



plantasmaestras.net

Psicoterapia tradicional vs. integración psicodélica

JOSÉ LUIS LÓPEZ DELGADO 2026

Introducción

La confusión entre psicoterapia tradicional e integración psicodélica nace de una ilusión de continuidad que conviene desmontar desde el inicio. Aunque ambas prácticas puedan compartir el vocabulario de la cura, del sufrimiento y de la transformación, no operan sobre el mismo régimen de experiencia ni sobre el mismo estatuto del síntoma. La psicoterapia clásica trabaja, por lo general, en el interior del yo narrativo: interpreta, contiene, regula, resignifica. La integración psicodélica, en cambio, parte de una premisa más radical: la posibilidad de que el yo sea temporalmente desorganizado para que emerja una reorganización más profunda de la psique.

Esta diferencia no es solo técnica; es epistemológica. La terapia conversacional suele actuar como una hermenéutica gradual del malestar, mientras que la experiencia psicodélica introduce una ruptura de marco. Allí donde la psicoterapia explora el mapa, el psicodélico altera el terreno. Y cuando el terreno cambia, no basta con seguir interpretando con los mismos instrumentos: hace falta un nuevo modo de leer, de discernir y de traducir lo vivido en decisiones concretas.

Epistemología del síntoma

La psicoterapia convencional suele entender el síntoma como una señal de disfunción que debe ser atenuada, compensada o elaborada. Desde ese ángulo, la mejoría equivale a menos ansiedad, menos depresión, menos impulsividad, menos sufrimiento visible. No hay nada incorrecto en ese objetivo, pero sí hay una limitación: en muchas ocasiones se trabaja para que el sujeto conviva mejor con su configuración defensiva, no necesariamente para transformarla en su raíz. La economía psíquica se vuelve más eficiente, pero no siempre más verdadera.

La integración psicodélica propone una lógica distinta. El síntoma no es solo algo que estorba; también puede ser una vía de expresión de una tensión psíquica no simbolizada. En vez de suprimirlo, el psicodélico tiende a intensificarlo temporalmente, como si sacara a la superficie aquello que la vida cotidiana mantiene bajo llave. La sesión se convierte así en una especie de laboratorio liminal donde el material reprimido, escindido o no elaborado encuentra una

vía de irrupción. La crisis aguda deja entonces de ser un accidente del proceso para convertirse en parte de su inteligencia intrínseca.

Del coping a la desestructuración

La terapia conversacional, en su forma más establecida, privilegia estrategias de afrontamiento, reencuadres cognitivos y fortalecimiento de recursos egoicos. Esto tiene valor clínico, especialmente cuando el objetivo es mejorar funcionamiento, disminuir síntomas o sostener a una persona en condiciones de alta vulnerabilidad. Pero el psiconauta busca a menudo otra cosa: no solo gestionar el dolor, sino modificar la arquitectura desde la cual ese dolor se organiza.

Ahí aparece la lógica de la desestructuración. Bajo el efecto psicodélico, el sistema psíquico deja de responder como una narrativa cerrada y se vuelve más permeable a asociaciones, memorias, símbolos y afectos previamente separados. La experiencia no avanza por explicación lineal, sino por colapso parcial de las defensas y reorganización posterior. La integración psicodélica necesita, por eso, una psicología capaz de trabajar con discontinuidades, saltos, imágenes, ambivalencias y verdades vividas que no caben del todo en el lenguaje clínico estándar.

La Tríada DEC

La Tríada DEC permite describir la lógica interna del proceso psicodélico con más precisión que el modelo conversacional ordinario. En la fase divergente, la sustancia afloja la rigidez predictiva y descompone la tiranía de la identidad habitual. En la fase emergente, ese campo abierto genera símbolos, emociones y comprensiones súbitas que pueden sentirse como revelaciones. En la fase convergente, el sujeto debe seleccionar, ordenar y encarnar lo recibido para evitar que la experiencia se disperse en metáfora sin efecto.

La terapia tradicional suele moverse sobre todo en el ámbito de la convergencia: conversación, elaboración, insight gradual, cambio progresivo. La integración psicodélica, en cambio, se ve obligada a trabajar con un material que ya pasó por la divergencia y la emergencia. Por eso no puede limitarse a “hablar de la experiencia”; debe convertirla en estructura de vida. El desafío no es interpretar más, sino metabolizar mejor.

El rol del terapeuta

En la psicoterapia clásica, el terapeuta puede intervenir de manera analítica, interpretativa o confrontativa según su orientación. Su tarea consiste en ayudar a ordenar el campo psíquico del paciente mediante una lectura clínica del material que emerge. En la sesión psicodélica, en cambio, el guía cumple una función más cercana al sostén que a la interpretación. Durante

el pico, su tarea principal no es explicar, sino contener; no dirigir la experiencia, sino sostener el espacio para que el proceso siga su curso.

Este cambio de rol es decisivo. Si el terapeuta interpreta demasiado pronto durante la fase aguda, puede interferir con la inteligencia implícita del proceso y generar resistencia, ansiedad o pánico. Por eso la figura del hollow bone resulta tan adecuada: un canal vacío, suficientemente presente para ofrecer seguridad, pero suficientemente no invasivo para no colonizar el contenido de la experiencia. La intervención adecuada no es una sobreproducción de sentido, sino una hospitalidad clínica hacia lo que está intentando nacer.

Sense-making directivo

La gran diferencia entre ambos modelos se vuelve más visible en el post-sesión. La psicoterapia convencional puede trabajar durante meses o años en una elaboración paulatina. La integración psicodélica, en cambio, opera sobre una ventana temporal de alta plasticidad y de especial fragilidad, donde la experiencia aún está viva pero corre el riesgo de evaporarse, distorsionarse o inflarse. La literatura clínica reciente subraya que la integración no es un añadido opcional, sino una fase esencial del protocolo.

Por eso el sense-making debe ser directivo. No basta con escuchar lo que el paciente vio; hay que ayudarlo a traducirlo en decisiones, prioridades y hábitos. La pregunta no es solo “¿qué significó?”, sino “¿qué exige de tu vida?”. Esa diferencia es crucial. El psiconauta puede volver de una experiencia con una carga simbólica inmensa, pero si esa carga no se organiza, se disipa como humo. La integración actúa entonces como el arte de dar forma al relámpago sin apagarlo.

Abducción semiótica

La experiencia psicodélica habla en símbolos, y el símbolo no se agota en una sola interpretación. Por eso la integración exige una abducción semiótica: una inferencia creativa pero rigurosa que permita conectar visión y conducta, imagen y biografía, revelación y responsabilidad. No se trata de tomar cada aparición como un mandato literal, sino de discernir qué transformación sugiere en el plano ético, relacional o existencial.

Aquí la prudencia es indispensable. El riesgo de convertir toda visión en doctrina personal es enorme. Un encuentro con una figura arquetípica no autoriza una lectura totalizante de la realidad. Tampoco una sensación de unidad cósmica vuelve irrelevante la vida cotidiana. La tarea del terapeuta o acompañante consiste en impedir que el sentido se convierta en grandiosidad y que la profundidad se degrade en fantasía cerrada.

Conviene añadir, además, que el símbolo auténtico no clausura el significado, sino que lo abre en capas sucesivas. Por eso una buena integración no pregunta solamente “¿qué significa esto?”, sino también “¿qué me exige vivir de otro modo?”. En ese desplazamiento se juega la diferencia entre una interpretación fascinada por sí misma y una lectura

verdaderamente transformadora. La visión madura no produce certeza absoluta, sino una orientación más fina para habitar la ambigüedad sin caer ni en la inflación ni en la confusión.

Bypass e inflación

Los procesos psicodélicos intensos no solo abren la conciencia; también la exponen a sus propias trampas de reabsorción. Cuando la experiencia toca regiones profundas del ser — unidades oceánicas, descensos al vacío, encuentros arquetípicos, intuiciones de totalidad— el ego no desaparece sin dejar residuos: suele regresar con una nueva estrategia de supervivencia. Dos de sus máscaras más frecuentes son el bypass espiritual y la inflación psíquica. Ambos fenómenos pueden aparecer incluso en experiencias genuinamente valiosas, precisamente porque la potencia de la apertura no garantiza por sí sola madurez de integración.

El bypass espiritual consiste en usar el lenguaje de la trascendencia para evitar el trabajo que la trascendencia exige. Es una forma sofisticada de evasión: el sujeto habla de unidad, amor, vacío, entrega o conciencia expandida, pero lo hace para no atravesar el dolor concreto, la vergüenza, la rabia, la dependencia, la culpa o la responsabilidad relacional. La espiritualidad deja entonces de ser un camino de verdad y se convierte en anestesia simbólica. La persona ya no se pregunta qué siente, qué niega o qué repite; se refugia en fórmulas elevadas que le permiten mantenerse por encima del conflicto sin transformarlo.

La inflación del ego opera de otro modo, pero con el mismo núcleo defensivo. Aquí no se trata de huir del dolor hacia la luz, sino de apropiarse de la luz como signo de superioridad. La experiencia psicodélica se convierte en un pedestal narcisista: “vi más”, “entendí más”, “soy más consciente”, “estoy más allá”. En vez de producir humildad, compasión y mayor capacidad de escucha, la vivencia refuerza la autoimportancia. La psique, tocada por lo numinoso, no se vuelve más amplia, sino más convincente de su propia excepcionalidad. Ese es uno de los grandes riesgos de la cultura psicodélica contemporánea cuando carece de marcos clínicos, éticos y comunitarios sólidos.

Ambos fenómenos comparten una misma lógica: son formas de captura del proceso por parte del yo. La experiencia pudo haber desestabilizado al ego, pero el ego aprende rápidamente a reapropiarse de lo vivido y a convertirlo en identidad mejorada. Ya no dice “tengo un problema”, sino “ya trascendí ese problema”. Ya no dice “estoy herido”, sino “comprendí la herida desde una altura superior”. Ya no dice “necesito ayuda”, sino “mi percepción está más despierta que la de los demás”. En ese punto, la apertura deja de ser apertura y se transforma en una nueva fortaleza identitaria, más sutil pero también más difícil de detectar.

La psicología profunda sabe que toda defensa exitosa suele presentarse como virtud. El bypass parece paz interior, pero puede ser evitación. La inflación parece iluminación, pero puede ser grandiosidad. Por eso la integración madura no se limita a celebrar la intensidad de la experiencia; examina sus frutos. La pregunta decisiva no es cuán extraordinaria fue la visión, sino qué capacidad generó para tolerar la realidad, reparar vínculos, asumir límites y sostener lo incómodo sin huir hacia discursos superiores.

El bypass espiritual puede adoptar formas muy elegantes. Una de las más frecuentes es el uso de frases totalizantes que disuelven la complejidad humana: “todo sucede por algo”, “no hay que resistirse”, “lo negativo es una ilusión”, “si vibras alto, todo se ordena”. En apariencia, estas afirmaciones transmiten sabiduría; en la práctica, pueden bloquear la elaboración emocional. La persona deja de preguntar por el origen de su sufrimiento, por su participación en los conflictos o por los límites de su propia narrativa. El sufrimiento se espiritualiza, pero no se procesa.

Otra señal clara es la minimización del dolor ajeno. Cuando alguien usa la espiritualidad para relativizar el trauma de otros, está convirtiendo la compasión en abstracción. La verdadera profundidad no borra la herida; la mira sin miedo. Tampoco reemplaza la ética por metafísica. Una visión elevada que no se traduce en sensibilidad concreta termina funcionando como ideología de escape. Por eso la integración exige volver al cuerpo, al lenguaje preciso de las emociones y a la responsabilidad relacional.

La inflación del ego, por su parte, suele manifestarse en una serie de rasgos muy reconocibles: convicción de ser especial, lectura exageradamente positiva de las propias visiones, necesidad de validar la experiencia ante otros, dificultad para escuchar críticas y tendencia a convertir la experiencia en credencial de autoridad. El problema no es haber tenido una experiencia intensa, sino usarla para sostener una identidad inflada. En ese caso, lo psicodélico no disuelve el ego: lo corona con símbolos más sofisticados.

La inflación también puede aparecer como misión. El sujeto cree haber recibido un mandato cósmico, una revelación única o una vocación casi profética. Aunque a veces la experiencia sí contenga una dirección vital importante, la prudencia exige distinguir entre sentido existencial y fantasía grandiosa. No toda revelación exige convertirse en proyecto mesiánico. Muchas veces el verdadero trabajo consiste en reducir la escala, encarnar lo aprendido y aceptar que la transformación profunda es discreta, paciente y poco espectacular.

La integración madura cumple precisamente la función de impedir que la experiencia sea secuestrada por estas dos deformaciones. Su tarea no es mantener la persona en un estado de exaltación continua, sino ayudarla a reconocer qué parte de lo vivido es verdad practicable y qué parte es proyección, defensa o residuo emocional sin elaborar. La literatura reciente sobre integración insiste en que este proceso implica dar sentido, incorporar aprendizajes y reducir daños, no solo recordar la sesión.

Desde esta perspectiva, integrar es aprender a preguntar con honestidad: ¿esta idea me vuelve más libre o solo más seguro de mí mismo?, ¿esta comprensión me hace más compasivo o más sofisticado en mi evasión?, ¿esta visión me ayuda a vivir mejor o solo me permite sentirme superior? Tales preguntas son esenciales porque el material psicodélico puede ser luminoso y engañoso al mismo tiempo. Sin criterios de contraste, el sujeto corre el riesgo de mistificar su propio proceso.

La verdad de una experiencia no se mide por su intensidad sino por su encarnación. El bypass espiritual se detecta cuando la persona habla mucho de amor pero no puede sostener un límite; la inflación se detecta cuando habla mucho de humildad pero necesita ser reconocida como elegida. En ambos casos, el trabajo concreto —perdonar, reparar, escuchar, dejar de repetir una conducta, asumir una pérdida, pedir ayuda— queda desplazado por una narrativa autocelebratoria o anestésica.

Por eso la integración no es un apéndice técnico del proceso psicodélico, sino su prueba de verdad. Solo allí se ve si la experiencia abrió conciencia o simplemente refinó la defensa. Solo allí se verifica si el contacto con lo transpersonal condujo a mayor humanidad o a una nueva forma de vanidad espiritual. La madurez no consiste en haber visto más, sino en haberse vuelto más capaz de vivir con menos autoengaño.

Anclaje a tierra

Toda expansión transpersonal exige, tarde o temprano, una caída de regreso al mundo. No porque la altura de la experiencia sea ilusoria, sino porque ninguna revelación alcanza su verdad completa mientras permanece suspendida en el éxtasis de la visión. La conciencia puede abrirse a horizontes de unidad, compasión, interconexión o disolución del yo; puede atravesar umbrales donde el sufrimiento personal parece relativizarse y donde la existencia se presenta como una trama más vasta, inteligible o sagrada. Pero si ese contenido no retorna al cuerpo, al tiempo, a la agenda, al vínculo y a la conducta, su potencia terapéutica se evapora. La integración psicodélica, en este sentido, no es una celebración de lo extraordinario, sino una disciplina de retorno. Su tarea no consiste en prolongar indefinidamente la excepcionalidad del viaje, sino en convertir la visión en forma de vida.

Ese descenso no debe entenderse como una derrota de la experiencia, ni como una traición a su verdad. Más bien es su consumación. Toda comprensión que merezca ese nombre tiene que atravesar el umbral de la encarnación: dejar de ser solo intensidad interior para volverse criterio, gesto, decisión, hábito, ética concreta. El valor de una experiencia no se mide únicamente por la profundidad de su impacto subjetivo, sino por la capacidad que tenga de reorganizar la existencia ordinaria. Allí se juega el verdadero sentido de la convergencia: no en la brillantez del insight aislado, sino en su traducción a una vida más lúcida, más responsable y más coherente.

La visión psicodélica, por intensa que sea, no se confirma en el instante de su aparición, sino en su fecundidad posterior. Una intuición sobre el amor se verifica en el modo en que el sujeto mira a su familia. Una comprensión sobre el ego se verifica en la forma en que reacciona ante la frustración. Una vivencia de unidad se verifica en la manera de tratar a los otros, de administrar el tiempo, de sostener el cuerpo, de enfrentar el trabajo y de responder al impulso automático. En otras palabras, lo vivido debe pasar por el filtro de lo cotidiano. Solo entonces deja de ser una estética del abismo y se convierte en una ética de la encarnación.

Por eso el aterrizaje no consiste simplemente en “volver a la normalidad”. De hecho, muchas veces la normalidad previa era precisamente el problema: una rutina rígida, defensiva, fragmentada o alienada. Aterrizaje significa más bien construir una nueva relación con lo real. El sujeto no regresa igual; regresa con otra sensibilidad, otra escala de valores, otra percepción de sí mismo y de su lugar en el mundo. Pero esa transformación solo se consolida si encuentra anclaje en actos pequeños, repetidos y concretos. La grandeza del insight se mide, en última instancia, por la humildad de su aplicación.

Toda experiencia transpersonal auténtica corre el riesgo de inflarse si no encuentra anclaje somático. El cuerpo es el primer archivo de la integración. Ahí se registra si una comprensión

ha sido realmente asimilada o si permanece como una idea luminosa pero deshabitada. Comer, dormir, respirar, moverse, descansar, regular la energía, tolerar la incomodidad y escuchar las señales internas: todo eso forma parte de la convergencia. La sabiduría que no desciende al cuerpo se vuelve abstracta; la que sí lo hace gana densidad ontológica.

Lo mismo ocurre con el tiempo. Durante la experiencia psicodélica, el tiempo puede expandirse, detenerse o volverse circular. Pero la vida ordinaria exige secuencia, responsabilidad y continuidad. Integrar implica aprender a sostener la tensión entre ambos registros: la apertura visionaria y la temporalidad concreta. Una persona puede comprender en un instante que necesita transformar su vida, pero esa verdad solo se vuelve real cuando se distribuye en semanas, decisiones, límites y persistencia. La integración no es un relámpago; es una arquitectura.

También el mundo externo exige ser reordenado. El trabajo, la casa, los vínculos, la agenda, los hábitos, los entornos digitales y los espacios físicos dejan de ser simples escenarios neutros y pasan a ser interfaces del proceso interno. Si el sujeto ha visto algo verdadero, ese conocimiento debe afectar su modo de habitar el mundo. No basta con sentir más; hay que vivir distinto. No basta con comprender mejor; hay que organizar mejor la existencia para que esa comprensión no se pierda.

El sentido más alto no se demuestra en la altura de la experiencia, sino en la responsabilidad que nace de ella. Esa es una de las paradojas centrales de la integración: cuanto más vasto es lo que se ha vislumbrado, más concreto debe volverse el trabajo posterior. El sujeto que ha tocado una dimensión de compasión profunda no queda autorizado a vivir en la dispersión; el que ha intuido la fragilidad del yo no puede seguir actuando como si nada hubiera cambiado. La revelación impone una ética. Y esa ética no es grandilocuente: se expresa en la capacidad de cumplir una promesa, de reparar un daño, de poner un límite, de dejar de repetir una conducta autodestructiva.

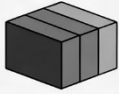
En este punto la convergencia adquiere su sentido más fino: no solo integra contenido, sino que reordena la relación entre conciencia y acto. El conocimiento deja de ser decorativo y se vuelve operativo. Lo vivido deja de pertenecer al dominio de lo inefable para volverse criterio de orientación. La persona ya no pregunta solo “¿qué vi?”, sino “¿qué tipo de vida me exige eso que vi?”. Esa pregunta, más que cualquier otra, define el verdadero anclaje a tierra.

Hay una idea profundamente alquímica en este proceso: la visión, como el metal precioso, no vale por su fulgor aislado, sino por la forma en que puede ser trabajado. Lo extraordinario no alcanza su plenitud en el instante extático, sino cuando se mezcla con lo ordinario sin perder su verdad. Ahí reside la madurez de la integración. La experiencia psicodélica no debe convertirse en un refugio elitista de lo sublime, separado del barro de la vida; al contrario, su tarea es fertilizar ese barro.

Por eso el aterrizaje es también una prueba de realidad. ¿Qué cambia en la manera de amar? ¿Qué cambia en la relación con la culpa, el deseo, la ira, la sexualidad, el dinero, el tiempo o la propia vulnerabilidad? ¿Qué permanece y qué debe morir? La integración pide respuestas que no sean meramente narrativas, sino conductuales. El sujeto tiene que encarnar la experiencia en forma de decisiones sostenibles. En ese punto, la convergencia deja de ser una fase técnica y se vuelve una forma de sabiduría: la sabiduría de no separar nunca la lucidez del mundo que la necesita.

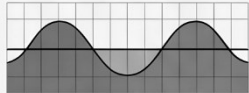
PSICOTERAPIA TRADICIONAL VS. INTEGRACIÓN PSICODÉLICA: UN ANÁLISIS COMPARATIVO

FUNDAMENTOS DEL 'YO' Y ONTOLOGÍA



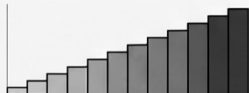
Estabilidad vs. Disolución de la Identidad
La terapia tradicional trabaja sobre un "yo" relativamente estable para su reorganización gradual.

RELACIÓN CON EL SÍNTOMA



Regulación vs. Intensificación para Metabolismo
En el modelo tradicional, el síntoma se regula o resignifica progresivamente.

DINÁMICAS DEL CAMBIO Y TIEMPO



Evolución Acumulativa vs. Ventanas de Plasticidad
La psicoterapia tradicional es secuencial y de larga duración.



Insight Narrativo vs. Desestructuración Activa
El cambio tradicional surge de la elaboración narrativa gradual.

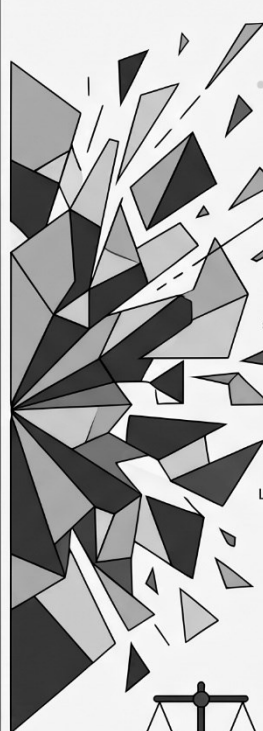
LA PRÁCTICA CLÍNICA Y RESULTADOS



El Rol del Terapeuta: De Interpretar a Sostener
El terapeuta tradicional interpreta y confronta.



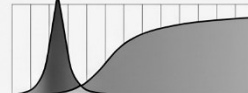
El Rol del Terapeuta: De Interpretar a Sostener
El de integración sostiene y regula durante la crisis, guiando de forma directiva el "sense-making" posterior.



Estabilidad vs. Disolución de la Identidad
La integración psicodélica aborda un "yo" temporalmente desestructurado donde la identidad puede disolverse.



Regulación vs. Intensificación para Metabolismo
En el psicodélico, el síntoma puede amplificarse para ser procesado desde un estado ampliado de conciencia.



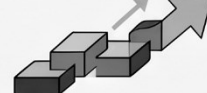
Evolución Acumulativa vs. Ventanas de Plasticidad
La integración es "bifásica", con un evento agudo intenso seguido de una ventana post-sesión de alta plasticidad.



Insight Narrativo vs. Desestructuración Activa
El modelo psicodélico se base en la emergencia de material latente e integración del contenido vivido.



Regulación Emocional
El resultado tradicional busca un mejor manejo del malestar.



Regulación Emocional vs. Reorganización de Valores
La integración apunta a una reorganización profunda de la narrativa identitaria y el sentido existencial.

Dimensión	Terapeuta Tradicional	Dimensión	Terapeuta de Integración
Ontología	Yo estable, reorganizado gradualmente.	Ontología	Yo desestructurado, identidad que se disuelve/recompone.
Síntoma	Regulación y contención progresiva.	Síntoma	Intensificación y emergencia para metabolismo.
Tiempo Clínico	Largo, secuencial y acumulativo.	Tiempo Clínico	Bifásico: evento agudo y ventana de plasticidad.
Lógica de Cambio	Insight gradual y relación terapéutica.	Lógica de Cambio	Desestructuración e integración de material latente.
Rol Terapeuta	Interpreta, confronta y reencuadra.	Rol Terapeuta	Sostiene, regula y guía el sense making.
Resultado	Manejo de patrones y regulación emocional.	Resultado	Reorganización de valores y sentido existencial.

Aterrizar no significa rebajar la experiencia, sino volverla habitable. No significa negar la dimensión transpersonal, sino impedir que se disuelva en idealización. Toda expansión que no termina en encarnación corre el riesgo de convertirse en ornamentación espiritual. Toda visión que no se traduce en actos pierde peso ontológico. La integración psicodélica, en su núcleo más serio, enseña precisamente esto: que el verdadero viaje no culmina en el éxtasis, sino en la vida reorganizada.

La psicoterapia tradicional y la integración psicodélica no son enemigas, pero tampoco son equivalentes. La primera acompaña la reorganización gradual del yo dentro de la continuidad de la conciencia ordinaria; la segunda trabaja sobre una ruptura de marco que obliga a reconstruir sentido desde una psique temporalmente desestabilizada. Una contiene, la otra desestructura e integra. Una hace hablar al síntoma; la otra lo arranca de su encierro y lo pone en crisis para que pueda transformarse.

The background of the page is a complex, abstract pattern. It features a central area with a hexagonal, honeycomb-like structure, possibly representing a molecular or cellular model. This central area is surrounded by more organic, flowing shapes that resemble biological tissue or perhaps a microscopic view of a certain material. The overall color palette is muted, with various shades of gray, beige, and light brown, giving it a scientific or artistic feel.

Para el psiconauta, comprender esta diferencia es esencial. Sin ese discernimiento, la experiencia psicodélica puede malinterpretarse como una psicoterapia acelerada, cuando en realidad constituye un umbral ontológico y clínico distinto. Integrar no es comentar el viaje; es dejar que el viaje reordene la vida. Y ahí reside su verdadera potencia: no en la intensidad del relámpago, sino en la forma nueva que se experimenta la cotidianeidad.