

Stanislav

Grof

...

*La mente
holotrópica*

*Fundamentos
experimentales
de una nueva
comprensión de la
conciencia humana*



La obra de Stanislav Grof constituye un punto de inflexión dentro de la psicología profunda y uno de los avances más importantes desde Freud y Jung. En el marco del cambio de paradigmas de la ciencia contemporáneas, ocupa el cuadro de honor junto a Gregory Bateson y Fritz Perls.

En *La mente holotrópica*, Grof sintetiza con un lenguaje claro y que mantiene en vilo al lector, el itinerario de las investigaciones y teorías que han llevado a la psicología a parámetros tan radicalmente nuevos que desafían nuestra comprensión de las leyes de la naturaleza y la física. Su descubrimiento de tres niveles en la conciencia humana —biográfico, perinatal y transpersonal— sacude las nociones convencionales acerca de la interacción de la mente en el mundo.

El estudio de estos tres niveles mediante la revivencia de antiguos traumas, como la experiencia de nacimiento, permite una nueva comprensión de las dificultades emocionales y de las pautas de comportamiento más arraigadas, y un acceso a niveles de transformación personal y curación inimaginables para la psicología tradicional.

Ilustrado con estudios de casos, *La mente holotrópica* establece los fundamentos de un nuevo modelo de desarrollo humano acorde con los nuevos paradigmas de la ciencia, de profundas implicancias para nuestra evolución y futuro.

ÍNDICE DE CONTENIDO

Cubierta

La mente holotrópica

Dedicatoria

Agradecimientos

1.^a parte. El desafío al universo newtoniano

1. Una apertura a nuevas dimensiones de la conciencia

2.^a parte. Las matrices perinatales

2. La totalidad y el universo amniótico: MPB I

3. La expulsión del paraíso: MPB II

4. La batalla entre la muerte y el renacimiento: MPB III

5. La experiencia de muerte-y-renacimiento: MPB IV

3.^a parte. El paradigma transpersonal

6. Una visión global del paradigma transpersonal

7. Más allá de las fronteras del espacio

8. Más allá de las fronteras del tiempo

9. Más allá de la realidad compartida

10. Las experiencias de naturaleza psicoide

4.^a parte. Hacia una nueva psicología del Ser

11. Nuevas perspectivas sobre la realidad y la naturaleza humana

Lecturas recomendadas

Sobre el autor

Notas

*A Christina, a Maria —mi madre— y a mi
hermano Paul*

AGRADECIMIENTOS

Este libro está basado en la experiencia, la observación y la comprensión acumulada a lo largo de treinta y cinco años de investigación sistemática sobre los estados no ordinarios de conciencia. Durante todo este tiempo he contado con la generosa colaboración y el apoyo inestimable de personas que han desempeñado un papel muy importante en mi vida personal y profesional. Quisiera aprovechar esta oportunidad para reconocer públicamente mi agradecimiento a algunos de ellos.

Joseph Campbell, amigo y maestro durante tantos años, me enseñó la importancia de los mitos para la psicología, la religión y la vida humana en general. Su brillante inteligencia, su memoria enciclopédica y su sorprendente capacidad de síntesis creativa han contribuido a clarificar áreas del conocimiento que la ciencia, la religión y la filosofía ortodoxas no han alcanzado a comprender.

Gregory Bateson, el pensador más original que he conocido, un «generalista» cuya mente inquisitiva buscó el conocimiento en las más diversas disciplinas y con quien tuve el privilegio de mantener un contacto casi cotidiano durante los últimos dos años y medio de su vida, cuando ambos éramos residentes en el Instituto Esalen, de Big Sur, California. Su incisiva crítica de los errores y de la inadecuación del paradigma newtoniano-cartesiano contribuyó a aumentar la confianza en mis propios descubrimientos, a menudo contrapuestos a las afirmaciones de la psiquiatría y la ciencia tradicional de Occidente.

También debo agradecer el aliento y el apoyo de varios físicos a los que me une una estrecha amistad, que se han aventurado a investigar las implicaciones filosóficas de la física cuántico-relativista y han contribuido significativamente a la construcción de la nueva visión del mundo que está comenzando a ofrecernos la ciencia occidental. En este sentido, me siento especialmente agradecido por la amistad y cooperación desinteresada de Fritjof Capra y también tengo en gran estima las enseñanzas que he recibido de Fred Wolf, Nick Herbert, David Peat y Saul-Paul Siraque, entre otros.

Uno de los acontecimientos intelectuales más significativos de mi vida ha sido el descubrimiento de la holografía y del pensamiento holonómico científico, que proporciona un marco conceptual extraordinario para comprender muchos de los descubrimientos de la moderna investigación de la conciencia que, de otro modo, resultarían incomprensibles. En este sentido, me siento en deuda con Denis Gabor por el descubrimiento de los principios de la óptica holográfica, con David Bohrn por su modelo holográfico del universo y por la teoría del holomovimiento y con Karl Pribram por su modelo holográfico del cerebro.

También guardo un cariñoso recuerdo de dos queridos amigos, Abraham Maslow y Anthony Sutich, los fundadores de la psicología humanista, con quienes participé, a finales de la década de los sesenta, en las sesiones de *brainstorming* que terminaron dando origen a la psicología transpersonal. El desarrollo de esta nueva disciplina, que trata de sintetizar la sabiduría antigua de los grandes sistemas espirituales del mundo con el pragmatismo de la ciencia moderna, se ha convertido en la pasión de mi vida.

El trabajo en el estimulante y controvertido campo de la psicología transpersonal y de la investigación de la conciencia jamás hubiera sido posible sin el apoyo emocional e intelectual de estos dos extraordinarios personajes. He sido muy afortunado al poder contar con la amistad personal de

muchos de los pioneros de este nuevo abordaje psicológico. Estas personas tan especiales han sido durante muchos años una fuente de inspiración y aliento, tanto para mí como para mi esposa Christina y para muchos otros. Agradezco especialmente el papel que han desempeñado en nuestra vida Angeles Arrien, Michael y Sandy Harner, Jacky Lianna Kornfield, John Perry, Ram Dass, Rick y Heather Tarnas, Frances Vaughan y Roger Walsh.

Reservo mi más profundo afecto hacia los miembros de mi familia a quienes he dedicado este libro: mi madre Maria y mi hermano Paul —psiquiatra que comparte muchos de mis intereses—, quienes han sido una fuente de apoyo emocional y moral continua durante toda mi vida, y mi esposa Christina que, en los últimos dieciséis años, ha sido mi más íntima amiga y la colega y colaboradora más estrecha de todas mis investigaciones. Los diversos altibajos por los que ha discurrido nuestra vida me han permitido apreciar el coraje y la entereza que ha demostrado durante su tormentoso viaje personal y, de ese modo, he aprendido las lecciones más extraordinarias e inestimables que sólo la vida puede proporcionar.

Quisiera también dar las gracias a Harper San Francisco Publishers, y especialmente a mi editor, Mark Salzwedel, por haber hecho posible la publicación de este libro. Por último —aunque no, por ello, en último lugar— doy también las gracias a Hal Zina Bennett, quien ha aportado a este proyecto un talento literario, una imaginación y una comprensión inusual de los estados no ordinarios de conciencia. Él fue quien me ayudó a describir los hallazgos de mi investigación en un lenguaje claro y comprensible que pudiera llegar a un amplio espectro de lectores. Sus cualidades inusuales han hecho que este trabajo compartido —una tarea especialmente difícil— se convirtiera en una experiencia sumamente gratificante que nos ha unido más, si cabe, todavía.

Hay muchas otras personas cuya contribución a este libro ha sido fundamental, pero deben permanecer en el anonimato. Agradezco a los miles de personas de Europa, Norte y Sudamérica, Australia y Asia —clientes, formadores, amigos y participantes en los talleres y en los distintos proyectos de investigación— que han tenido el extraordinario coraje de explorar las alturas y las profundidades de su psiquismo y que han compartido conmigo el resultado de esta búsqueda tan poco convencional. Sin ellos este libro jamás hubiera podido salir a la luz.

STANISLAV GROF,
Mill Valley, agosto de 1991.

I

EL DESAFÍO AL UNIVERSO NEWTONIANO

Lo que verdaderamente importa... no es el conjunto de objetos sólidos y estáticos que se extienden en el espacio sino la vida que se desarrolla en ese escenario. La realidad no es el escenario exterior sino la vida interna que la anima. La realidad es las cosas tal como son.

WALLACE STEVENS

1

UNA APERTURA A NUEVAS DIMENSIONES DE
LA CONCIENCIA

*Hay un espectáculo mayor que el mar y es el cielo.
Hay un espectáculo mayor que el cielo y es el interior del alma.*

VICTOR HUGO, «Fantine», *Los miserables*

Los descubrimientos realizados por la ciencia moderna durante las últimas tres décadas demuestran que el ser humano dispone de capacidades muy superiores a lo que anteriormente habíamos supuesto, y el esfuerzo colectivo de investigadores procedentes de diferentes disciplinas para dar respuesta a este reto nos ha proporcionado una nueva imagen de la existencia y, más concretamente, una nueva imagen de la naturaleza de la conciencia humana.

De la misma manera que el mundo copernicano se vio sacudido por el descubrimiento de que la Tierra no era el centro del universo, los recientes descubrimientos nos obligan a considerar con más detenimiento quiénes somos física, mental y espiritualmente. Estamos asistiendo a la emergencia de una nueva imagen del psiquismo y, con ella, a una extraordinaria visión del mundo que sintetiza la sabiduría de las antiguas tradiciones con los últimos descubrimientos de la ciencia. Al igual que ocurrió hace unos qui-

nientos años con el descubrimiento de Copérnico, en la actualidad también nos vemos obligados a reconsiderar todos nuestros puntos de vista.

El universo como una máquina: Newton y la ciencia moderna

El núcleo fundamental del dramático cambio que ha tenido lugar en el curso del siglo XX radica en la revisión completa de nuestra comprensión del mundo físico. Antes de la aparición de la teoría de la relatividad de Einstein y de la física cuántica, teníamos la firme convicción de que el universo estaba compuesto de materia sólida. Entonces creíamos que los átomos —a los que considerábamos compactos e indestructibles— constituían los ladrillos fundamentales del universo material, que se movían en un espacio tridimensional y que sus movimientos obedecían a determinadas leyes. Desde ese punto de vista, la materia evoluciona de una manera ordenada desde el pasado hacia el futuro pasando por el presente. Esa visión segura y determinista nos llevaba a considerar que el universo era una gigantesca máquina y confiábamos en la posibilidad de llegar a descubrir las leyes que lo gobernaban y que, cuando lo lográramos, todo estaría bajo nuestro control y podríamos reconstruir con exactitud lo que había sucedido en el pasado y predecir lo que ocurriría en el futuro. Había incluso quienes creían que un día llegaríamos a ser capaces de sintetizar la vida combinando adecuadamente determinadas sustancias químicas en el interior de un tubo de ensayo.

Desde la perspectiva newtoniana, la vida, la conciencia, los seres humanos y la inteligencia creativa no son más que el producto azaroso de una evolución que se inició en un océano primordial de materia. Este punto de vista simplifica la enorme complejidad de los seres humanos y los con-

vierte en meros objetos materiales, poco más que animales altamente desarrollados o máquinas biológicas pensantes. Nuestras fronteras se hallan definidas por la superficie de nuestra piel, y la conciencia no es más que una simple secreción de ese órgano pensante que se conoce con el nombre de cerebro. Todo lo que pensamos, sentimos y sabemos depende de la información que recibimos a través de los sentidos. Según la lógica de ese modelo materialista, la conciencia, la inteligencia, la ética, el arte, la religión y la misma ciencia son simples subproductos de los procesos materiales que tienen lugar en el interior del cerebro humano.

La creencia de que la conciencia y todas sus creaciones se originan en el cerebro no es, por supuesto, totalmente arbitraria, sino que se basa en muchas observaciones clínicas y experimentales que sugieren la existencia de una estrecha relación entre la conciencia y ciertas condiciones neurofisiológicas o patológicas. Las infecciones, los traumas, las intoxicaciones, los tumores y las contusiones se hallan íntimamente relacionados con cambios profundos de la conciencia. En el caso de un tumor cerebral, por ejemplo, el deterioro de ciertas funciones —la pérdida del habla, del control motor, etcétera— es tan específica que nos permite diagnosticar con suma precisión la región que ha sido lesionada.

Pero, aunque estas observaciones demuestren, sin ningún género de dudas, que nuestras funciones mentales están ligadas a procesos biológicos cerebrales, no constituyen, sin embargo, una demostración concluyente de que la conciencia se origine o sea un subproducto del cerebro. Es por ello que las conclusiones de la ciencia occidental no parecen apoyarse tanto en datos científicos como en una creencia metafísica y que sea posible encontrar otras interpretaciones alternativas a los mismos datos. Ilustremos esto con un sencillo ejemplo: Un técnico experto en electrónica puede identificar una determinada distorsión en la imagen

o el sonido de un televisor y corregir el problema reemplazando el componente averiado. Nadie interpretaría esto, sin embargo, como una prueba definitiva de que el televisor sea el responsable de los programas que reproduce. Sin embargo, éste es precisamente el argumento que aduce la ciencia mecanicista en su intento de «demostrar» que la conciencia se origina en el cerebro.

Según la ciencia tradicional, la materia orgánica y la vida se originaron en el caldo primordial del océano primigenio como resultado de la interacción azarosa entre átomos y moléculas. De manera similar, también sostiene que el azar y la «selección natural» son los únicos responsables de la organización celular de la materia orgánica y de su evolución hasta llegar a constituir complejos organismos multicelulares dotados de sistema nervioso central. Este tipo de explicaciones es el que ha alimentado la creencia metafísica fundamental de la visión occidental del mundo, de que la conciencia es un subproducto de los procesos materiales que ocurren en el cerebro.

Pero a medida que la ciencia moderna ha ido descubriendo los profundos vínculos existentes entre la inteligencia creativa y todos los niveles de la realidad, esta imagen simplista del universo se ha ido tomando cada vez más insostenible. La probabilidad de que la conciencia humana y el complejo universo que nos rodea haya surgido de la interacción azarosa de la materia inerte ha sido comparada a la de un huracán que, soplando sobre un montón de chatarra, creara accidentalmente un Jumbo 747.

La ciencia newtoniana es responsable de habernos ofrecido una visión muy limitada de los seres humanos y de sus verdaderas potencialidades. Desde hace unos doscientos años se ha ocupado de dictar los criterios de lo que es una experiencia aceptable y de lo que es una experiencia inaceptable de la realidad. Desde su punto de vista, una persona «normal» es aquella que es capaz de reproducir exactamente el mundo objetivo externo descrito por la ciencia

newtoniana. En consecuencia, desde esta perspectiva, nuestras funciones mentales se limitan a recibir la información que nos proporcionan los órganos sensoriales, almacenarla en los «bancos de memoria de nuestro computador mental» y recombinar los datos sensoriales para crear algo nuevo. Cualquier desviación significativa de esta percepción de la «realidad objetiva» —una *realidad consensual* que la población general considera como la única verdad— se interpreta como el producto de una imaginación desbocada o de un trastorno mental.

Sin embargo, la moderna investigación sobre la conciencia nos obliga a revisar y ampliar drásticamente esta visión limitada de la naturaleza y de las dimensiones del psiquismo humano. El principal objetivo de este libro consiste en explorar sus descubrimientos y sus profundas implicaciones en nuestra vida cotidiana. Es importante señalar que, aunque estos datos sean incompatibles con la ciencia newtoniana tradicional, no dejan de ser, sin embargo, totalmente congruentes con los revolucionarios hallazgos de la física moderna y otras disciplinas científicas afines, todos los cuales propician el surgimiento de una nueva y excitante visión del cosmos y de la naturaleza humana cuyas profundas implicaciones individuales y colectivas están transformando completamente la visión newtoniana del mundo que una vez dimos por definitiva.

La conciencia y el cosmos: La ciencia descubre la mente en la naturaleza

En la medida en que la física moderna se ocupó del estudio de lo muy pequeño y de lo muy grande —del reino subatómico del microcosmos y del reino astrofísico del macrocosmos— no tardó en comprender que algunos de los principios newtonianos fundamentales eran limitados o estaban

equivocados. A mediados del siglo XX, la física descubrió que los átomos —definidos por la física newtoniana como los ladrillos elementales e indestructibles del mundo material— estaban compuestos de partículas más pequeñas y más elementales, los protones, los neutrones y los electrones, y esta misma línea de investigación ha terminado conduciendo a la identificación de cientos de partículas subatómicas.

Las partículas subatómicas gozaban de extrañas propiedades que desafiaban los principios newtonianos. En algunos experimentos se comportaban como si fueran entidades corpusculares, mientras que, en otros, por el contrario, parecían exhibir propiedades ondulares, un hecho que pronto se conoció con el nombre de «paradoja onda-partícula». De este modo, la vieja definición de materia fue reemplazada, a nivel subatómico, por la de probabilidad estadística, por la «tendencia a existir», una noción que, en los últimos tiempos, ha terminado disipándose detrás de lo que los físicos modernos denominan «vacío dinámico». Así pues, la exploración del microcosmos reveló que el universo de la vida cotidiana, aparentemente compuesto por objetos sólidos y discretos, es, en realidad, una compleja red de eventos y de relaciones. Desde esta nueva perspectiva, la conciencia no se limita a reflejar pasivamente el mundo material objetivo, sino que desempeña un papel activo en la creación de la misma realidad.

Las investigaciones realizadas por los científicos en el campo de la astrofísica también nos han conducido a descubrimientos igualmente reveladores. Según la teoría de la relatividad de Einstein, por ejemplo, el espacio no es tridimensional y el tiempo no es lineal. Desde este punto de vista, el espacio y el tiempo no son entidades separadas, sino que están integradas en un continuo tetradimensional conocido como «espacio-tiempo». Lo que una vez percibiríamos como fronteras entre objetos y distinciones entre materia y espacio vacío ha terminado siendo reemplazado