Vía infructuosa para una búsqueda esencial
(Oleo: Cranat – Takiwasi)

ADICCIÓN, ESPIRITUALIDAD Y LA CIENCIA OCCIDENTAL*

Stanislav Grof

Stanislav Grof, M.D., P.H.D., es psiquiatra con experiencia de más de 30 años de investigación sobre estados no ordinarios de conciencia inducidos por sustancias psicodélicas y varias técnicas sin drogas. Nació en Praga, Checoslovaquia, donde también hizo sus estudios científicos - un grado M.D. en la Escuela de Medicina de la Universidad de Charles y un grado P.H.D. en la Academia Checoslovaca de Ciencias. Sus primeras investigaciones sobre el uso clínico de drogas psicodélicas fueron llevadas a cabo en el Instituto de Investigación de Praga, donde era el principal investigador de un programa sobre el potencial heurístico y terapéutico del LSD y otras sustancias psicodélicas. En 1967, fue invitado como miembro de investigación y clínico por la Universidad Johns Hopkins de Baltimore, MD. Al cabo de dos años decidió quedarse en Estados Unidos y seguir su investigación como Jefe de Investigación Psiquiátrica en Maryland y como profesor asistente en psiquiatría en la Clínica Henry Phillips de la Universidad Johns Hopkins. En 1973, fue invitado por el Instituto Esalen en Big Sur, California, donde vivió hasta 1987 en calidad de residente escolar escribiendo, dando seminarios y cursos, y desarrollando con su esposa Christina, el Holotropic Breathwork, una forma innovadora de psiquiatría experiencia]. Fue miembro del Consejo de Administración del Instituto.

---

* *Décimo primera Conferencia Internacional Transpersonal: "Búsqueda Espiritual, Dependencias y Adicciones". Eugene (Or.). Setiembre 1990. Segunda Parte. Traducido del inglés por Kenneth A. Symington y TAKIWASI.*

Por ahora vive en MilI Valley, CA, dirigiendo seminarios prácticos para profesionales en trabajos de respiración holotrópica y psicología transpersonal (Grof transpersonal training) y da cursos y seminarios en todo el mundo. Es uno de los fundadores y jefes teóricos de la psicología transpersonal y Presidente fundador de la International Transpersonal Association. En esta función ha organizado conferencias internacionales en Estados Unidos, India y Australia

Quisiera tratar ahora el tema de las relaciones entre la espiritualidad y la religión. Considero extremadamente importante que la diferencia entre ambas quede bien clara, antes de proceder a considerar las conexiones entre ciencia y espiritualidad, ya que la ciencia y la religión jamás se podrán sintetizar, pero resulta en efecto muy fácil el sintetizar la ciencia con la espiritualidad. No debemos confundirnos y pensar que el hecho que la investigación moderna sobre estados de conciencia y la psicología transpersonal re-descubrieran la espiritualidad constituye un endoso a la religión convencional; fue más bien sólo un re-descubrimiento de las experiencias espirituales, tales como la experiencia de morir/renacer, de vidas anteriores, de unión con el universo, de identificación con ciertos animales. Ya habremos visto durante la demostración de respiración holotrópica que precedió a esta conferencia, el tipo de experiencia que tuvieron algunos de los participantes, de identificación con la naturaleza, con animales, y demás.

Estas experiencias frecuentemente traen con ellas información nueva sobre el tema del que tratan: uno puede tener una experiencia transpersonal con un león, y como resultado de ello aprender sobre los leones mucho más de lo que aprenderíamos viendo una película o leyendo un libro sobre leones. O podemos tener una experiencia "fuera de cuerpo" en la que viajamos y vemos lo que está ocurriendo en otra habitación en este edificio, o algo que sucede a 200 millas de distancia; es decir, se trata de experiencias válidas y legítimas que pueden acarrear con ellas un gran volumen de información sobre el universo, que está más allá de lo puramente intelectual y deben, en este sentido, ser tomadas en serio.

Ahora bien, este tipo de experiencia transpersonal frecuentemente ocurre en ámbitos religiosos místicos, o en órdenes monásticas, cuyos integrantes practican por ejemplo la meditación, pero no tienen que ver en absoluto con el Vaticano, con jerarquías, con sacerdotes; son experiencias válidas, muy personales e individuales, que son perfectamente compatibles con la ciencia, como trataré de demostrar más adelante. No deben ser confundidas con el dogmatismo, fundamentalismo, y ritual de las iglesias convencionales, que son ajenas a la espiritualidad tanto como a la ciencia. Pero desde el punto de vista de la psicología transpersonal se puede ver cómo existe y se produce la distorsión: en la cuna de casi todas las religiones, yacen experiencias espirituales de los fundadores, santos, o profetas, que constituyen la fuente original de esa religión, pero más tarde, cuando surge una iglesia establecida, aparece una serie de otros factores que producen una pérdida de la conexión con la inspiración original.

Steindl-Rast, de quien ya hablé anteriormente, compara esto con un volcán: la inspiración espiritual original constituye la magma volcánica ardiente, donde todo está vivo y moviéndose, mientras que la iglesia convencional que sigue, constituye la corteza de lava ya fría, que alguna vez fue algo, pero es ahora una cosa muy distinta. Así es como las iglesias convencionales fomentan unión entre aquéllos que son sus miembros, pero también fomentan divisiones en el mundo, entre sus feligreses y aquéllos que no lo son: cristianos y paganos, hindúes y musulmanes, lo que lleva a guerras religiosas y otros conflictos similares.

Cada una de las iglesias establecidas tiene ramas místicas: los místicos cristianos, los Sufi dentro del Islam, la Cábala y el Hasidismo dentro del Judaismo, v en estas ramas sus practicantes buscan la experiencia directa con la divinidad, usando técnicas tales como la meditación, el baile, la respiración, que los llevan a experimentar la realidad divina. Esto es lo que enfoca la psicología transpersonal, que no se interesa en la religión, ni en cosas tales como las Cruzadas o la Inquisición, más relacionadas a cuestiones de manipulación, control y poder, de interés para los historiadores, que no tienen nada que ver con la espiritualidad. Incluso es posible imaginarse una iglesia que no

tenga nada que ver con la espiritualidad, es más, que constituya un obstáculo activo en contra de la verdadera espiritualidad. Carl Gustav Jung escribió que la función de la mayor parte de las iglesias establecidas es la de proteger al público de una experiencia directa con Dios.

Un amigo mío, Walter Houston Clark, profesor muy conocido que ha escrito un texto sobre la psicología de las religiones, después de 20 años de enseñar el tema, tuvo finalmente una experiencia mística, y pudo comprender de qué se trata aquello sobre lo que ha estado escribiendo durante tantos años.

Se podría comparar lo que sucede en iglesias convencionales con una vacuna: uno va a la iglesia el domingo y recibe una vacuna para protegerse de la experiencia real. Ud. va con sus niños el domingo a la iglesia y puede llenarse de espiritualidad falsa condenando a sus vecinos que no han ido.

La espiritualidad requiere experiencia directa de la dimensión divina. Y hay dos grandes tipos de experiencias espirituales: la primera es de espiritualidad ***inmanente***, es decir, donde todo aparece como normal, los árboles, las personas, el cielo, las flores, las sillas alrededor aparecen como tales, pero en cierto sentido todo aparece profundamente transformado, como si los bordes se derritieran, todo aparece intensamente vivo, todo está integrado en un solo campo de visión y de energía creadora, y aún lo más banal es creación divina, creación de una inteligencia cósmica, pero nada es añadido ni nada se transforma excepto nuestra propia percepción de ello. Una comparación sería la de estar contemplando una pantalla de televisión en blanco y negro, y en la cual aparecieran súbitamente los colores.

La segunda es la de espiritualidad ***trascendente***, donde aparece algo radicalmente distinto, tal como una visión de la Virgen María, o de Kali, o del paraíso terrestre, o se ve una luz divina, como frecuentemente sucede en casos cerca de la muerte. Estos son los dos tipos de experiencias místicas que nos interesan.

Las “aperturas” espirituales vienen en dos clases. Una es, por ejemplo, en casos de depresión, frustración y desaliento, un estado de crisis donde no vemos ninguna salida y estamos a punto del suicidio, cuando algo sucede súbitamente, y trascendemos la crisis, como una especie de muerte del ego. Existe otra posibilidad donde, por ejemplo, vamos flotando en una balsa en el Río Colorado, viendo las bellísimas formaciones rocosas en el Gran Cañón y, de pronto, no podemos distinguir dónde termina la balsa y dónde empieza uno mismo, no podemos separarnos de las rocas ni del cielo, y tenemos una sensación de universalidad y de unión con todo lo que nos rodea. Esto le puede ocurrir a artistas en la escena, a personas escuchando música, o a visitantes a lugares como el Taj Majal, etc.

Estas son las experiencias que Maslow denominó "experiencias cumbres", y que tienen mucho que ver con la adicción y con la cura de la adicción, ya que para muchos alcohólicos y adictos éstas pueden ocurrir en los lugares más insospechados. Bill Wilson estaba en el hospital en medio de una crisis severa y ésta es la descripción de lo acontecido:

"Ahora, no tenía nada delante de él que no fuese la muerte o la locura, éste era el final, el punto donde iba a tomar el salto final, la oscuridad amenazadora era total para él, y en su desesperación y desvalidez, gritó: ¡Haría cualquier cosa, lo que fuese, por salvarme! Había llegado a un estado de entrega total, y exclamó: ¡Si es que existe un dios, que se deje mostrar! Y el propio Bill entonces describe: Súbitamente mi habitación se vio invadida por una luz increíblemente intensa, mientras yo me llené de un éxtasis indescriptible, me vi situado en la cumbre de una montaña donde soplaba un viento no de aire sino de espíritu, que se introducía a través de mí en grandes ráfagas y me vino un pensamiento incontrovertible: ¡eres un hombre libre! Me invadió un sentimiento de gran paz y me sentí intensamente al tanto del momento presente, que se me hacía constituido por un mar de puro espíritu. Estaba acostado en las riberas de un nuevo mundo, y por primera vez sentía que pertenecía a él. Supe que podía amar y ser amado".

Después de este punto, jamás volvió a tomar alcohol.

Esto es un ejemplo del énfasis que el movimiento Alcohólicos Anónimos tuvo originalmente sobre la experiencia directa. Después vino lo que William James llamo la "variación educacional", refiriéndose al cambio producido menos dramáticamente y más lentamente a través de prácticas cotidianas.

Para resumir, el afán hacia la trascendencia espiritual es una tendencia muy importante en el ser humano, algo así como el deseo de sexo, pero mucho más profunda y fundamental; y, de alguna manera, la adicción tiene mucho que ver con esta tendencia, como si se tratara de una manifestación distorsionada, irreconocible, de esa tendencia fundamental. Muchos participantes en nuestros programas de respiración holotrópica, después de experimentar este tipo de experiencia espiritual, afirman que era eso precisamente lo que estaban buscando, no alcohol o heroína, que implican una especie de caricatura con disminución de claridad o intelecto, sino precisamente este tipo de experiencia espiritual, que conlleva sentimientos de paz, riqueza de percepciones cósmicas, claridad y serenidad.

Entramos ahora en la última parte de mi presentación, que será breve, aunque requeriría casi toda una conferencia, como hice hace poco en Bombay, es decir, la convergencia entre la ciencia y la espiritualidad. Mi propio libro sobre esto se titula "Beyond the Brain". Así que la ciencia occidental, mecanicista y materialista, no sabe distinguir entre la espiritualidad y la religión. Las grandes filosofías espirituales, tales como el Yoga, el Vajrayana tibetano, el Taoismo, o el Sufismo, serían tratadas todas como una sarta de supersticiones folklóricas o de boberías fundamentalistas, sin poder discernir que se trata de algo muy distinto. Igualmente, incluso en psiquiatría, la ciencia tradicional no sabe distinguir entre misticismo y psicosis, así que cualquier experiencia directa de la dimensión espiritual será vista como algo patológico, como una psicosis, a ser tratada típicamente con medicamentos. Se ha escrito una serie de artículos y trabajos sobre cuál debería ser la diagnosis psicopatológica correcta de individuos tales como Jesús, Mahoma, o Maharsi, o Aurobindo -hay publicaciones antropológicas sobre los desajustes y de lo que se debe hacer con los shamanes, si son psicóticos ambulantes, o

esquizofrénicos, o histéricos, o epilépticos-. Frank Alexander, eminente psicoanalista, ha descrito la meditación como una forma artificial de la catatonia, como si uno no debiese meditar a no ser que tenga un temperamento patológico. Así que la espiritualidad, desde el punto de vista de la ciencia occidental tradicional, se consideraría un caso de educación deficiente, información deficiente, inhabilidad para comprender el mundo material en el que no existe espacio para el espíritu, algo relacionado con la superstición, y si ocurre en personas de alto nivel intelectual, sería considerado una patología, algo no resuelto en temprana edad que ha quedado pendiente, así que pensar en Dios significaría que existe una relación defectuosa con nuestro padre sanguíneo. Y una experiencia espiritual directa, sería interpretada como patología severa.

Este tipo de enfoque presenta grandes problemas porque, en primer lugar, se ignora la observación y experiencia personal en las situaciones transpersonales. Si se usa este enfoque, tenemos que afirmar que este tipo de experiencias transpersonales sencillamente no existen en nuestro universo. Esto sucede frecuentemente en el caso de las experiencias fuera-de-cuerpo, donde existe amplia evidencia sobre personas que se encuentran, por ejemplo, cerca de la muerte, acostadas con los ojos cerrados, mientras un equipo médico trata de salvarlas o resucitarlas, y entonces su conciencia se separa, y la persona ve a su propio cuerpo desde cierta distancia, quizás desde cerca del techo, o puede ver cosas que suceden en otra habitación o a 200 millas de distancia, y que después, cuando resucitan, la conciencia regresa al cuerpo y la persona puede narrar lo que vio. Incluso existen casos documentados de personas que pudieron ver esas escenas o acontecimientos ópticamente a todo color, siendo médicamente ciegas, y que cuando regresaron o resucitaron volvieron a su estado de ceguera original. Esto representa desde luego un desafío a la sabiduría científica convencional. Todo aquél que haya sido entrenado en un sistema Cartesiano-Newtoniano naturalmente negará que este tipo de experiencia pueda existir en este tipo de universo. Pensará que habrá habido algún error. Hay una gran necesidad de negar su existencia por el temor subliminal de que, si se cree en ellas, todo el sistema convencional en el que creemos se vendría abajo. Es preferible ignorarlas y, junto a ello, ignorar el rol de la conciencia en relación

con la materia. Muy pocos están dispuestos a enfrentarse a estas preguntas.

Así que la única forma que tienen para enfrentar esta situación es simplemente eliminar el campo completo de las experiencias transpersonales como objeto digno de estudio. La mera afirmación que hace la ciencia moderna occidental de que la materia constituye la única realidad en el universo, es de por sí imposible de demostrar. Lo más importante en la ciencia occidental es que los hechos puedan ser demostrados y replicados, y esta hipótesis es imposible de ser demostrada, no importa la forma, y queda como una afirmación metafísica. Las experiencias transpersonales por el contrario dejan intuir que hay una realidad espiritual y en ningún caso implican que exista sólo lo material.

Otro problema que presenta este enfoque es que con él se hace una extrapolación ilícita de la física a la psicología, empezando culi un universo de preceptos físicos Newtonianos que entonces se encajan a los psicólogos, dictando qué pueden observar o no observar, ver o no ver, decir o no decir. Esto no es aceptable en la ciencia convencional, donde hay que observar hechos y tomar datos, y luego proponer una hipótesis que explique las observaciones, pero donde igualmente no se puede hacer predicciones sobre algo que aún no se ha observado.

Un problema adicional que conlleva esta forma de pensar es que se crea una confusión entre el mapa y el territorio. Korzybski escribió ampliamente sobre esto, así como Gregory Bateson con su tipología lógica. Este último explicó que la teoría científica es como un mapa, y la realidad descrita es como el territorio, y estas dos cosas no deben ser confundidas. Bateson decía que si los científicos continúan cometiendo el error de confundirlas, llegará un momento en que al entrar en un restaurante, se comerán el menú en vez de la comida.

Quiero mencionar una cosa más, como Wilbur decía, que si parece existir un conflicto entre ciencia y espiritualidad, debe tratarse de falsa ciencia o falsa espiritualidad; que si ambas son legítimas, no existe conflicto.

Y para terminar, algo muy prometedor e interesante es que en una serie de recientes descubrimientos en una variedad de disciplinas que representan un nuevo panorama, es decir un nuevo paradigma, éste aparece perfectamente compatible con la psicología transpersonal. Esta última es incompatible con una visión Cartesiana-Newtoniana, pero más y más compatible con lo nuevo que está descubriendo la ciencia. Sólo mencionaré algunos casos: la física moderna nos enseña la unidad general del universo, donde la conciencia tiene un papel distinto al que pensábamos, mucho más cercano al que han descrito los grandes místicos; en la biología con Rupert Sheldrake y su idea de los campos morfogenéticos; la ciencia occidental nunca ha lidiado adecuadamente con la idea de la forma, el orden y la norma. Es decir que el mundo comienza a ser visto como una increíble obra de arte, con forma, con sentido, que no puede ser explicado solamente en términos materialistas. Como analogía, sería imposible describir a la Mona Lisa como una pura composición química de elementos: ello implicaría perder el sentido real de esa pintura como obra de arte. Bateson, por su parte, se refirió especialmente a esto en un trabajo titulado "Cybernetics of the Self", una teoría sobre el alcoholismo, donde describe la muerte del ego como el comienzo de la cura.

El nuevo paradigma describe a todo dentro del universo como producto de una inteligencia cósmica, el Anima Mundi, un poder superior, que puede ser concebido en términos de la ciencia moderna. Retornando a mi pasión, creo que si se tiene esta nueva concepción científica en la psiquiatría y en la terapia, podemos lograr grandes avances en el tratamiento de las adicciones, en el tratamiento de personas que atraviesan crisis psico-espirituales, y finalmente en la resolución de la crisis global.