

# Espacio de restitución holística, Zen y Ciencia Cuántica

## Simone Brageot

Maestra de educación infantil y psicomotricista

Quiero confrontar aquí mi experiencia en la meditación Zen, con lo que dicen del mundo y de nosotros los científicos especializados en la mecánica cuántica, con el fin de establecer una base doble a la justificación del empleo de la meditación en un cuarto espacio.

En las revistas anteriores a esta (n<sup>os</sup> 25, 31 y 36), hablé de mi experiencia en la meditación Zen, para justificar el haber introducido un cuarto espacio llamado de “restitución holística” durante el cual inmovilizaba el cuerpo y la mente de los niños, para darles el acceso a una parte suya voluntariamente desconocida y descuidada en el ámbito de la enseñanza, gracias a una castración espiritual que prohíbe a los niños el acceso y el conocimiento de esta parte de ellos mismos, reduciéndolos al nivel de máquinas racionales. Es un hecho cultural lamentable ocurrido paulatinamente en Francia, concretamente desde Descartes y su afirmación reduccionista “Pienso luego soy”. Desde entonces, confundiendo religiones y espiritualidad, las sociedades educativas han erradicado de cuajo todo lo que no se encuentra en nuestros sistemas sensibles o racionales, obligándonos a hacer el recorrido de nuestras vidas, con más o menos la mitad de nuestras posibilidades.

Quiero confrontar aquí mi experiencia en la meditación Zen, con lo que dicen del mundo y de nosotros los científicos especializados en la mecánica cuántica, con el fin de establecer una base doble a la justificación del empleo de la meditación en un cuarto espacio.

Empezaré por el doctor en bioquímica por la universidad de Cambridge Rupert Shel-

drake (2013) que asegura en su libro “Reenchanter la science”:

*“...el acercamiento mecanicista es esencialmente reduccionista: intenta explicar el todo por las partes”. Y sigue: “Por muy numerosas que sean las partículas subatómicas, un organismo vivo forma un todo, y reducirlo a sus partes matándolo, pasándolo por la batidora y analizando sus componentes químicos obtenidos, consiste simplemente en destruir lo que hace de él un ser vivo.”*

Y concluye con esta pregunta: *“lográis realmente creer que sois unas máquinas programadas genéticamente existiendo en un universo mecánico?”*

Es decir que, en este párrafo, el doctor Sheldrake (2013) afirma que el “todo” es siempre más que la suma de sus partes ya que deja fuera el misterio mismo de la vida y su significado.

Este acercamiento a las ciencias racionales, y únicamente a ellas, da sólo dos maneras de ver el mundo y a nosotros mismos:

- Por el acercamiento sensorial a través del cuerpo visible, necesario pero insuficiente y, luego, como nos han enseñado en los centros educativos.
- Por el acercamiento al pensamiento lógico-racional separador y, a toda vista, igualmente insuficiente.

Sólo unos cuántos “francotiradores” se atreven a investigar lo que ya no pertenece al

ambiente público resabido, sino a lo que toca la intuición silenciosa, muda pero unificadora. Me refiero, por supuesto, al espacio de meditación que se caracteriza como *“un agujero negro, como una matriz oscura, pero no estéril sino llena de toda clase de posibilidades de conocimientos y de regeneración de la conducta humana”*.

A este respecto, Sheldrake (2013) afirma: *“la materia negra permite explicar la estructura de las galaxias y sus relaciones en el interior del conjunto de sus masas, pero el precio a pagar es elevado: nadie sabe lo que es”*. Reconozco que, para un psicomotricista, un maestro o un profesor, atreverse a sumirse sin el paracaídas de ideas o palabras en un momento de perfecto abandono de sí mismo releva al heroísmo. Al menos al principio; ya que sólo está permitido agarrarse al “aquí y ahora” a través del control de la respiración, de la postura, de los ruidos naturales como los del corazón o de la atención a una actividad abstracta como contar números..., actividades aburridas al principio, pero es el “precio a pagar”.

En cuanto a los conocimientos, a las posibilidades se presentan “después” como soluciones o ideas espontáneamente reconocidas según el grado de preparación previa. En esto completa y complementa nuestras adquisiciones intelectuales, haciendo trabajar de paso la integralidad de nuestro cerebro. En este momento, el cerebro descifra lo que existe ya en alguna parte —y no genera— lo que los pensadores cuantianos han descrito como un *“espacio virtual”* o un *“espacio no-localizado”*.

De la boca de Sheldrake (2013) salen estas palabras: *“la inteligencia no-localizada está en nosotros y alrededor de nosotros. Es el espíritu el potencial de donde todo emerge. Es el fundamento de nuestro ser. No posee*

*dimensión ni volumen ni energía ni masa. No ocupa ningún espacio, y tampoco existe en el tiempo.”*

Y en la página 170 habla de *“un campo organizador”* que llama *“campo mórfico”*, que se sitúa en y alrededor de cada sistema que organiza y constituye un modelo vibratorio de actividad que interactúa con campos electro-magnéticos y cuánticos del sistema; estos campos mórficos están formados por resonancia mórfica con los sistemas pasados similares, con lo cual tienen una memoria colectiva. Los sistemas están influenciados por su pasado, lo que les permite mantener la identidad y la integridad. La resonancia pasa por el campo de vacío cuántico.

Añadiría que es lo que permite una regeneración al menos a nivel mental. Y acaba diciendo *“... que esta memoria colectiva implica una transferencia de forma en lugar de energética. Son campos de probabilidades como los campos cuánticos”*.

Parece que estamos de acuerdo en que nuestro “vacío” esté repleto de posibilidades no perceptibles de manera directa, pero muy presentes tanto en el interior de nosotros como en el exterior —aunque sea una manera de decir ya que no se encuentra en el espacio— tiempo como nosotros lo percibimos.

Volvamos a la sala de psicomotricidad. El “ego” del niño se construye de una manera privilegiada allí donde tiene la oportunidad de equilibrar su nivel energético en el espacio sensoriomotor (creándolo o reduciéndolo cuando es excesivo), para luego dar paso a una creatividad de corte social y después reflexivo. Este “ego” se convierte en auto-conocimiento con la ayuda de la verbalización que permite que el pasado reciente, o asome a su memoria a través de las palabras que pronuncian sobre él los demás, o el psicomotricista que le hace de espejo, y en la se-

**Reconozco que, para un psicomotricista, un maestro o un profesor, atreverse a sumirse sin el paracaídas de ideas o palabras en un momento de perfecto abandono de sí mismo releva al heroísmo. Al menos al principio; ya que sólo está permitido agarrarse al “aquí y ahora” a través del control de la respiración, de la postura, de los ruidos naturales como los del corazón o de la atención a una actividad abstracta como contar números...**

Es deseable que el ego que está construyendo y que le permite crecer materialmente, sea de una materia elástica para que pueda adaptarse cada vez mejor a la incesante variación de las circunstancias que le ofrece el contexto.

sión siguiente puede “ensayar” a través del juego otras maneras de comportamientos, que le evitarán la fijación, es decir, la rigidez psicológica. Es deseable que el ego que está construyendo y que le permite crecer materialmente, sea de una materia elástica para que pueda adaptarse cada vez mejor a la incesante variación de las circunstancias que le ofrece el contexto. En el momento de la restitución holística el niño, cuya atención está concentrada sobre el presente, integra todo lo vivido. Ya tiene reforzadas todas sus componentes vitales que sirven de nueva base para su evolución. El ego tiene que ver con el tiempo, es decir, con lo que ya no existe excepto en la memoria, que construye la historia del niño, es decir, el sentido que dará poco a poco a sus vivencias.

El doctor en medicina Deepak Chopra (2004) nos describe la importancia de este momento: *“el progreso intelectual estimula, pero no soluciona ni la visión profunda del mundo, ni la manera de vivir. No puede guiar la utilización que se hace gracias al conocimiento físico material. Solo la espiritualidad puede desempeñar este papel. No es un lujo. Es una necesidad.”*

En su libro “le cosmos et le lotus” el cosmólogo Trinh Xuan Thuan (2017) nos dice: *“La mecánica cuántica ha hecho perder su sustancia a la materia. Por allí se junta a la noción de vacuidad Buddhista.”* Y *“El saber científico es incapaz de indicar como llevar nuestra vida, cómo aliviar nuestros sufrimientos y los de los demás. No nos ayuda a tomar decisiones morales y éticas. La ciencia no engendra directamente la sabiduría.”*

Añadiré esta reflexión de Deepak Chopra (2004), que nos dice: *“No pienso que sea por accidente que los fundadores de la física cuántica como Niels Bohr y Erwin Schrödinger hayan luchado para darnos la idea que*

*existe una unidad de pensamiento entre la ciencia occidental y las filosofías de Oriente”* ya que para Bohr *“paralelamente a las lecciones de la teoría cuántica, debemos girarnos hacia los problemas epistemológicos a los cuales pensadores como Buddha o Lao Tse han sido ya confrontados al intentar armonizar nuestra situación de espectadores y actores en el gran drama de la existencia”.*

No resisto a la tentación de citar la descripción que hace del ser humano el filósofo Comte-Sponville (2006): *“Somos seres finitos abiertos al infinito. Somos seres efímeros abiertos a la eternidad. Somos seres relativos, abiertos a lo absoluto. Esta apertura es el espíritu mismo. La metafísica consiste en pensarlo, la espiritualidad en experimentarlo ejercerlo y vivirlo con la ayuda de la meditación.”*

Nuestro maravilloso trabajo con los niños pequeños nos pone en primera fila en cuanto a nuestra responsabilidad en el despertar de sí-mismo de los niños. Ayudémosles de una manera natural y también lúdica a abrirse a su parte invisible tan necesaria.

## Referencias bibliográficas

- Comte-Sponville, A. (2006): *L'esprit de l'athéisme. Introductions a une spiritualité sans Dieu*. Ed. Albin Michel.
- Chopra, D. (2004): *Le livre des coïncidences*. Ed. Dunod.
- Trinh Xuan Thuan (2017): *Le cosmos et le lotus. Confessions d'un astraphysicien*. Ed. Albin Michel.
- Sheldrake, R. (2013): *Réenchâter la science. Une autre façon de voir le monde*. Ed. Albin Michel.