

Stanislav Grof

EL VIAJE DEFINITIVO

La consciencia y el misterio de la muerte



la liebre de marzo

Título original
The Ultimate Journey: Dying, Death and Spirituality

Primera edición
Abril 2006

Primera reimpresión
Febrero 2009

© 2005 Stanislav Grof, M. D.

© 2006 para la edición en castellano
La Liebre de Marzo, S. L.

Traducción
Fernando Pardo y Joaquím Tarinas

Diseño gráfico
Bárbara Pardo/Mauro Bianco

Ilustración Portada
Mark Plummer,
por cortesía de MAPS,
www.maps.org

Impresión y encuadernación
Puresa, S. A.

Impreso en España

Depósito Legal
B-18484-2006

ISBN
978-84-87403-89-7

La Liebre de Marzo, S. L.
Apartado de Correos 2215 E-08080 Barcelona
Fax. 93 449 80 70
espejo@liebremarzo.com
www.liebremarzo.com

Índice

Prólogo	5
Agradecimientos	7
Introducción	15
1. Chamanismo: las técnicas arcaicas del éxtasis	27
2. Ritos de paso: muerte y renacimiento en la transformación ritual	37
3. Antiguos misterios de muerte y renacimiento	47
4. Muerte y renacimiento en las grandes religiones del mundo	63
5. El viaje póstumo del alma	69
6. Los libros de la muerte: manuales para vivir y morir	93
7. Perspectivas culturales sobre la naturaleza de la realidad y la consciencia	149
8. Dimensiones de la consciencia: una nueva cartografía de la mente humana	157
9. La consciencia en el umbral de la muerte	187
10. El misterio del karma y la reencarnación	225
11. Mensajes y visitas desde el Más Allá	249
12. La historia de la terapia psiquedélica con enfermos terminales	259
13. El programa de Spring Grove	281
14. Casos psiquedélicos	313
15. Metamorfosis psiquedélicas de la muerte	371
16. Psique y Tanatos: La muerte en la sociedad y la psicología occidentales ...	403
Apéndice: Aldous Huxley y la aproximación consciente a la muerte	429
Bibliografía	441

Introducción

La psicología moderna ha descubierto lo poderoso que es el trauma del nacimiento para la vida individual. ¿Qué sucede con el «trauma de la muerte»? Si creemos en la continuidad de la vida ¿no debería uno tenerlo igualmente en cuenta?

LAURA HUXLEY, AUTORA DE *THIS TIMELESS MOMENT*

El morir y la muerte constituyen las experiencias más universales y personalmente destacadas de todo individuo. En el curso de nuestra vida, todos perdemos a familiares, amigos, maestros y conocidos, y, finalmente, afrontamos nuestra desaparición biológica. Pero resulta bastante extraordinario que hasta finales de la década de los años sesenta la civilización industrial occidental mostrara un desinterés casi completo sobre el tema de la muerte y el morir. Esta actitud no sólo la ha manifestado el público en general, sino también los científicos y profesionales para los cuales este tema debería ser de gran interés: doctores, psiquiatras, psicólogos, antropólogos, filósofos y teólogos. La única explicación plausible de esta situación es el inmenso rechazo a la muerte y la represión psicológica de todo lo que se relaciona con ella.

La muerte y el morir en las sociedades pre-industriales

Este desinterés es incluso más sorprendente cuando lo comparamos con la actitud hacia la mortalidad sostenida en las sociedades pre-industriales, en las que el acercamiento a la muerte era diametralmente distinto. La muerte dominaba y cautivaba la imaginación de las gentes en las antiguas culturas superiores y proporcionaba inspiración para gran parte de su arte y de su arquitectura. En Egipto, la preocupación por la vida después de la muerte encontró su expresión en monumentales pirámides, amplias necrópolis, magníficas tumbas y numerosas pinturas y esculturas. En la mesoamérica pre-hispánica de los mayas y de los aztecas, pirámides, templos, e incluso recintos para jugar a pelota, eran escenarios de elaborados rituales

relacionados con la muerte. El mausoleo de Helicarnassus en Asia Menor, tumba de Mausolus de Caria (un gobernador provincial del Imperio persa), fue construido por su mujer Artemisia y es considerado una de las siete maravillas del mundo antiguo.

Otro gran ejemplo de los antiguos monumentos funerarios lo constituye la tumba del Emperador chino Qin cercana a Xian en la provincia de Shaanxi, donde más de 7000 esculturas de guerreros y caballos de terracota de tamaño natural fueron enterrados junto a él para acompañarle a la otra vida. Según las investigaciones arqueológicas, incluso el legendario palacio de Minos, en Creta, no constituía una residencia real, sino una gigantesca necrópolis (Wunderlich, 1972). La gran dinastía Mogul de India nos ha dejado bellas tumbas y mausoleos, como la tumba de Akbar el Grande y el legendario Taj Mahal, construido por Shah Jahan para su querida esposa Noor Mahal. Estos son sólo unos pocos ejemplos de cuán poderosamente el tema de la muerte influenciaba las antiguas civilizaciones.

La muerte tuvo la misma importancia en las sociedades nativas pre-industriales a través de la historia. Gran parte del arte aborigen de distintos lugares del planeta describe el mundo de los espíritus, el viaje póstumo del alma y el importante ámbito de los antepasados, seres que han sido tanto venerados como temidos. El denominador común de muchos ritos funerarios de los nativos es su inquebrantable creencia en la vida después de la muerte y su actitud ambivalente hacia los muertos. Muchos aspectos de dichos ritos reflejan un esfuerzo por facilitar y acelerar la transición del fallecido al mundo de los espíritus. Sin embargo, un tema compensatorio puede observarse casi con la misma frecuencia: un esfuerzo para establecer relaciones ceremoniales entre los vivos y los muertos para conseguir seguridad y protección. Rasgos específicos de muchos ritos funerarios pueden interpretarse en términos de ayudar a los muertos en su viaje póstumo así como de impedir su regreso.

La muerte como transición a otras realidades

La diferencia entre la actitud hacia la muerte en las civilizaciones industriales y en las sociedades pre-industriales puede ilustrarse mejor comparando la situación de los individuos que mueren en estos dos contextos distintos. Las cosmologías, filosofías y mitologías de las antiguas culturas y grupos nativos, así como sus vidas espirituales y rituales, reflejan el claro mensaje de que la muerte no constituye el absoluto e irrevocable fin de todas las cosas. La consciencia, la vida o la existencia, en cierta forma, prosigue tras la muerte biológica. Una variante especial de esta creencia es el difundido concepto de la reencarnación. Además del elemento de existen-

cia desencarnada que sigue a la muerte individual, la reencarnación implica también el regreso a la existencia material en un nuevo cuerpo. En el hinduismo, budismo y jainismo esta creencia está conectada con la ley del karma, según la que la cualidad de la reencarnación individual está específicamente determinada por los méritos de la persona y las deudas de las vidas anteriores.

Las mitologías escatológicas están generalmente de acuerdo en que el alma del fallecido sufre una serie compleja de aventuras en la consciencia. El viaje póstumo del alma se describe, en ocasiones, como un viaje a través de paisajes fantásticos que tienen ciertas semejanzas con los de la tierra; otras veces, como encuentros con distintos seres arquetípicos o como pasos a través de una secuencia de estados de consciencia no-ordinarios. En algunas culturas, el alma alcanza un ámbito provisional en el Más Allá, como el Purgatorio cristiano o los Lokas del budismo tibetano, en otras, una morada eterna: Cielo, Infierno, Paraíso o el ámbito del sol. Dichas culturas aceptan sin dudar la existencia de otro, normalmente invisible, ámbito espiritual, como los ámbitos astrales y el mundo de los antepasados.

Las sociedades pre-industriales parecen, por lo tanto, estar de acuerdo en que la muerte no es la derrota definitiva y el fin de todas las cosas, sino una transición importante. Las experiencias asociadas con la muerte se consideraban como visitas a importantes dimensiones de la realidad que merecían ser experimentadas, estudiadas y cuidadosamente cartografiadas. Los moribundos estaban familiarizados con las cartografías escatológicas de sus culturas, ya se tratara de mapas chamánicos de los paisajes funerarios o de sofisticadas descripciones de sistemas espirituales orientales, como los que se encuentran en el *Bardo Thödol*, el *Libro Tibetano de los Muertos*. Este importante texto del budismo tibetano merece una mención especial, puesto que representa un interesante contrapunto al énfasis exclusivamente pragmático de la civilización occidental sobre la vida productiva y el rechazo a la muerte. El *Libro Tibetano de los Muertos* describe el momento de la muerte como una oportunidad única para la liberación espiritual de los ciclos de la muerte y el renacimiento y un período que determina nuestra próxima encarnación, si no conseguimos la liberación. En dicho contexto, los estados intermedios entre vidas (bardos) pueden considerarse de mayor importancia que la existencia encarnada y, por consiguiente, es básico prepararse para ellos mediante la práctica sistemática a lo largo de la vida.

Otro aspecto característico de las culturas pre-industriales que colorea la experiencia de morir lo constituye la aceptación de la muerte como parte integral de la vida. A lo largo de la vida, las personas que viven en dichas culturas permanecen junto a los moribundos: manejan los cuerpos, observan las cremaciones y viven con los restos de sus familiares. Para un occi-

dental, una visita a un lugar como la ciudad hindú santa de Varanasi (Benarés), donde dicha actitud se expresa en su forma más extrema, puede ser una experiencia profundamente chocante. Además, los moribundos de las culturas pre-industriales suelen morir en el contexto de una amplia familia, clan o tribu. Por consiguiente, en esta fase crítica de paso, pueden recibir un apoyo emocional significativo de la gente que conocen más íntimamente. Se llevan a cabo poderosos rituales en el momento de la muerte para ayudar a los individuos a afrontar esta transición definitiva o incluso proporcionar guía específica para morir, como en el enfoque descrito en el *Bardo Thödol*.

Estados holotrópicos de consciencia en la muerte y el morir

La práctica de diversas formas de adiestramiento vivencial, o experiencial, para morir era un factor muy importante, que influía en la actitud hacia la muerte y la experiencia del morir en las sociedades pre-industriales. El denominador común de dichas prácticas era que implicaban estados no-ordinarios de consciencia, o un subgrupo importante especial de dichos estados, para los que he acuñado el término «holotrópico» (Grof, 1992). Esta palabra compuesta significa literalmente «orientado hacia la totalidad» o «dirigirse en la dirección de la totalidad» (del griego *holos*=total y *trepein*=ir hacia o en la dirección de algo). Dichos estados, inducidos por sustancias psíquedélicas y por todo el conjunto de técnicas que no utilizan drogas, o bien que se producen espontáneamente, poseen un gran potencial sanador y transformador y representan una fuente importante de información sobre la consciencia, la psique humana y la naturaleza de la realidad. La importancia que las culturas antiguas y aborígenes atribuían a los estados holotrópicos se refleja en la cantidad de tiempo y energía dedicados a desarrollar estas «tecnologías de lo sagrado».

Entre las experiencias producidas en los estados holotrópicos, se encuentran profundas secuencias de muerte y renacimiento psicoespiritual, así como sensaciones de unidad cósmica que poseen el potencial de transformar radicalmente la actitud hacia la muerte y el proceso de morir en sí mismo. Las sociedades antiguas y pre-industriales proporcionaban muchos contextos socialmente aprobados para experimentar dichos estados. La más antigua de estas instituciones la constituye el *chamanismo*, un antiguo sistema espiritual y arte de sanación íntimamente conectado con los estados de consciencia holotrópicos y con la muerte y el morir. La carrera de muchos chamanes se inicia con la «enfermedad chamánica», una crisis iniciática espontánea que incluye un viaje visionario al Submundo, la experiencia de la muerte y el renacimiento psicológicos, y el ascenso a los ámbitos supernaturales. El conocimiento del ámbito de la

muerte adquirido durante dichas transformaciones permite al chamán desplazarse libremente entre los dos mundos y utilizar dichos viajes con propósitos de sanación, así como para obtener conocimientos. Él o ella pueden también mediar en los viajes de otros.

Los antropólogos han descrito otro contexto que hace posible la práctica del morir: *los ritos de paso*. Constituyen rituales muy elaborados, llevados a cabo por distintas culturas aborígenes en el momento de importantes transiciones sociales y biológicas que incluyen el nacimiento, la circuncisión, la pubertad, el matrimonio, la menopausia y el momento de la muerte. Dichos ritos emplean distintas tecnologías capaces de modificar la mente. Un examen detallado de los estados producidos por ellas y del simbolismo externo que las rodea revela que giran en torno de la tríada nacimiento-sexo-muerte y de la experiencia del renacimiento psicoespiritual. La gente que vive en dichas culturas tiene numerosas oportunidades a lo largo de la vida para experimentar y trascender la muerte. En el momento de la muerte biológica, están, por lo tanto, penetrando en un territorio familiar.

Estrechamente relacionados con los ritos de paso estaban los *antiguos misterios de muerte y renacimiento*, complejos procedimientos secretos y sagrados que también incorporaban poderosas técnicas para alterar la mente. Se utilizaban en muchos lugares del mundo, pero prevalecían particularmente en el área del Mediterráneo. Estos acontecimientos de iniciación se basaban en historias mitológicas sobre deidades que simbolizaban la muerte y el renacimiento: Inanna y Dumuzi en Babilonia, los egipcios Isis y Osiris y los griegos Dionisos, Atis, Adonis y otros. Los más conocidos fueron los Misterios de Eleusis, que se basaban en el rapto y traslado de Perséfone al Submundo por Hades y su retorno periódico al mundo. Dichos misterios se llevaron a cabo en Eleusis, una pequeña ciudad cercana a Atenas, cada cinco años sin interrupción durante un periodo de casi 2000 años. Las experiencias de muerte y renacimiento en dichos misterios tenían la reputación de liberar a los iniciados del miedo a la muerte y de transformar radicalmente su forma de vida.

De interés particular para los investigadores con orientación transpersonal son las distintas *tradiciones místicas* y las *grandes filosofías espirituales de Oriente*. A ellas pertenecen los distintos sistemas de yoga, las diversas escuelas de budismo, desde el teravada y el vajrayana al zen, el taoísmo, el sufismo, el misticismo cristiano, la cábala y muchos otros. Dichos sistemas desarrollaron eficaces formas de plegaria, meditaciones, meditaciones en movimiento, ejercicios de respiración y otras poderosas técnicas para producir estados holotrópicos con profundos elementos espirituales. Como en el caso de las experiencias de los chamanes, los iniciados en los ritos de paso y los neófitos de los antiguos mis-

terios, dichos procedimientos ofrecían la posibilidad de afrontar la propia mortalidad e impermanencia, con la superación del miedo a la muerte y la transformación radical del propio ser en el mundo.

La descripción de los recursos que tenían a su disposición los moribundos en las culturas pre-industriales no estaría completa sin mencionar los *libros de la muerte*, tales como el tibetano *Bardo Thödol*, el egipcio *Pert Em Hru*, el azteca *Codex Borgia*, los *Textos Cerámicos* mayas y el europeo *Ars moriendi*. Dichos textos describen con detalle las experiencias que podemos encontrar después de la muerte biológica y durante el viaje póstumo del alma. Tal como se analiza en el capítulo 6, los mismos textos cumplen otra función importante: pueden también utilizarse en vida como manuales para la práctica espiritual y como guías para la autoexploración, que incluyen estados holotrópicos de consciencia.

Tal como hemos visto, en una antigua cultura nativa, un moribundo había experimentado un entrenamiento profundo para la muerte en una variedad de rituales, que incluían estados holotrópicos de consciencia, y estaba equipado con un sistema de creencias espiritual y filosófico que trascendía la muerte. Él o ella morían en el acogedor contexto de la amplia familia y compañeros de tribu, a menudo bajo una experta guía espiritual durante las fases de la muerte. En algunas culturas, la base para dicha guía era proporcionada por las cartografías transmitidas por tradición oral o textos especiales, que describían los territorios experienciales que el moribundo debía atravesar.

El enfoque de la muerte y el morir en las sociedades industriales

La situación de una persona corriente que muere en una de las sociedades industriales es radicalmente distinta. Dicho individuo, por regla general, posee una visión del mundo atea y materialista o, por lo menos, está profundamente influido por la exposición a ésta. Según la ciencia occidental y su monística filosofía materialista, la historia del universo es básicamente la historia del desarrollo de la materia. La vida, la consciencia y la inteligencia son más o menos accidentales y productos secundarios de este desarrollo, y aparecieron en escena tras muchos miles de millones de años de evolución de la materia inerte y pasiva en una pequeña y trivial parte de un universo inmenso. No hay lugar para espiritualidad de ninguna clase en un mundo en el que la realidad se define únicamente como algo material, tangible y medible.

Papel de la religión

Aunque las actividades religiosas están generalmente permitidas e incluso se alientan formalmente, desde un punto de vista estrictamente científico cualquier compromiso con la espiritualidad se considera una actividad irracional indicativa de inmadurez emocional e intelectual: falta de educación, superstición primitiva y regresión a un pensamiento mágico e infantil. Las experiencias directas de las realidades espirituales se consideran manifestaciones de enfermedades mentales graves, como distorsiones psicóticas de la realidad producidas por un proceso patológico que aflige al cerebro. La religión, a pesar de su componente experiencial, ha perdido en gran medida la conexión con su más profunda fuente espiritual y, por lo tanto, cada vez está más vacía y falta de sentido: ha dejado de ser una fuerza positiva en nuestras vidas. Debido a ello, no puede competir con la persuasión de la ciencia materialista, respaldada por sus éxitos tecnológicos. En ausencia de una espiritualidad viable basada en la experiencia, la gente con buena educación suele ser atea y los menos preparados intelectualmente suelen sucumbir a formas ilusorias de fundamentalismo.

Visión de la consciencia

Según la neurociencia occidental, la consciencia constituye un epifenómeno de la materia, un producto de los procesos fisiológicos del cerebro y, por lo tanto, es absolutamente dependiente del cuerpo. La muerte del cuerpo, más concretamente del cerebro, se considera como el fin absoluto de cualquier forma de actividad consciente. La creencia en la vida después de la muerte, el viaje póstumo del alma, los ámbitos del Más Allá y la reencarnación se han visto relegados al espacio de los cuentos de hadas y, en los manuales de psiquiatría, son considerados producto del pensamiento ilusorio de gente primitiva o de pocas luces que es incapaz de aceptar el evidente imperativo biológico de la muerte. Este enfoque ha patologizado en gran medida la historia espiritual y ritual de la humanidad.

Muy pocas personas, incluyendo a la mayoría de los científicos, se dan cuenta de que carecemos de pruebas de que la consciencia sea realmente producida por el cerebro. Además, no tenemos ni remota idea de cómo pudo suceder; ningún científico ha intentado nunca abordar de un modo específico cómo se pudo tender un puente en el formidable hueco entre la materia y la consciencia. Aún así, el supuesto metafísico básico de que la consciencia constituye un epifenómeno de la materia sigue siendo uno de los mitos principales de la ciencia materialista occidental e influencia hondamente a toda la sociedad en su conjunto.

Tampoco existen pruebas científicas para la ausencia de una dimensión espiritual en el esquema universal de las cosas, aunque pueden encontrarse muchas evidencias de la existencia de dimensiones numinosas de la realidad, normalmente invisibles. Sin embargo, bajo las presentes circunstancias, la cosmovisión oficial corriente de la civilización industrial y las formas oficiales de culto religioso no ofrecen un gran apoyo a los moribundos.

El interés científico en la muerte y el morir

Hasta la década de los años setenta, esta perspectiva sobre la muerte también inhibió eficazmente el interés científico por las experiencias de los pacientes moribundos y de los individuos en situaciones de casi muerte. Las escasas excepciones recibían muy poca atención, ya fueran libros populares para el público general, como el de Jess E. Weisse, *The Vestibule* y el de Jean-Baptiste Delacour, *Glimpses of the Beyond* (Weisse, 1972, Delacour, 1974), o tratados científicos, como el minucioso estudio de observaciones en el lecho de muerte por parte de médicos y enfermeras dirigido por Karlis Osis (Osis, 1961). Dichas contribuciones fueron relegadas al campo de la parapsicología y desestimadas como científicamente irrelevantes.

La situación cambió tras la publicación del revolucionario libro de Elizabeth Kübler-Ross, *On Death and Dying* (Kübler-Ross, 1969), y del superventas internacional *Life After Life* de Raymond Moody (Moody, 1975). Desde entonces, Ken Ring y Michael Sabom, junto con otros pioneros de la tanatología, han acumulado una impresionante evidencia sobre las características extraordinarias de las experiencias cercanas a la muerte, desde la precisa percepción extrasensorial durante las experiencias fuera del cuerpo hasta los profundos cambios de personalidad que les siguen. La información de dichos estudios ha sido ampliamente divulgada en libros de gran éxito de ventas, tertulias televisivas, películas de Hollywood y otros formatos de los medios de comunicación. A resultas de ello, los profesionales y los legos están en la actualidad familiarizados con los rasgos básicos de las experiencias cercanas a la muerte. Pero estas observaciones paradigmáticamente desafiantes, a pesar de su potencial para revolucionar nuestra comprensión de la naturaleza de la consciencia y sus relaciones con el cerebro, siguen siendo desestimadas por la mayoría de los profesionales como alucinaciones irrelevantes producidas por crisis biológicas del cuerpo y del cerebro. Las experiencias cercanas a la muerte no suelen recogerse rutinariamente y examinarse como aspectos importantes de la historia médica del paciente, y la mayoría de las instalaciones médicas no ofrecen servicios psicológicos específicos para ayudar a los supervivientes a integrarlas.

Condiciones de la muerte y el morir

Las personas que mueren en las sociedades occidentales carecen a menudo de un apoyo humano eficaz que facilite su transición. Intentamos protegernos de la incomodidad emocional asociada con la muerte trasladando a la gente enferma y moribunda a hospitales y residencias. Se pone el acento en los sistemas de apoyo y prolongación mecánica de la vida, en ocasiones más allá de los límites razonables, en lugar de ponerlo en el medio de apoyo humano y en la calidad de los días que quedan. El sistema familiar se ha desintegrado y los niños viven a menudo lejos de padres y abuelos. Por consiguiente, el contacto con familiares durante una crisis médica es a menudo formal y mínimo. Además, los profesionales de la salud mental, que han desarrollado formas específicas de apoyo psicológico y consejo terapéutico para una gran variedad de crisis emocionales, siguen careciendo de métodos eficaces para ayudar a los moribundos en su transición. Todo ello hace que aquellos que se enfrentan con la crisis más profunda que podemos imaginar, no tengan a su disposición una ayuda significativa. Se trata de una crisis que afecta de un modo simultáneo los aspectos biológicos, emocionales, interpersonales, sociales, filosóficos y espirituales del individuo.

Todo ello sucede en el contexto mucho más amplio del rechazo colectivo de la transitoriedad y mortalidad que caracteriza la civilización industrial occidental. Gran parte de nuestro contacto con la muerte nos llega de forma aséptica, en la que un conjunto de profesionales amortigua su impacto inmediato. En su expresión extrema, incluye peluqueros y peluqueras postmortem, sastres, expertos en maquillaje y cirujanos plásticos que llevan a cabo toda suerte de ajustes cosméticos en el cadáver antes de mostrarlo a la familia y amigos. Los medios de comunicación aumentan la distancia entre nosotros y la muerte, diluyéndola en vacías estadísticas y notificando de un modo informal los miles de víctimas de las guerras, revoluciones y catástrofes naturales. Las películas y los programas de televisión trivializan aún más la muerte sacando provecho de la violencia e inmunizando a las audiencias modernas frente a su importancia emocional mediante innumerables escenas de muerte, matanzas y asesinatos en un contexto de entretenimiento. Está claro que las condiciones de la vida que se dan en los modernos países desarrollados no ofrece mucho apoyo psicológico o ideológico a la gente que se enfrenta a la muerte.

Perspectiva de este libro

En este libro exploro los descubrimientos de la investigación de la consciencia que han revolucionado la comprensión teórica del morir y de la muerte y abierto nuevas formas de trabajar con los moribundos. En la primera parte, hablo con cierta extensión de las prácticas espirituales y rituales antiguos y aborígenes que pueden ayudarnos a comprender la experiencia de la muerte, desarrollar métodos eficaces de hacerla más llevadera y convertirla en una parte significativa de la vida. Capítulos concretos se centran en distintas formas de adiestramiento para la muerte: chamanismo, ritos de paso, antiguos misterios y diversos sistemas místicos espirituales orientales, así como el viaje póstumo del alma. Tras analizar estas prácticas espirituales y rituales, he dedicado un capítulo especial a los antiguos libros de la muerte: el tibetano *Bardo Thödol*, el egipcio *Pert Em Hru*, el azteca *Codex Borgia* y el maya *Codex Cerámico*, así como el europeo *Ars moriendi*.

La segunda parte de este libro analiza los descubrimientos de los estudios modernos que arrojan nueva luz sobre diversos fenómenos relacionados con la muerte y el morir. Este análisis se inicia con la nueva cartografía ampliada de la psique que ha surgido de mis cincuenta años de investigación en terapia psiquedélica, respiración holotrópica y crisis psicoespirituales espontáneas. Este mapa constituye un prerrequisito indispensable para cualquier enfoque serio en relación a los problemas analizados en este libro, desde las distintas formas de transformación ritual al tema de la consciencia en el umbral de la muerte. Luego, contemplo en diferentes capítulos distintas áreas de investigación importantes para el tema de la supervivencia de la consciencia después de la muerte: experiencias cercanas a la muerte, el karma y la reencarnación, y la comunicación con la consciencia descarnada.

Los capítulos finales de este libro se centran en el Programa de Spring Grove, un gran esfuerzo de investigación para explorar la terapia psiquedélica en pacientes terminales de cáncer. En dichos capítulos, esbozo la historia de esta modalidad de tratamiento, describo el proceso terapéutico, incluyo algunas historias de casos ilustrativos y analizo los resultados clínicos. El capítulo final analiza la comprensión psicológica desde las primeras especulaciones de Freud hasta la perspectiva transpersonal que ha surgido de la terapia psiquedélica y de otras áreas de la investigación moderna sobre la consciencia, incluyendo la recuperación actual de la investigación psiquedélica. El capítulo final también explora la importancia práctica del material discutido en este libro para los individuos que viven en las sociedades tecnológicas y las posibles consecuencias sociopolí-

ticas de las nuevas visiones para la comprensión de la actual crisis global y su posible paliación. El apéndice, una contribución de Laura Huxley, incluye fragmentos relacionados con el enfoque consciente de Aldous Huxley a la muerte en su libro *This Timeless Moment: A Personal View of Aldous Huxley* (L. Huxley, 1968).



Dos figuras esqueléticas que representan a la muerte en su forma danzante. En el trasfondo hay un cementerio con animales carnívoros en busca de cadáveres, el fin de toda existencia. Los Citipati se describen siempre en forma de diada, puesto que la muerte siempre atañe a la polaridad y al dualismo. Tienen un papel muy importante en las danzas rituales tibetanas. De una tanka, siglo XIX, Tíbet.

Casos psiquedélicos

El tema que ha permanecido constante y subyacente en casi todo lo que he escrito es la decepcionante naturaleza de la realidad humana cuando queda despojada de toda dimensión espiritual y metafísica.

DAVID GASCOYNE, POETA Y ESCRITOR INGLÉS

En los capítulos previos, se ha resumido la historia de la terapia psiquedélica con pacientes de cáncer, se ha descrito cómo ésta se llevó a cabo en el programa de investigación del Spring Grove, y se han expuesto los resultados clínicos y las observaciones que obtuvimos en esta área. El presente capítulo presenta siete casos de historias psiquedélicas, para ofrecer una aproximación más personal e íntima a esta forma de tratamiento. He seleccionado a los pacientes cuyas historias ilustran ciertos aspectos importantes de la terapia con psiquedélicos: su acción sobre la condición emocional de los pacientes, sobre su actitud en relación con la muerte y acerca del dolor físico que acompaña al cáncer.

- *Matthew* era un médico brillante, con una amplia formación cultural y, a la vez, un músico con talento. Dada su formación en el campo médico, era plenamente consciente de la situación a la que se enfrentaba, y también lo eran sus propios familiares. La comunicación en su entorno familiar era muy abierta y honesta. El principal problema de Matthew al afrontar y aceptar la muerte era su orientación pragmática y ateísta, que se enraizaba en su formación científica tradicional. Su sesión psiquedélica y la transformación por la que atravesó ilustran que las experiencias místicas pueden ocurrir también entre personas con una buena formación académica, escépticas y con una orientación científica que determina una visión materialista del mundo.

- *Ted*, en muchos aspectos, se encontraba en el lado opuesto de este espectro. Su educación había sido muy limitada y era una persona abierta a consideraciones religiosas. Las relaciones personales y la comunicación con su familia eran complejas y poco sinceras, y requirieron mucho trabajo psicológico. Tanto Ted como su esposa se guardaban mutuamente secretos personales, incluyendo información relativa a la enfermedad a la que Ted se estaba enfrentando. Las tres sesiones que Ted realizó con la LSD proporcionaron intensas experiencias de lo divino, así como profundas intuiciones de tipo espiritual relacionadas con los ciclos de muerte y renacimiento. Finalmente llegó a reconciliarse con su enfermedad, aceptando el hecho inevitable de su mortalidad.
- *Jesse* era una persona con valores religiosos cristianos tradicionales que trabajaba como operario no especializado. Tenía una formación casi nula: leer el periódico o la Biblia era prácticamente un reto intelectual para él. Para nuestra considerable sorpresa, descubrió y adoptó a lo largo de su experiencia psiquedélica un sistema metafísico que incluyó una creencia en la reencarnación que se parecía en gran medida a lo expresado en las filosofías espirituales orientales. La fuerza psicológica de esta nueva concepción era tan grande que le ayudó a superar su considerable temor a la muerte. Jesse fue capaz de no apegarse a su ya depauperado cuerpo, que había sido afectado por múltiples metástasis, y renunciar a su desesperado apego a la vida.
- *Suzanne* se presentó como voluntaria al programa de terapia psiquedélica debido al intenso y descorazonador dolor que le ocasionaba un cáncer que padecía. La terapia con psiquedélicos tuvo un profundo efecto positivo en ella en diversos aspectos importantes, pero su principal problema, el intenso dolor agonizante, permaneció igual y no fue aliviado en lo más mínimo. De todas maneras, como resultado de las experiencias psiquedélicas, dejó de tener miedo a la cirugía paliativa, que finalmente le proporcionó el alivio que había estado buscando.
- El caso de *John*, en cambio, ilustra los caprichosos y a menudo sorprendentes efectos que la terapia con psiquedélicos puede tener

sobre el dolor, incluso el que resiste a altas dosis de narcóticos. Recibió una dosis relativamente pequeña de DPT y sus experiencias carecieron de la profundidad que habíamos visto en las sesiones de muchos otros pacientes. Después de lo que había parecido al principio como un infructuoso tratamiento terapéutico, su padecimiento agonizante desapareció por un período de varios meses.

- La terapia de *Catherine* muestra como incluso una persona cuya vida ha sido extremadamente traumática puede experimentar una profunda transformación, alcanzar una reconciliación con una vida de sufrimiento así como acercarse a la muerte con dignidad y una actitud espiritual. Su experiencia también nos dio la oportunidad de comparar la relativa influencia que una vida realmente difícil y un nacimiento muy sencillo pueden tener en la naturaleza de una sesión psiquedélica.
- La historia de *Joan* es un ejemplo del potencial de la psicoterapia con sustancias psiquedélicas. Como resultado de sus tres sesiones con LSD, pudo atravesar una profunda transformación espiritual que cambió por completo la calidad de los días que le quedaban de vida. La nueva actitud con la que manejaba los retos cotidianos, así como las circunstancias resultantes de tener que afrontar el fin de su propia vida, fue una maravillosa, sobrecogedora y constante fuente de asombro y maravilla entre sus parientes cercanos y amigos. Además su marido, que era educador, deseó tener sus propias sesiones con psiquedélicos en el marco de nuestro programa de formación para profesionales. Esto le ayudó no solamente a entender mejor el proceso de la muerte de su esposa, sino que también le sirvió para trabajar sobre algunas de sus propias actitudes y pensamientos acerca del cáncer y el deceso.

El caso de Matthew

Matthew era un médico residente de 42 años que sufría un cáncer de páncreas inoperable. Conocía bien nuestro programa, ya que varios años antes había recomendado a un paciente suyo, que padecía un cáncer, que llevara a cabo una terapia psiquedélica en nues-

APÉNDICE

Aldous Huxley y la aproximación consciente a la muerte

Extractos del libro de Laura Huxley *This Timeless Moment: A personal View of Aldous Huxley*

Para el apéndice de este libro, Laura Huxley ha tenido la gentileza de permitir que reproduzca algunos extractos de su libro *This Timeless Moment: A Personal View of Aldous Huxley*, acerca de la aproximación consciente de Aldous Huxley al momento del tránsito; también ha escrito algunos comentarios introductorios. Los fragmentos del libro proceden de dos de sus capítulos: «This Timeless Moment» y «O Nobly Born!»

Comentarios introductorios

Habiendo pasado cuarenta y cuatro años tras la muerte de Aldous Huxley, seguramente lo que explicara ahora desdibujaría un poco lo acontecido. Más que escribir un nuevo relato acerca del trabajo que Aldous y yo misma hicimos acerca de la aproximación a la muerte, lo mejor que puedo hacer es referirme a las propias palabras que Aldous dirigió a María cuando estaba afrontando su propio deceso. La manera en que le habló durante los últimos días y horas es muy clara, bella y llena de ternura –dándole las instrucciones del *Libro tibetano de los muertos* de una manera poética y cariñosa, como una clausura a su maravilloso matrimonio de treinta y cinco años. La conmovedora manera en que Aldous anima a María para avanzar hacia un amor más pleno, es una profunda enseñanza por sí misma,

algo típico en Aldous. Por lo tanto, el capítulo «O Nobly Born!» es simplemente la aplicación de aquello que él hizo y en lo que creyó, y es 100% auténtico y preciso en cuanto a los detalles. De hecho, lo que yo tenía que hacer estaba muy claro.

Laura Huxley
11 DE AGOSTO DE 2005

Extracto del capítulo «This Timeless Moment»

(Este extracto, escrito por Aldous Huxley, describe el proceso de la muerte de su primera esposa, María. Aldous expone cómo facilitó el tránsito de María empleando unas sugerencias hipnóticas para alentarla a adentrarse en una mayor plenitud).

Laura introduce este relato haciendo notar que:

«Aldous escribió un relato de su muerte que luego entregó a algunas amistades. Transmite la sensación de que la muerte no es el final de la consciencia, sino más bien un proceso de expansión de la misma. Es un documento conmovedor acerca del amor humano, que podría cambiar, en muchas personas, su tímida actitud acerca de la muerte. Este es su relato».

María fue al hospital durante dos períodos de dos semanas cada uno, con un intervalo de unos siete días entre ambos. Durante estas dos estancias llevó a cabo una larga serie de pruebas, aplicándosele doce tratamientos con rayos-X para aliviar un dolor en la parte inferior de la columna vertebral y para prevenir la diseminación en esa zona de una dolencia que se suponía que podía ser maligna. Al principio María toleró bien estos tratamientos, pero las últimas sesiones produjeron la aparición de unos síntomas preocupantes debido a la presencia, como pudo comprobarse más tarde, de un cáncer en el hígado. Durante los últimos días de estancia en el hospital, María no podía retener la comida o los líquidos en el estómago, y tuvo que ser alimentada mediante un suero que se le administró por vía intravenosa.