

## Entrevista a J.M. Fericgla

2010-02-09 09:00:03



### ¿Qué son los enteógenos?

Son sustancias que permiten modificar, en cierto sentido, el estado habitual de nuestra consciencia. También se pueden conseguir estos estados con respiraciones o con técnicas mucho más lentas como la privación sensorial de los ascetas cristianos en la Edad Media, que se metían en una cueva durante semanas sin comer, sin luz y sin nada. Yo me sirvo de sustancias, de ciertas respiraciones y de sobreestimulación sensorial, para crear un caos de los sentidos en las personas. El resultado es muy parecido.

Para entenderlo es necesario comprender que el aparato cognitivo humano tiene estructura de sistema y, como tal, una de sus características principales es el automantenimiento. Lucha por mantener su identidad, con independencia de que ésta sea correcta o no. La psicología se ha percatado de que nuestro sistema queda fijado entre los tres y los siete primeros años de vida. Nadie cambia. Bueno, nadie es una palabra demasiado grande... La inmensa mayoría de las personas no cambian, sino que pasan la vida realizando movimientos de adaptación, cuando cambia su entorno, para mantener su sistema original.

En cierto momento, la humanidad descubre los enteógenos. No sólo la humanidad, ya que los animales también consumen enteógenos, por lo que yo diría que estamos hablando de algo inherente a la vida. Con estas sustancias se puede desestabilizar el sistema de forma periódica. El correcto uso de enteógenos permite romper el sistema cognitivo para aumentar su complejidad y, por tanto, su capacidad de adaptación eficaz a la vida. A menudo es doloroso, ya que el sistema evita a toda costa el desequilibrio, pero también es cierto que del caos surge la mayor creatividad. Es muy importante recalcar que debe hacerse un buen uso de ellas porque son sustancias muy potentes. No es por casualidad que otras sociedades las tengan por asuntos sagrados a los que tienen muchísimo respeto.

### ¿Cuándo comienza Occidente a trabajar con enteógenos?

Hablando sólo del presente siglo, Albert Hofmann descubrió el LSD en 1943, y el laboratorio que lo sintetizaba comenzó a difundirlo entre los psiquiatras. Se utilizaba en ámbitos clínicos con dos fines: para que los psicoterapeutas vivieran el caos de la psicosis por unas horas y mejorasen así su praxis profesional; por otro lado, en terapia se empleaba justo para lo contrario: para reestructurar trastornos de la personalidad, de conducta, etc. Se obtuvieron magníficos resultados en la desintoxicación de alcohólicos y heroinómanos. También había en aquella época, aunque no se hablaba de ellos porque no molestaban.

Yo diría que se produjo una confluencia histórica porque, casi al mismo tiempo, la Generación Beat estadounidense descubrió los hongos psicocínicos mexicanos y la marihuana. Era un movimiento artístico: pequeñas minorías de escritores, poetas, filósofos, psicólogos... Aprendían de los indígenas a

experimentar con mucho respeto. No era un juego. Descubrieron algo que les permitía percibir la realidad de una manera radicalmente distinta y que podían incorporar después a su vida cotidiana.

Pronto los mismos Beat descubren el LSD, que se fue expandiendo ya excesivamente. Se perdió un poco el control y el respeto a estas sustancias. Pero también fue un gran experimento histórico en una sociedad como la nuestra, en la que el cristianismo había cortado siglos atrás toda experimentación con sustancias psicoactivas. Sólo escapó el alcohol, su propio psicótropo.

### **Pero vuelve la prohibición...**

Sí. En 1964 el presidente Johnson prohíbe algunas sustancias psicoactivas. Sobre todo los enteógenos porque permiten aumentar la libertad de la persona. Vivir una situación de desestructuración mental y ser capaz de salir de ella, como siempre sucede, hace que el individuo descubra nuevos recursos en su propio inconsciente.

Se impulsa la investigación con otros psicótropos, que con el tiempo han terminado por originar compuestos como el Prozac y toda la familia de barbitúricos, antidepresivos y euforizantes oficiales. Lo último es el Viagra, que no es exactamente psicoactivo pero puede actuar como tal.

En este sentido, ha habido una clarísima cuestión política: ¿por qué unas sustancias sí y otras no? Se sabe que se prohibieron las que consumían grupos que no estaban de acuerdo con el poder establecido. Estrictamente hablando, no tienen nada que ver la prohibición o la legalidad con el potencial adictivo de las sustancias. Los psicótropos legales son tanto o más adictivos que los ilegales. Piensa en el alcohol o el tabaco.

### **¿Qué postura puede adoptar el científico frente a estas cuestiones?**

Deberíamos dejar de hacer caso a los políticos. Ellos que hagan su trabajo e intenten hacerlo bien porque, salvo aisladas excepciones, lo hacen bastante mal. Para mí carece de importancia lo que digan. Nadie puede opinar sobre asuntos de los que ignora casi todo. Ellos además legislan. Y muchos son consumidores de sustancias ilegales como la cocaína, con lo cual para mí no merecen mucho respeto. Los científicos debemos ceñirnos a nuestro trabajo, hacerlo con responsabilidad, con rigor y basta. No se trata de soliviantar a los políticos. Se trata de ignorarlos.

### **¿Qué camino siguieron los terapeutas interesados en experimentar con estados modificados de consciencia tras la prohibición?**

El psiquiatra estadounidense Stan Grof, uno de los padres de la psicología transpersonal cuya teoría parte del LSD aplicado en psicoterapia, comenzó a buscar tras la prohibición otros mecanismos para modificar la consciencia y encontró un tipo de respiración que practican los esquimales y algunos grupos religiosos orientales. Estas sociedades habían descubierto que la hiperventilación pulmonar baja el oxígeno en el cerebro y produce un estado modificado de consciencia muy parecido al causado por ciertas sustancias. Y de una forma rapidísima: de diez a veinte minutos.

Para mí, sin embargo, otro psiquiatra mexicano es mucho más interesante que Grof. Salvador Roquet había aprendido de los distintos grupos étnicos de su país a utilizar plantas psicoactivas muy potentes: la datura, el oloihuqui, el peyote... Captó su tremendo potencial terapéutico y, de una forma alterativa de alcanzar un efecto muy parecido. Además, utilizando sólo técnicas de respiración, si alguno de los participantes se asusta mucho porque encuentra cosas muy oscuras de su vida o muy dolorosas, puede dejar de respirar de esta forma específica y en un par de minutos recupera su estado normal.

### ¿Es frecuente que las personas quieran echarse atrás?

Casi nunca ocurre, pero puede ocurrir. En cambio, una vez que has consumido alguna sustancia ya no puedes escapar del viaje. Por eso con toxicómanos es mucho más práctica la sustancia ya que, en general, son personas que rehuyen un encuentro consigo mismas. Con técnicas de respiración a la mínima saltarán y con sustancias no pueden escaparse. Son situaciones muy fuertes y eficaces que exigen del terapeuta una elevada resistencia e integridad personal. Algunos pacientes llegan a recordar violaciones sufridas cuando eran pequeños. Reviven situaciones traumáticas que estaban tapadas por la memoria porque son demasiado dolorosas como para tenerlas dando vueltas por la cabeza. Estas situaciones hay que tratarlas con mucha precaución y paciencia, porque desmontar los mecanismos de defensa de otra persona no es un juego. Si los tiene es por algo.

### ¿Cómo se afronta el tratamiento de toxicómanos?

Hasta ahora se ha hecho un grupo piloto. Ha habido diversos casos aislados, pero como objeto de análisis científico este es el primer grupo con todas las exigencias metodológicas. Estaba formado por personas que venían de una clínica francesa y otra española. Todas ellas tenían un elevado nivel de conflictividad, llevaban tiempo sometiéndose a distintos tratamientos y no había forma de que superasen su compulsividad en el consumo. A todas se les explicó en qué iba a consistir el tratamiento que, por supuesto, era voluntario. Firmaron un papel haciéndose responsables. También se avisó a sus familias para que dieran su consentimiento, aunque todos eran mayores de edad. Las familias estaban muy hartas del problema y dispuestas a todo. Y a los toxicómanos tomar sustancias les hace cierta gracia.

Existen tres cuestiones básicas a tener en cuenta para hablar de toxicomanías. Por un lado, es necesario entenderlas como comportamiento compulsivo. El centro de la cuestión no es la sustancia en sí. Uno puede ser ludópata, adicto al trabajo, a una secta, tener anorexia o bulimia. Lo importante es el origen de la compulsión. También debemos tener en cuenta que estas personas sienten un gran vacío interior del que, a menudo, no son conscientes. Un vacío que llenan justamente con el comportamiento compulsivo. Tampoco suelen tener herramientas adecuadas para expresar su problema. Se trata de un mal endémico de nuestra sociedad que los toxicómanos viven de forma muy especial. Existe una dramática ausencia de lenguaje capaz de referirse a nuestro mundo interno. Por ejemplo, disponemos de una única palabra, amor, para describir los sentimientos que nos unen a un amigo, a una esposa, a un animal... y todos sabemos que no son idénticos.

En fin, partiendo de estas tres premisas, he organizado un protocolo terapéutico.

Una vez escogido el grupo comencé a hacer análisis de sueños con cada uno individualmente una vez por semana.

### Partes entonces de una perspectiva psicoanalítica...

En parte, sí. Me siento miembro de la escuela jungiana. No soy un seguidor ortodoxo, pero los trabajos de Jung son una muy buena matriz para el análisis de sueños. De hecho, parte de mis investigaciones antropológicas tienen que ver con eso. He estado estudiando cómo analizan los sueños los jíbaros, los beréberes, los kurdos... Esto permite ver cómo cada sociedad elabora sistemas de análisis muy parecidos para entender lo que está pasando dentro de las personas.

Analizo los sueños con dos fines. La persona me los cuenta y yo interpreto según lo que refleje su material onírico, pero también voy informando al toxicómano para que podamos trabajar ambos. Voy explicando el significado de cada símbolo onírico en la medida que lo pueda entender, y le enseño a integrarlo en su vida cotidiana.

De esta forma yo llego a saber dónde está cada uno de ellos, cual es ese vacío que le conduce a una conducta compulsiva, y ellos van entendiendo que el mundo interior no es solamente una cuestión de pulsiones locas y fantasías, sino que tiene un sentido muy estructurado y riguroso. Van adquiriendo lenguaje para expresarse.

Cuando todos comienzan a saber moverse en este campo, realizamos sesiones de análisis grupal. Entre todos interpretamos los sueños e, incluso, los escenificamos, para que cada uno pueda vivir sus personajes más dramáticos y ver qué otras memorias remotas de su biografía se despiertan. Se genera un fuerte espíritu de grupo porque cada uno se desnuda delante de los demás, ya que en los sueños está todo lo que llevamos en nuestro inconsciente. Además, como cada uno tiene un mundo interior distinto, salen a relucir símbolos que nunca han aparecido en los sueños de algunos de ellos, con lo cual aprenden más y más rápidamente.

Cuando se ha generado ya una buena dinámica de grupo, hacemos la primera sesión con ayahuasca.

### ¿Cómo transcurren estas sesiones?

Les pido que traigan elementos que sugieran cosas de sus propias vidas: fotografías, objetos significativos... La ayahuasca es apropiada en este sentido, porque nos hace viajar hacia el pasado. Sirve para ver lo que está pasando dentro de uno. Es como coger el inconsciente y darle la vuelta para que salga todo lo que está ahí encerrado.

Cuando los toxicómanos están bien cogidos por los efectos del enteógeno, todas sus defensas han bajado y el inconsciente está aflorando, hacemos una sesión de puro psicoanálisis apoyándonos en muchos estímulos. Les pido que saquen sus fotografías y hablamos de lo que vemos en ellas. Si no es suficiente, proyecto alguna sobre alguna de las paredes de la sala. De repente, uno de ellos ve a tamaño gigante a su padre que lo está mirando. Bajo el efecto de la ayahuasca es un estímulo descomunal que ayuda a que termine de salir todo. Las sesiones duran diez o doce horas. Volvemos a tomar substancia cuando baja el efecto y sugiero que cada uno vaya guiando su viaje para aprovecharlo al máximo. Yo hago de chofer en esa excursión psíquica, pero es cada uno de los participantes el que decide a dónde quiere ir.

### Supongo que tú también tomas ayahuasca en las sesiones...

No sólo sería insoportable para mí no tomarla, sino que me convertiría en un elemento perturbador. Un médico no puede administrar enteógenos sólo por el hecho de serlo. Cambian las relaciones con el mundo y con uno mismo. Estas sesiones sólo las pueden llevar personas muy entrenadas que puedan manejar la nueva realidad. De pronto, el paciente ya no te ve como un terapeuta, sino que literalmente te ve como su padre, como un dios... ¡o como un gusano! Algunas personas se ponen a llorar, otras a reír, otras se desesperan y se angustian mucho, otras viven un estado místico ante la certeza de saber lo que llevan dentro... De todas formas, tomo menos cantidad que ellos porque tengo que controlar la situación.

En la terapia con enteógenos es imprescindible ser absolutamente sincero, porque todo el mundo sabe quién quiere representar un papel y quién está hablando desde el corazón. El terapeuta no es una excepción y para eso debe conocerse -y haber sido capaz de aclarar sus zonas oscuras previamente o, por lo menos, saber dónde están y haber aprendido a convivir con ellas. Produce cierto miedo, porque a nadie le gusta encontrarse con sus partes vergonzosas, sus partes dolorosas y sus recuerdos amargos.

Al día siguiente volvemos a hacer terapia grupal para entender qué ha pasado durante la sesión. Hablamos durante todas las horas que haga falta y elaboramos la experiencia vivida. Gracias a las terapias previas, los participantes disponen de un lenguaje para expresar lo que les ha sucedido. Al cabo

de tres días lo analizamos de nuevo con más perspectiva y se pasan de nuevo los tests que sirven para objetivar el cambio. Un par de semanas más de análisis de sueños, otra sesión de ayahuasca... Normalmente, con tres o cuatro sesiones de ayahuasca es suficiente para reestructurar el comportamiento compulsivo.

### **¿Los resultados obtenidos han satisfecho tus expectativas?**

Sí. Es fantástico porque en unos meses las personas pasan de vivir de forma desordenada a descubrir, de pronto, que su existencia tiene un sentido profundo. Conocen el vacío interior en el que estaban viviendo y han sido capaces de descubrir el origen de sus problemas. Se atreven a mirar a su abismo cara a cara y muchos de ellos consiguen llenarlo porque encuentran su lugar en el mundo. Entonces, el problema de conducta compulsivo desaparece. Ya no se trata de no volver a acercarse a nadie que fume marihuana o que se meta cualquier otra cosa para evitar tentaciones. Cuando llenan su vacío ya no tiene ningún sentido volver a engancharse. La mayoría no quieren ni que se les denomine ex-toxicómanos.

### **Sin embargo, en muchas terapias de desintoxicación se trata de aislar al toxicómano. Se aleja de él a aquellas personas que beban de vez en cuando o que fumen porros...**

Es un error. No hay nada que genere más ansiedad a un ser humano que el que le digan: "esto nunca más". ¡Por favor! ¡Es tan grave decir nunca más! Es una fuente auténtica de ansiedad que conduce a intentar apagarla como sea, manteniendo el mismo comportamiento compulsivo o cambiándolo por otro nuevo. No sirve.

### **¿Cómo se conjuga toda esa experiencia dolorosa aunque prometedora de los enteógenos terapéuticos y rituales con el uso lúdico que mucha gente hace de ellos?**

Como abren el inconsciente y en el inconsciente no hay formas, cada uno puede dar el sentido que quiera a la experiencia vivida a través de ellos. Cuando en los años 50 creían ver una psicosis, la veían. En los 60 buscaban la iluminación rápida, el éxtasis divino, y también lo encontraban. Si uno sólo busca lucecitas de colores, sólo encuentra lucecitas de colores. Cada uno puede proyectar lo que quiere en la pantalla del inconsciente. Pero también es cierto que romper el sistema cognitivo es algo delicado, porque cambia tu forma de relacionarte con el mundo y pueden reaparecer cosas que no quieres recordar, sepultadas por tus defensas, que si están ahí siempre es por algo. A las personas nos cortan la vida las promesas que nos hemos hecho cuando éramos pequeños. Si alguien nos humilla de niños prometemos que nunca más vamos a permitirlo; si sentimos que nos abandona alguien querido prometemos que nunca más nos van a abandonar y, por lo tanto, nunca más queremos a nadie para no volver a sentirnos en manos de otra persona. Esas son las cosas que nos cierran a la vida, pero si hemos llegado ahí por algo es: porque un lejano día nos sentimos muy desprotegidos y tristes. Por eso es delicado tomar enteógenos. Tampoco puede uno ir rompiendo su sistema cada dos por tres. Yo diría que son sustancias mucho menos delicadas de lo que los prohibicionistas nos quieren hacer creer y un poco más delicadas de lo que creen los jóvenes que las toman en discotecas para divertirse.

### **Dicen que son sustancias muy tóxicas...**

También son mucho menos tóxicas de lo que nos quieren hacer creer. Por ejemplo, los últimos estudios serios que se han hecho sobre el éxtasis han llegado a la conclusión de que no sólo no rompe conexiones neuronales, sino que las aumenta. Parece ser que hay un efecto parecido al de la poda: cuando podas un árbol al principio se queda sin hojas, pero reverdece con más fuerza que antes. Se está poniendo de relieve que el éxtasis, a medio plazo, aumenta las sinapsis neuronales. ¿Cómo pueden tener prohibida una medicina así? Con esto no quiero decir que usada de una forma absurda, tomando una pastilla detrás de otra, no pueda ser nocivo como cualquier otro medicamento. El problema es la

prohibición, ya que con ella se impide enseñar seriamente a tomar enteógenos, se obliga a los psiconautas a adquirir no se sabe qué en el mercado negro, se criminaliza la vida privada y todo lo demás.

**La gente parece estar cada vez más interesada en obtener una visión amplia de estos asuntos, a juzgar por el interés creciente de las editoriales...**

Todos queremos saber. Dirijo una colección, Cogniciones, en la editorial Liebre de Marzo. Es una colección estrictamente científica, aunque no sólo para eruditos. Son libros que se venden muy bien. Estoy convencido de que existe una gran ola pública que se está dando cuenta del engaño en que nos tienen metidos los políticos prohibiendo 'las drogas'. Como si todas fueran lo mismo y como si hablar de drogas no fuese un error, Casi todo lo que se vende en las farmacias es droga. Esto no es una afirmación marginal: lo reconoce cualquier laboratorio que las fabrique. El argumento de la adicción es absolutamente falaz, no tiene ningún sentido ya que el problema, insisto, es la estructura de personalidad de algunos individuos.

**Algunas drogas, además, consiguen establecer vínculos entre las personas...**

Vínculos emocionales. El éxtasis facilita las relaciones amorosas. No las relaciones sexuales pero sí la apertura emocional. Hasta que lo prohibieron en Estados Unidos, se utilizaba mucho en psicoterapia de pareja y el porcentaje de éxito era muy elevado. Normalmente, los problemas de pareja aparecen porque se va creando un bloqueo emocional, un bloqueo en la comunicación. El éxtasis permite reabrir la auténtica comunicación emocional, que no es un simple intercambio de información. Pero también es necesario distinguir: no vas a casarte con tu amiga porque hayas tomado éxtasis y os sintáis enamorados aquella noche. Espera a que pasen un par de meses porque un matrimonio es algo más complejo que todo eso. Hay que tener claras cosas así de simples.

**Al hablar de enteógenos es inevitable, sin embargo, hablar de malos viajes. Se dice, por ejemplo, que es peor tomar menos dosis de la necesaria que pasarse un poco.**

Tienes razón. Con los enteógenos es mucho peor una infradosis que una sobredosis, porque te quedas a caballo entre dos mundos y esto genera un nivel de ansiedad descomunal. En las sesiones en las que hay un experto queda anulada esta posibilidad. De hecho, en una sesión guiada con serenidad y experiencia nunca hay malos viajes.

Existen tres elementos de vital importancia. El primero es la sustancia en si, la pureza y la cantidad que tomes. El segundo elemento es la propia persona, sus defensas psicológicas y sus miedos, lo que lleva en su memoria interior, su predisposición aventurera o psiconáutica. La mitad de las personas que toman ayahuasca por primera vez no notan el efecto porque no lo reconocen. Tienen unas defensas psicológicas tan fuertes que no las rompen ni con eso, El tercer elemento básico es el entorno. Como cambian todas las relaciones, uno tiene que sentirse seguro en el medio que le rodea. Un mal viaje se debe a la carencia de alguno de estos tres ingredientes: una infradosis, algún conflicto muy escondido que produzca mucha angustia o un entorno agresivo o no protegido. En las sesiones que yo realizo el entorno es seguro, la dosis es adecuada y el propio grupo actúa de contenedor psicológico de la experiencia.

Personalmente, me cuesta entender a los que toman enteógenos sólo para divertirse, pero tampoco es peligroso. En España, haciendo un cálculo prudente y partiendo de datos estadísticos, pueden tomarse unas trescientas mil dosis de éxtasis cada fin de semana y prácticamente no existe ningún accidente. Los casos hospitalarios de intoxicación por éxtasis se pueden contar con los dedos de la mano. Y además casi nunca es éxtasis sino que, gracias a la prohibición, son sustancias adulteradas, a menudo tóxicas.

Una pastilla que se toma masivamente sin ningún control médico, sin prospecto que explique cómo tomarla ni sus contraindicaciones y sin que ocurran apenas accidentes, es obvio que no es peligrosa.

---

Esta entrevista con J.M<sup>a</sup> Fericgla fue publicada en el Tercer Especial sobre Marihuana de la Revista Ajoblanco.

Fuente: <http://www.imaginaria.org/>