

Stanislav Grof

Psychologie transpersonnelle

Une approche globale et spirituelle pour épanouir sa conscience.

Aventure secrète Editions J'AI LU septembre 2009

*Selon wikipédia, **Stanislav Grof**, né à Prague (Tchécoslovaquie) en 1931, est un psychiatre tchèque, pionnier dans la recherche des états modifiés de conscience.*

Stanislav Grof commence ses recherches sur les drogues psychédéliques, surtout le L.S.D., en 1956 à l'Institut de Recherches Psychiatriques de Prague où il les poursuit jusqu'en 1967. Il part alors à Baltimore (Maryland - États-Unis) pour devenir chercheur et professeur de psychiatrie à l'Université Johns Hopkins. Vient le Printemps de Prague (janvier-août 1968), il reste aux États-Unis où, de 1967 à 1973, comme chef de projet au Centre de Recherches Psychiatriques du Maryland, il poursuit ses recherches sur le potentiel psychothérapeutique des états de conscience produits par l'utilisation du LSD dans un contexte approprié. Le programme porte en particulier sur certains types de population (toxicomanes, personnes en phases terminales, etc. Dans les années 70, sa première épouse, Joan Halifax, anthropologue, collabore avec lui dans un projet de recherche sur le LSD et sur "la rencontre de l'homme avec la mort". De 1973 à 1987, il est professeur-résident à l'Institut Esalen, Big Surn Californie, où, avec sa seconde épouse, Christina Grof, professeur de yoga, il développe la "respiration holotropique" (1976).

Stanislav Grof est, avec Abraham Maslow, l'un des fondateurs de la Psychologie transpersonnelle (1969) et l'inventeur de la Respiration holotropique, une technique voisine du Rebirth. Il a mis sur pied et dirigé pendant de nombreuses années le Grof Transpersonal Training, enseigne au California Institute of Integral Studies, et parcourt le monde pour donner des conférences et animer des séminaires de respiration holotropique.

Psychologie périnatale et psychologie transpersonnelle.

Stanislav Grof distingue dans la psyché trois niveaux, trois "plans de l'inconscient" : 1) le biographique et l'inconscient individuel (découvert par Sigmund Freud), 2) le domaine périnatal (découvert par Otto Rank en 1924), rattaché aux expériences de naissance et de mort, 3) le domaine transpersonnel, qui concerne les états non ordinaires de conscience et l'inconscient collectif (découvert par Carl Gustav Jung). Ces deux derniers domaines forment le transbiographique.

Les expériences transpersonnelles couvrent une vaste dimension de la psyché : expérience d'unité duale, identification à d'autres personnes, identification et conscience de groupe, identification à des animaux, identification à des végétaux et à des processus botaniques,

conscience planétaire, expériences embryonnaires et fœtales, expériences ancestrales, expériences d'incarnations passés, expériences spirites et médiumniques, phénomènes énergétiques du corps subtil, expériences de séquences mythologiques, expériences d'archétypes universels, psychokinèse, etc. (Les nouvelles dimensions de la conscience, p. 56-58).

Grof a mis au point une "thérapie holotropique" (visant la globalité ou se déplaçant vers la plénitude) qui combine en trois procédures : respiration accélérée, musique, travail sur le corps. "Dans la respiration holotropique, la conscience est modifiée en associant la respiration rapide, une musique évocatrice et un travail sur le corps visant à éliminer les blocages énergétiques" (Quand l'impossible arrive, p. 9).

Les travaux de Grof sur le L.S.D. aboutissent à l'idée que de certains problèmes psychiatriques, classés comme psychoses, sont en réalité des expériences spirituelles et que le L.S.D. et d'autres substances psychédéliques peuvent être des outils de guérison en psychologie et psychiatrie. Le L.S.D. a été interdit aux États-Unis dès 1966. (Fin de l'article de wikipédia.)

Aujourd'hui bien des personnes fréquentant le néo chamanisme, se recommandent des travaux de Stanislas Grof. Il s'inscrit dans la lignée de Timothy Leary qui dans son livre « La politique de l'extase » s'extasiait sur les bienfaits du LSD et autres substances hallucinogènes pour élargir, selon lui, les champs de la conscience. C'était la période hippie où il était de bon ton d'explorer tous les possibles. Allen Ginsberg (Sur la route), Aldous Huxley (le meilleur des mondes), Carlos Castaneda (Mémoire d'un sorcier Yaki), et John Lennon (le Beatles), étaient avec Leary les chantres de la liberté de conscience et de son expansion par tous les moyens.

Ces chefs de file parlaient tous d'expériences spirituelles. Ils comparaient leurs expériences provoquées par leurs drogues à des expériences mystiques telles que peuvent en avoir des praticiens de techniques yogis ou de méditations orientales ou encore de rituels chamaniques. Ces drogues sont appelées maintenant substances enthéogènes, c'est-à-dire sensées engendrer en soi l'expérience de Dieu. Grof et quelques autres, dont deux français entre autres, ont pris le relais, le docteur Mabit et le docteur Mouret.

Il faut être clair, l'expérience de Dieu dans la tradition judéo-chrétienne n'a rien de provoquée. Dieu se révèle aux hommes de manière inattendue. Au contraire ceux qui provoquent des états modifiés de conscience comme les prophètes de Baal sont combattus par des prophètes comme Elie. Elie, comme tous les prophètes, est conduit par l'Esprit Saint et n'a d'autres moyens que sa confiance absolue en son Dieu qui intervient au bon et juste moment. Toute l'Histoire Sainte de la Bible décrit une relation inimaginable où la tendresse de Dieu Créateur et Sauveur se manifeste en respectant notre liberté. Tout le reste est idolâtrie. L'expérience spirituelle est une prise de conscience progressive de l'Amour infini de Dieu pour les hommes. En Jésus le Fils unique de Dieu, chacun et chacune peut devenir par grâce, fils et filles de Dieu sous l'action de l'Esprit-Saint. Il ne s'agit jamais comme dans les descriptions de Grof d'états modifiés de conscience que l'on pourrait provoquer à loisir. Ces expériences sont d'ordre purement psychologique, le psychisme étant sous l'emprise artificielle de drogues.

D'ailleurs ces expériences décrites dans « Psychologie transpersonnelle » semblent permettre d'échapper au temps et à l'espace. Il y a là comme un mystère de désincarnation, alors que les chrétiens sont invités à contempler et à méditer le mystère de l'Incarnation. Tout Dieu qu'il est, le Christ se fait homme et en accepte toutes les limites et les contingences.

Voici quelques morceaux choisis qui permettent de discerner que le chemin proposé par Grof est à l'opposé de la vie spirituelle chrétienne.

De nombreux scientifiques et professionnels de santé mentale ont pris conscience du fait qu'il existe un fossé insondable entre la psychologie et de psychiatrie contemporaines et les grandes traditions spirituelles antiques ou orientales. Citons parmi celles-ci les diverses formes de yoga, le taïisme le bouddhisme zen, le soufisme, la kabbale ou l'alchimie. La richesse de connaissance profonde de la psyché et de la conscience humaine accumulée par ces systèmes depuis des siècles, voire des millénaires, n'a été ni appréciée à sa juste valeur, ni étudiée, ni intégrée par la science occidentale.
P 20

Pour certains de ces chercheurs des profondeurs de la psyché comme Grof, Leary, ou Huxley les religions instituées ont au contraire toujours cherché à réduire les capacités des hommes, en limitant leurs expériences, pour mieux assoir leur pouvoir.

Les expériences recourant à l'hypnose, à l'isolation ou à la surcharge sensorielle, aux contrôles volontaires des états internes, biofeedback et à l'acupuncture ont éclairé d'un jour nouveau nombre de pratiques antiques et orientales mais elles sont engendrées plus de problèmes qu'elles n'ont apportés de réponses satisfaisantes. La recherche psychédélique a clarifié d'une certaine manière de nombreuses données historiques et anthropologiques jusqu'alors troublantes concernant le chamanisme, les cultes de mystère, les rites de passage, les cérémonies de guérison et les phénomènes paranormaux résultants de l'emploi de plantes sacrées ... L'expérimentation à l'aide de drogues psychédéliques a ébranlé la compréhension conventionnelle de psychothérapie, les modèles traditionnels de la psyché, la représentation de la nature humaine ainsi que des convictions essentielles quant à la nature de la réalité.

La science des substances hallucinogènes, ou un certain travail sur le corps permettrait en fin de découvrir les mystères de la nature!

Les observations de la recherche psychédélique ne se limitent pas à l'emploi des substances psycho toniques ; les mêmes expériences ont été induites dans le cadre de psychothérapies modernes et du travail sur le corps ne recourant pas aux drogues, telles que l'analyse jungienne, la psycho synthèse, diverses approches reichiennes, la pratique gestalt, des formes modifiées de thérapie primales, l'imagerie guidée avec musique, le Rolfing, diverses techniques de renaissance, la régression vers des vies passées, et l'interview en scientologie. P21-22.

L'appel à la physique quantique est un grand classique de ces conceptions mystico psychiques pour tenter de donner un verni scientifique à ces élucubrations. La physique quantique à domaine propre et le mélange de la psyché avec celui-ci ne fait qu'ajouter à la confusion. La confusion est double ici entre psychologique et spirituel et entre physique et psychologique.

On remarque avec intérêt que nombre de physiciens modernes, familiers de la physique quantique relativiste, montrent en général un intérêt de plus en plus grand pour les phénomènes paranormaux, contrairement à la majorité des psychiatres et des psychologues traditionnels. Il convient également de mentionner à cet égard les données fascinantes revenant du champ de la thanatologie, qui suggèrent que des individus décédés sur le plan clinique perçoivent souvent avec précisions les événements se déroulant à leur proximité, et ce d'une position qu'il ne leur serait pas accessible dans un état conscient. P 23

J'ai adopté cette démarche pour diverses raisons, la plupart des chercheurs étudiant les effets des substances psychédéliques en sont arrivés à la conclusion que ces drogues peuvent être considérées comme des amplificateurs ou des catalyseurs des processus mentaux... Ces drogues révèlent donc et permettent de manière directe un éventail large de phénomènes autrement occultés qui représentent les capacités intrinsèques de l'esprit humain et jouent un rôle important dans la dynamique mentale normale. P23

L'effet catalyseur des substances psychédéliques permet en outre d'induire des états inhabituels de conscience d'une intensité et d'une clarté extraordinaire dans des conditions contrôlées et avec une grande constance. P24

Grof finit par trouver ce qu'il désire rechercher, ou plus exactement induire, mais à quel prix. Le LSD a été interdit aux Etats Unis, suite aux délires provoqués qui ont faits des ravages considérables chez des sujets fragiles, engendrant des psychoses.

J'ai conduit plusieurs milliers de séances avec le LSD et avec d'autres substances similaires. Je possède donc une connaissance des phénomènes induits par la drogue qui me fait défaut pour ce qui est des autres types d'expériences mentionnées. J'ai conduit depuis lors plus de 3000 séances avec LSD et j'ai eu accès à plus de 2000 rapports de séances conduites par des confrères en quelque Slovaquie et aux États-Unis ... p 24

Une caractéristique importante de l'expérience psychédélique est qu'elle transcende l'espace et le temps. Elle néglige le continuum linéaire entre le microcosme et le macrocosme qui paraît absolument inévitable dans l'état de conscience quotidien... La distinction entre le microcosme et macrocosme est arbitraire du point de vue empirique ; ils peuvent coexister dans la même expérience et sont aisément interchangeables.

Effectivement, nous sommes en pleine désincarnation, nous pouvons entendre le serpent tentateur :

« Pas du tout, vous ne mourrez pas ! Mais Dieu sait que, le jour où vous en mangerez, vos yeux s'ouvriront et vous serez comme des dieux, qui connaissent le bien et le mal » Gen, 3, 4.

Grof propose l'initiation suprême, la suprême tentation du prince du mensonge.

Un sujet LSD a parfois la conviction d'être une cellule, un fœtus et une galaxie ; ces trois états sont dans certains cas simultanés ; dans d'autres, il ne se manifeste de maintenir alternative par un simple changement de mise au point. La linéarité des séquences temporelles est également transcendée dans les états inhabituels de conscience. p28

Dans les états d'esprit les plus universels et les plus globaux, la dichotomie entre existence et non-existence est elle-même transcendée : la forme et le vide paraissent équivalents et interchangeables. P31

Les observations cliniques de la psychothérapie LSD suggèrent que l'inconscient humain renferme des matrices dont l'activation conduit à la reviviscence de la naissance biologique et à une confrontation profonde avec la mort. Le processus de mort et renaissance, qui en résulte, est associé à une ouverture des régions spirituelles spécifiques de l'esprit humain qui sont indépendantes du contexte racial, culturel et éducatif de l'individu. P36

Effectivement dans des situations limites des phénomènes régressifs peuvent apparaître, mais que prouvent-ils si ce n'est la grande mémoire de notre corps qui porte en lui une mémoire ontologique, phylogénique et même cosmique. L'homme est un microcosme disaient déjà les Pères de l'Eglise.

Le problème de reviviscence de trauma de la naissance est parfois associé à la recréation psychosomatique de tous les symptômes physiologiques appropriés, tels que : accélération du pouls, sensations de suffocation accompagnées de modifications spectaculaires de la couleur de la peau, hypersécrétion de salive d'expectoration, tensions musculaires excessives accompagnées de décharges d'énergie, positions et mouvements spécifiques et apparitions de contusions et de tache de naissance. P 37

Le dénominateur commun de ce groupe riche et ramifié d'expériences inhabituelles est le sentiment qu'éprouve l'individu d'avoir une conscience dépassant les limites de l'ego et transcendant les limites du temps et de l'espace. ..

De nombreux sujets rapportent des séquences animées se déroulant sur le plan cellulaire de la conscience qui semble refléter leur existence en tant que spermatozoïde ou qu'ovule ou moment de la conception. Il arrive que la régression remonte plus loin encore. L'individu a alors le sentiment de revivre des épisodes de la vie de ses ancêtres biologiques, voire de plonger dans la masse des souvenirs collectifs et raciaux. Les sujets LSD rapportent parfois des expériences au cours desquelles ils s'identifient à divers animaux de la lignée évolutive ou au cours desquelles ils éprouvent le sentiment de revivre des souvenirs de leur existence lors d'une incarnation précédente.

Mais, cette identification à l'animal est de nature dé-créative, en ce sens qu'il suit le processus inverse de la Création de Dieu. Il peut entraîner une fascination pour cette possibilité de rejoindre le néant à travers des étapes inversant le processus de création décrit dans les deux premiers chapitres de la Genèse. Le sommet de la création étant le couple homme et femme créé à l'image et à la ressemblance de Dieu. Ici l'homme redevient bête sauvage, puis végétal puis minéral et retourne au

tohu bohu initial ou tout est informe et vide. Fascination également de penser remonter dans des vies antérieures, comme pour suivre inversement le parcours du mystère de la vie. Tout ceci est illusion, mais Grof se targue d'une démarche scientifique dont il ne respecte par ailleurs aucun paramètre.

D'autres phénomènes personnels impliquent une transcendance des barrières spatiales plutôt que temporelles. Notons parmi celles-ci les expériences d'identification à une autre personne, à un groupe de personnes ou à toute l'humanité. Les limites d'une expérience spécifiquement humaine sont parfois transcendées ; l'individu s'identifie alors à la conscience d'un animal, à celle d'un végétal en ou à celle de la matière inorganique. Expérimenter la conscience de l'ensemble de la création, la conscience planétaire ou celle de l'univers matériel est également possible. P 38 39.

Effectivement rien ne limite plus les expériences réalisées, le sujet est tout puissant, et se glorifie dans ces capacités infinies.

De nombreux sujets LSD ont affirmé, indépendamment, qu'ils avaient découvert que la conscience n'est pas un produit du système nerveux central et qu'elle n'est donc pas limitée aux êtres humains et aux vertébrés supérieurs. Ils l'ont perçue un comme étant une caractéristique primaire de l'existence qui ne peut être réduite à- ou dérivée de- quoi que ce soit d'autre. Les individus, ayant rapporté des épisodes d'identification à des végétaux en retirent parfois des connaissances remarquables des processus de germination, de photosynthèse, de pollinisation, où d'échange d'eau et de sels minéraux aux niveaux des racines. On enregistre souvent un sentiment d'identification à la conscience de matières ou de processus inorganiques tels que l'or, le granit, l'eau, le feu, les tornades, les activités volcaniques ou même les atomes et les molécules. Ces expériences, comme les phénomènes mentionnés précédemment, son vécu avec une précision stupéfiante.

En attendant aucune publication à caractère scientifique ne valide cette affirmation de Grof.

Un autre groupe important d'expériences transpersonnelles fait intervenir la télépathie, le diagnostic psychique, la clairvoyance, la claire audience, la prémonition, la psychométrie, les expériences hors du corps, les voyages dans l'espace et d'autres phénomènes paranormaux. Certains se caractérisent par la transcendance des limites temporelles ordinaires, d'autres par la transcendance des barrières spatiales, où un encore par la combinaison des deux. P40

Nous sommes effectivement en pleine médiumnité que l'Eglise en sa sagesse à la suite des Ecritures Saintes a toujours condamnée.

L'individu considère l'univers en termes de modèles d'énergie plutôt que de matières solides et les frontières qui le séparent du reste du monde lui paraissent moins absolues, plus mouvantes. Le monde phénoménal est toujours considéré comme étant objectivement réel, mais la spiritualité apparaît désormais comme une force sans importance de l'univers. P48

Les éléments de souvenirs ancestraux, raciaux et phylogéniques, d'intelligence consciente de la molécule d'ADN et de la métaphysique du code génétique, de la dynamique des structures archétypes et le phénomène de la réincarnation en accord avec la loi karmique doivent à présent être intégrés dans la pensée du sujet pour expliquer l'expansion spectaculaire de son monde empirique. P 49

C'est la profession de foi des courants issus du New-Age reproduisant la pensée théosophique en essayant de la moderniser. Cette pensée s'inscrit dans les différents types de gnose que les Pères de l'Eglise dans la Foi ont toujours combattus.