19

Soberbia y locura.....	177
Non serviam: la soberbia.....	177
Soberbia y trastornos.....	177
Variaciones de un error existencial.....	178
La aureola.....	180
El santo y el escorpión.....	181
El Desarrollo Humano y el concepto de locura: la locura existe.....	183
Visión antropológica: concepto de locura modificado.....	184
Cuatro tipos de locura.....	186
Bibliografía.....	188

Alfaomega

Capítulo 20

Placer y sobrevivencia.....	189
Los elefantes y el placer del alcohol.....	190
La vida y la felicidad.....	191
Las cuatro preguntas.....	192
Estrategia no común para ser feliz.....	193
Bibliografía.....	194

Capítulo 21

Construcciones reduccionistas del hombre.....	195
--	------------

El hombre estúpido.....	195
Contra diagnósticos rebuscados, explicaciones innecesarias.....	197
Nadie cura a nadie.....	198
Construir el futuro: usar la cabeza en lo importante.....	199
Construir canales para la sabiduría más que para la salud.....	200
La construcción del yo ingenuo.....	201
Bibliografía.....	204

Capítulo 22

Reconstruyendo la imagen de lo humano.....	205
---	------------

La construcción de varios yo.....	208
¿Construirse un yo...?.....	208
Construyendo un yo falso. Así soy yo.....	211
El hombre como misterio.....	213
El pez buscando el océano.....	214
Bibliografía.....	214

Capítulo 23

El concepto de lo divino según el Desarrollo Humano Multidimensional.....	215
El chip divino.....	215
Construyendo un yo con el quehacer de cada día.....	216

Capítulo 24

Reconstruir la vida.....	217
El yo es constructor de realidades.....	217
En el fondo del absurdo está el sentido....	218
La segunda fórmula.....	218
La tercera fórmula.....	219
La cuarta fórmula.....	219
La quinta fórmula.....	219
Que Dios influye en nuestra mente.....	221

El concepto de reduccionismo.....	221
Dos formas de entender el origen del sentimiento religioso.....	223
Los símbolos religiosos.....	225
Dios cerebral inducido por las drogas.....	225
El chip divino dentro del cerebro.....	227

La fórmula de la conciliación entre Dios y mente	228
Dios y el principio de realidad	229
Bibliografía	230
Bibliografía	231