

La experiencia mística

Gad Lund-Meyer*

Hace aproximadamente veinte años, en mi trabajo como especialista en el tratamiento de desórdenes adictivos, descubrí el uso terapéutico de la ayahuasca en el Amazonas. El brebaje que utilizan esas tribus indígenas ha probado ser un remedio efectivo para el tratamiento de las adicciones y enfermedades mentales de pacientes occidentales.

La ingesta de ayahuasca hace que el paciente se enfrente a una serie de visiones y alucinaciones de carácter traumático que desatan miedos profundamente arraigados. Volver a vivir una de estas experiencias a través de la ayahuasca los lleva a la resolución o disolución de los conflictos. Los pacientes viven además una experiencia mística radical que les ayuda a construir conexiones profundas y de seguridad. Aunque el uso de plantas alucinógenas ha sido muy criticado en la medicina occidental, los estados de alteración de la consciencia y las experiencias místicas son fenómenos conocidos por todas las culturas. Estas experiencias son estados que trascienden la consciencia cotidiana y permiten una visión especial, intuitiva y difícil de explicar sobre la naturaleza de la realidad, una especie de constatación que desplaza la consciencia de un nivel subjetivo/relativo a un nivel objetivo/absoluto. Sorprendentemente, esta constatación a nivel objetivo/absoluto es casi idéntica en todas las culturas. Según Ben Kilwer (filósofo de la cultura, PhD CPH), este estado particular de la existencia puede estar estructurado en tres categorías.

1. Experiencias sutiles

Existen experiencias sutiles de imágenes y sensaciones delicadas que surgen cuando los contenidos mentales llamados 'fuertes' o 'duros' son silenciados. Estas experiencias pueden tener una apariencia amorfa, como también adoptar formas bien definidas.

2. Experiencias causales

Con la experiencia causal, el alcance de la consciencia está libre de todo objeto. Aquí, sólo se mantiene la consciencia propiamente dicha, no como consciencia de alguna cosa, sino como consciencia pura e indisoluble, parecida a ese espacio que no se manifiesta, que no contiene fenómenos.

3. Experiencias absolutas

La experiencia absoluta no es ningún tipo de esta avanzada, sino la *conditio sine qua non* de todo fenómeno. En este caso, la mente reconoce todos los fenómenos que aparecen como meras creaciones suyas. A este nivel, se reconoce que la consciencia impregna todos los otros niveles, se manifiesta en ellos y, en realidad, es idéntica a ellos.

Si la experiencia mística se tuviera que emplear psicológicamente, tendríamos que admitir que el origen de este tipo de alteración de la consciencia está en medio del cerebro, en la llamada glándula pineal. La glándula pineal es un pequeño órgano en forma de cono y del tamaño de un grano de arroz que, en medio de la bilateralidad de nuestro cerebro, es el único órgano singular. Una de sus labores es la de convertir la serotonina producida durante el día en melatonina durante la noche y coordinar así los ritmos entre el sueño y la vigilia. Además, produce la dimetiltriptamina (DMT). Esta triptamina alcaloide, principal ingrediente activo de la ayahuasca, se puede encontrar en pequeñas cantidades en casi todos los organismos vivos. La glándula pineal segrega dimetiltriptamina durante toda experiencia místico-espiritual, así como también durante la experiencia del nacimiento y la muerte.

Muchas prácticas espirituales desarrollan métodos para activar esta glándula, que ya el mismo René Descartes describía como el 'asiento del alma'. Con la ingesta de plantas alucinógenas, los chamanes de Sudamérica y África aumentan los niveles de DMT en el cuerpo de manera externa. Los yoguis de la India practican la 'meditación del tercer ojo' y la técnica de 'mirar al solo', mientras otras religiones practican el aislamiento en estancias oscuras para ayudar al cuerpo, a escala bioquímica, a producir DMT por sí mismo. Es muy probable que las experiencias místicas y de la alteración de la consciencia hayan facilitado el desarrollo de la consciencia humana propiamente dicha.

Los científicos asumen que el hombre primitivo sólo pudo desarrollar consciencia de sí mismo al ingerir plantas con ingredientes psicoactivas, al principio de manera accidental y más tarde de manera voluntaria. Inicialmente, su limitada percepción quedó alterada por la ingesta de estas plantas y fue así como adquirió la habilidad del auto-conocimiento.

Aunque las experiencias místicas parecen estar lejos de la experiencia cotidiana del hombre occidental, todas las culturas del mundo conocen lo que son los estados de alteración de la consciencia y los experimentan de manera regular. Más allá de nuestro estado de vigilia, conocemos también los cambios de consciencia que se producen mientras dormimos y soñamos. Muchos de nosotros también hemos vivido los cambios mentales que se producen durante períodos de fatiga o en situaciones de gran estrés. Hoy en día, una gran cantidad de personas practican yoga y meditación, y todos hemos vivido el nacimiento y tendremos que vivir la experiencia de la muerte algún día.

Aunque nos parece fácil entender el hecho que nuestra consciencia normal sea capaz de inventarse historias, construir aviones y dirigir guerras, somos, al contrario, incapaces de penetrar universalmente las correlaciones existenciales de la vida, el nacimiento y la muerte.

En mi trabajo de doctor, he aprendido que la falta de conocimiento sobre nuestra existencia nos lleva al miedo que es la

condición básica de todo trastorno adictivo. El placer siempre nos viene dado por alguna cosa fuera de nosotros, mientras la alegría surge de dentro. La enfermedad y la adicción son productos de la falta de conexión, de unidad y pertenencia. Sólo la experiencia mística de la unidad puede llevarnos a la curación.

Reconocer la propia enfermedad mental es, sin lugar a dudas, el inicio de la recuperación de la cordura, el principio de la sanación y la trascendencia. Pronto, todo el mundo deberá reconocer, si todavía no lo ha hecho, que la humanidad se enfrenta a una elección muy importante: evolucionar o morir.

Deseo agradecer personalmente su ayuda y sus consejos al doctor Gad Lund-Meyerscheen, a Nath Lea Trishnamtrah y al profesor Loz Merlo.

* Gad Lund-Meyer es especialista en investigación y tratamiento de desórdenes de adicción y dependencia en el Bethlem Royal Hospital (Maudsley Foundation TRust) de LONDRES. Actualmente, dirige la Unidad de Desórdenes de Adicción y Dependencia y es profesor del Instituto de Psiquiatría del King's College de Londres.

Revista El Estado Mental nº4, septiembre de 2014 <http://www.elestadomental.com>