

DEN TRANSPERSONLIGE VIRKELIGHED

Den transpersonlige psykologi blev dannet som psykologisk retning eller "skole" i slutningen af 1960'erne af bl.a. formanden for den Amerikanske Psykologforening Abraham Maslow og den tjekkisk-amerikanske læge og LSD-forsker MD. & Ph.D. Stanislav Grof. Transpersonlig psykologi er den retning inden for psykologien, som primært beskæftiger sig med de oplevelser, der går hinsides de sædvanlige jeg-grænser og de sædvanlige grænser for tid, rum og kausalitet.

Almindeligvis oplever vi, at vores jeg-grænser går ved hudoverfladen, således at det, der er inden for denne overflade opleves som mig, og det, der er uden for, opleves som ikke-mig. I en usædvanlig bevidsthedstilstand kan man imidlertid komme ud for at opleve, at denne normale jeg-grænse enten er skrumpet ind eller udvidet. Man kan i så tilfælde opleve sig selv som en del af sin krop - et lem, et organ, en celle eller et enkelt atom i kroppen. Eller man kan opleve, at man (bevidstheden) rejser rundt inden i kroppen. Omvendt kan man også komme ud for at opleve, at ens normale jeg-grænser udvides, og at man f.eks. smelter sammen med et andet menneske, en hel gruppe af mennesker, naturen, planeten Jorden, vores solsystem, vores galakse Mælkevejen, ja i sidste instans smelter i ét med hele universet - så der ikke længere er nogen jeg-grænser overhovedet.

Man kan således i usædvanlige bevidsthedstilstande komme ud for at opleve, at alle grænser dybest set kan overskrides eller er grænser, som bevidstheden selv opstiller og derfor også er i stand til at ophæve igen. Hvilket ofte er forbundet med indsigten i, at der i sidste instans ikke er nogen grænser i bevidstheden -at bevidstheden ultimativt set er grænseløs.

Hinsides tid og rum

I usædvanlige bevidsthedstilstande kan man også komme ud for at opleve alle tænkelige former for ændringer i tidsoplevelsen. I nogle usædvanlige bevidsthedstilstande kan man således opleve, at tiden går mere eller mindre langsomt eller hurtigt end i almindelige bevidsthedstilstande. I andre usædvanlige bevidsthedstilstande kan man opleve, at man "rejser på tidssporet" og oplever noget, som man tidligere i sit liv har været ude for; eller noget, som har fundet sted, før man blev født eller undfanget.

Man kan også komme ud for at opleve noget, der forekommer som en fremtidig hændelse, eller man kan opleve, at man ligesom "træder ud af tidsforløbet" og oplever tidløshed, evighed eller tidens ophævelse - "det evige nu". Tilsvarende kan man i usædvanlige bevidsthedstilstande komme ud for, at rumoplevelsen ændrer sig mere eller mindre radikalt. I denne forbindelse kan man f.eks. opleve, at rummet har mere end tre dimensioner, ja at man befinder sig i et multidimensionalt rum, og at man ved at bevæge sig ind i andre rumdimensioner end de sædvanlige tre, kommer ind i andre verdener eller "virkeligheder".

Rummet kan også opleves nærmest punktformet eller omvendt uendelig stort. I atter andre usædvanlige bevidsthedstilstande kan man komme ud for at opleve, at rummet udvider sig eller skrumper ind eller pulserer, så det skiftevis udvider sig og trækker sig sammen. Man kan også komme ud for at opleve, at rummet krummer sig ind i sig selv (et såkaldt sfærisk rum), eller krummer ud af sig selv (et såkaldt hyperbolsk eller saddelformet rum) - eller er et "fladt" rum.

Andre transpersonlige oplevelser

Af andre former for transpersonlige oplevelser kan nævnes oplevelser af at være et andet menneske (evt. fra en anden etnisk gruppe end den man selv tilhører), et dyr, en plante eller endog livløst materiale som sten, metal eller jord. Det er heller ikke usædvanligt, at man i en

transpersonlig bevidsthedstilstand kan komme ud for hændelser fra det biologiske livs historie her på Jorden, arketyperiske oplevelser, mytologiske hændelsesforløb, eventyragtige oplevelser, "kundalinirejsning", "ude-af-kroppen-oplevelser", parapsyriske fænomener, reinkarnationsoplevelser, oplevelser af "andre solsystemers civilisationer" m.m.

Alle disse former for transpersonlige oplevelser kan sommetider opleves med 100% virkelighedskarakter (i "indre rum" eller den indrepsyriske virkelighed). Hvilket dog ikke i sig selv siger noget om, hvorvidt oplevelsesindholdet også svarer til, har svaret til eller vil komme til at svare til den ydre fysisk materielle virkelighed.

Endvidere kan transpersonlige oplevelser dreje sig om psykisk død og genfødsel, hvad der psykoterapeutisk har vist sig at være overordentlig gavnligt og positivt, hvis et sådant oplevelsesforløb bliver hensigtsmæssigt forløst og afrundet. Sådanne oplevelser er ofte forbundet med - eller kulminerer i - en kosmisk oplevelse, en religiøs-mystisk oplevelse, en gudsoplevelse, eller hvad man nu foretrækker at kalde dét, der i virkeligheden ikke lader sig udtrykke med ord.

En sådan oplevelse bliver ofte kaldt Målet, Endestationen, Det Ultimative, Det Højeste, Udspringet, Kilden, Dybet, Lyset, Roden, Dao, Brahman, Guddommen, Oplysningsbevidsthed, Kristusbevidsthed, Buddhabevidsthed m.m.

Transpersonlig psykoterapi

Transpersonlige oplevelser kan forekomme både i og uden for en psykoterapeutisk sammenhæng, men er i førstnævnte sammenhæng mest almindeligt forekommende, når man har gennemarbejdet og "renset ud i" den tidlige barndom og dens traumer (det bevidsthedslag som Grof kalder Freud-laget) og har givet sig i kast med det dybereliggende såkaldte perinatale bevidsthedslag, der omfatter oplevelser i forbindelse med fødslen og fostertilstanden samt dertil knyttede traumer såvel som positive oplevelser. Almindeligvis vil en transpersonlig psykoterapi således begynde med, at personen i terapi renser ud i - og bliver afklaret med - den tidlige barndom. For derefter at fortsætte med den psykiske og psykosomatiske afklaringsproces i perioden, der spænder over fødslen og fostertilstanden. Dette har erfaringsmæssigt vist sig efterhånden vil bringe mere og mere transpersonligt materiale op fra det ubevidste til psykoterapeutisk bearbejdning og afklaring.

Når man i sin psykoterapi er nede i så dybe regressioner som fostertilstanden og fødslen, vil ens oplevelser foruden dette perinatale materiale som regel også indeholde transpersonligt materiale. Sidstnævnte materiales følelsesmæssige gennemarbejdning i dybtgående psykoterapi har vist sig at være af overordentlig stor betydning for menneskets psykiske selvafklarings- og frigørelsesproces.

"Sovet i timen"

Ejendommelig nok er denne transpersonlige psykologi og psykoterapeutiske revolution, der nu har været under udfoldelse i ca. 45 år - sandsynligvis den vigtigste revolution indenfor psykologien siden Freud - gået så godt som fuldstændig hen over hovedet på universitetspsykologien i Danmark. Her er der virkelig tale om at de fleste af lærerne har sovet i timen, om man så må sige. Både fagligt og åndeligt.

Til illustration af dette kan jeg nævne, at jeg for et stykke tid siden tilfældigvis mødte en psykologistuderende, der lige var ved at være færdig med sit studium. Nysgerrigt spurgte jeg hende, om hun under sit studieforløb havde hørt, at Maslow havde været medgrundlægger ikke blot af humanistisk psykologi, men på sine gamle dage tillige af en psykologisk skole ved navn Transpersonlig Psykologi - eller om hun overhovedet havde hørt sidstnævnte betegnelse. Det havde hun ikke. Hun havde endvidere heller ikke hørt Grof's navn nævnt i løbet af studiet.

På en måde overraskede det mig ikke - det stemte tværtimod overens med mine egne indtryk af dansk universitetspsykologi de sidste 30-35 år. Et konkret eksempel: For nogle år siden blev jeg af de psykologistuderende ved Århus Universitet inviteret over for at holde et foredrag om Stanislav Grof og transpersonlig psykologi. Hele auditoriet var fyldt op af psykologistuderende, der under og efter foredraget udviste stor og levende interesse for emnet. Derimod var der ikke mødt én eneste lærer op, og af de studerende fik jeg at vide, at de lærere, der på forhånd havde ytret sig om arrangementet, stort set kun havde haft hån og ringeagt til overs for det.

Ud fra andre samtaler og informationer i årenes løb er det efterhånden blevet klart for mig, at der ser ud til at være en temmelig stor kløft mellem det, som de psykologistuderende er interesseret i at høre om af psykologi - i det mindste indtil de har været igennem den konventionelle standardpsykologis vridemaskine - og så det begrænsede psykologiske perspektiv, de fleste danske universitetslærere i psykologi åbenbart har at tilbyde.

Kløften

Der ser ud til at være en stor kløft mellem det, som den danske universitetspsykologi hovedsagelig beskæftiger sig med, og det, som en stor og voksende del af ganske almindelige danskere uden for universiteterne finder psykologisk interessant, spændende og relevant.

Jeg har igennem de sidste 35-40 år holdt forelæsninger og foredrag på Folkeuniversiteterne rundt om i landet, på højskoler og aftenskoler, på lærerseminarer og gymnasier, i forsamlingshuse og forskellige foreninger. Det har ofte slået mig, hvor stor interessen blandt ganske almindelige mennesker er for det, som den transpersonlige psykologi beskæftiger sig med. Og omvendt, hvor ringe interessen for - og viden om - transpersonlig psykologi ser ud til at være blandt universitetspsykologer.

Der er med andre ord tale om en højst uheldig kløft, mellem mange universitetspsykologer og en hel del andre psykologer på den ene side, og en hel del psykologistuderende, ganske almindelige mennesker og en voksende minoritetsgruppe af psykologer på den anden.

LSD-psykoterapi

Især undrer det mig, at de universitetslærere, der underviser i Freud og hans psykoanalyse og som har et positivt forhold til denne retning inden for psykologien, ikke har udvist større interesse for Grof og den transpersonlige psykologi. Grof er uddannet psykoanalytiker og har således rødder i den klassiske psykoanalyse. Hans psykoterapeutiske forskning, bl.a. med bevidsthedsudvidende psykedeliske stoffer som LSD, medførte imidlertid, at han var i stand til at udbygge og uddybe Freud's og den klassiske psykoanalyses kortlægning af bevidstheden, herunder det ubevidste. Grof var endvidere i stand til at effektivisere den psykoterapeutiske proces bl.a. ved hjælp af psykedeliske stoffer. Da Grof endvidere har fået ti af sine bøger oversat til dansk undrer det mig, at han - hvis bøger bliver meget lånt ud på vores Folkebiblioteker - tilsyneladende kun bliver læst af en mindre gruppe fagpsykologer.

LSD har vist sig at være et bevidsthedsudvidende stof i den forstand, at det er et psykoaktivt stof, der kan bringe dét psykiske materiale, som almindeligvis er ubevidst, op i bevidsthedens klare lys. Eller anderledes udtrykt: LSD og lignende psykedeliske stoffer har rent empirisk vist sig at kunne gøre det ubevidste bevidst. Den psykedeliske bevidsthedsforskning - ikke mindst den del af forskningen, der har anvendt kraftige psykedeliske stoffer såsom LSD, psilocybin, DMT og ketamin - har med andre ord gennem de sidste 60 år været i stand til at kortlægge helt nye områder af den menneskelige bevidsthed. Områder, som den klassiske psykoanalyse og den øvrige præ-psykedeliske psykologi som regel ikke har været i kontakt med eller i stand til at kortlægge.

Måske er hovedproblemet i denne forbindelse, at universitet-psykologien har ladet sig skræmme i et mussehul af irrationel, uvidenskabelig og fordomsfuld hetz mod anvendelsen af psykedeliske stoffer som psykoterapeutiske hjælperekskaber - eller som hjælpemidler til kortlægningen af det ubevidste. Også selv om en sådan anvendelse foregår inden for seriøs, ansvarlig og kompetent psykologisk forskning. Eller er det enkelte uansvarlige og inkompetente "forskere" uetiske anvendelse af disse stoffer, der har gjort universitetspsykologien blind for den ansvarlige og kompetente psykedeliske bevidsthedsforskning og psykoterapis epokegørende resultater?

Galilæi - en reprise

Problematikken minder slående om astronomiens situation i 1600-tallet, hvor Galilei var i stand til at fremlægge sine banebrydende astronomiske opdagelser, fordi han anvendte et nyt hjælpemiddel. Galilei var ved hjælp af kikkerten i stand til at påvise, at planeten Jupiter var omkredset af måner, hvilket ikke kan ses med det blotte øje. Han blev imidlertid indstævnet for sit "kætterske" synspunkt af den pavelige inkvisition, der hånlige afviste hans banebrydende astronomiske teori. Paven og de forsamlede kardinaler nægtede simpelthen at se gennem Galilei kikkert. En kikkert var jo en "kunstig" anordning, der "forvrængede" det "naturlige" syn eller fik mennesket til at se noget, som ikke var der i "virkeligheden". Så derfor beviste kikkerten ikke noget som helst, mente kardinalerne. Endvidere skrev de herskende og toneangivende autoriteter - Aristoteles og Ptolemæus - ikke noget om, at planeten Jupiter havde måner, så dermed måtte sagen selvfølgelig være afgjort.

Men hvad nu hvis situationen inden for psykologien før og efter anvendelsen af psykedeliske stoffer til bevidsthedsforskning og psykoterapi svarede til situationen inden for astronomien før og efter anvendelsen af stjerneikkert? Ville der mon så ikke være en hel del universitetspsykologer, der ville sidde med temmelig røde ører, når det gik op for dem, at de havde begået den samme bommert og været lige så videnskabeligt fordomsfulde som 1600-tallets kardinaler?

Sagt med andre ord: Temmelig meget tyder på, at anvendelsen af de psykedeliske stoffer inden for bevidsthedsforskning og psykoterapi er et lige så afgørende skel i den videnskabelige psykologis historie, som anvendelsen af stjerneikkert i sin tid var det i astronomiens historie.

Psykologer der nægter at anerkende de videnskabelige resultater, som inden for seriøs og ansvarlig bevidsthedsforskning og psykoterapi er indhøstet ved hjælp af psykedeliske stoffer, anbringer sig derfor i samme umulige videnskabelige position som de astronomer, der ikke ville anerkende de resultater, som i tidens løb er blevet indhøstet ved hjælp af stjerneikkert.

Det gode ved den moderne videnskab er imidlertid, at den ikke blot er logisk-rationel, men også er empirisk. Det gælder også inden for psykologien, at det teoretisk set er muligt for enhver videnskabeligt sindet psykolog at kontrollere, om den del af den transpersonlige psykologis forskningsresultater, der er indhøstet ved hjælp af anvendelsen af psykedeliske stoffer, nu også er rigtig. Det er ikke en trossag, men et spørgsmål om empirisk forskning og efterprøvning.

Hvor længe endnu?

I psykoanalysens barndom beskyldte mere eller mindre fordomsfulde mennesker Freud for at være uvidenskabelig: "Som om børn havde et seksualliv og drømme havde en mening; og som om voksne kunne huske noget fra deres tidligste barndom". Tilsvarende for den transpersonlige psykologi: "Som om voksne kunne huske noget fra deres fødsel eller fostertilstand, og som om psykedeliske stoffer kunne udløse ægte religiøse oplevelser og

indsigter." Bemærkelsesværdig nok skulle der gå mere end 20 år efter Freuds død og mere end 60 år efter Freuds gennembrudsbog (med den "uvidenskabelige" titel Drømmetydning), før psykoanalysen for alvor brød igennem i universitetsverdenen og i bredere kredse i befolkningen. Forhåbentlig kommer der ikke til at gå så lang tid, før Grof og den transpersonlige psykologi bliver almindelig anerkendt i universitetsverdenen, og kommer til at indgå i det almindelige undervisningspensum for psykologistuderende. Den store udbredelse af Grof's bøger allerede nu i den vestlige kulturkreds - uden for universitetspsykologiens verden - kunne tyde på, at Grof's og den transpersonlige psykologis gennembrud på universiteterne kunne ske hurtigere end det tilsvarende gennembrud for Freud og psykoanalysen på disse undervisningsinstitutioner. Som situationen tegner nu, ser dette desværre ud til at skulle ske på trods af - i stedet for på grund af - det overvejende flertal af universitetspsykologer.

Freud er ikke ugyldiggjort

Men er Grof alligevel ikke for "far out"? For at besvare dette spørgsmål kan vi kaste et blik på fysikken, der siden det tyvende århundredes begyndelse har fremsat den ene vilde teori efter den anden - ikke mindre "far out" end det, som den transpersonlige psykologi er nået frem til. Newton var utvivlsomt en genial fysiker, og den newtonske fysik en af de største landvindinger i fysikkens historie. På tilsvarende måde var Einstein en genial fysiker og den kvante-relativistiske fysik en af de største landvindinger i fysikkens historie. Det Einstein gjorde, var ikke at ugyldiggøre den klassiske fysik, men at sætte denne ind i en større sammenhæng. Når man kom ud på "dybt vand" i atomfysikkens mikroverden og astrofysikkens makroverden, slog Newtons fysik ikke til, men måtte suppleres med Einsteins.

Tilsvarende er der for mig at se ingen tvivl om at Freud var en genial psykolog, psykoterapeut og bevidsthedsforsker, og at Freuds psykoanalyse er en af de største landvindinger i psykologiens historie. Ligesom Grof er en genial psykolog, psykoterapeut og bevidsthedsforsker, og den transpersonlige psykologi en af de største landvindinger i den videnskabelige psykologis historie. Grof har ikke ugyldiggjort Freud og den klassiske psykoanalyse, men blot sat psykoanalysen ind i en meget større sammenhæng - billedlig talt gjort den til et specialtilfælde i "middeldimensionernes" verden. Når man i psykoterapi kommer ned i meget dybe regressioner, ned i fødslen og fostertilstanden eller ud i transpersonlige (herunder kosmiske og religiøse) oplevelser, slår Freuds psykoanalyse imidlertid ikke til, men må suppleres med Grof's bevidsthedsforskning samt transpersonlig psykologi og psykoterapi.

Jeg synes, det er ved at være pinligt, at universitets-psykologien i Danmark ikke har haft bud efter Grof som gæsteforelæser i efterhånden mange år - det har både kunstmuseet Louisiana og H.C. Ørsteds Instituttet. Hvor lang tid skal der gå, før vi får inviteret Grof indenfor i Universitetsverdenen? Hvor lang tid skal der gå før vi får indført transpersonlig psykologi og religionspsykologi som reelle undervisningsfag på psykologistudiet i Danmark? Hvor lang tid skal der gå, før danske universitetspsykologer vågner op - til den transpersonlige virkelighed?

PS: Det kan i denne sammenhæng oplyses, at psykologiprofessor Peter Elsas, to år efter det ovenstående indlæg var blevet offentliggjort i Dansk Psykologforenings månedlige tidsskrift Psykolog Nyt nr. 14, 1999, inviterede Grof til at holde en gæsteforelæsning på Københavns Universitet. Forelæsningen fandt sted i januar 2001 og var så velbesøgt, at mange desværre måtte gå forgæves, da auditoriet lagt fra kunne rumme alle de fremmødte studerende.