



Proyecto Anandayana

Gnoseología de la Serenidad

Proyecto Anandayana

Gnoseología de la Serenidad

versión 1.3

www.anandayana.org

Revisiones

| Ver | Fecha | notas |
|------------|--------------|--|
| v0.0 | -25/10/2015- | draft |
| v1.0 | -22/04/2019- | Primera edición |
| v1.1 | -24/12/2019- | Reposición de las ilustraciones |
| v1.1 | -24/12/2019- | Correcciones <i>La Relatividad de la Casi-Muerte de Mens</i> |
| v1.1 | -15/01/2020- | Traducción del idioma italiano |
| v1.2 | -10/03/2021- | añadido <i>La Dieta de los Chamanes Shipibo</i> |
| v1.3 | -21/06/2021- | Correcciones menores de la traducción |

Notas de los editores y distribución

El manuscrito del Proyecto Anandayana está disponible en formato digital de forma gratuita y para todos los públicos.

La serenidad es un derecho universal de cada persona. Para las instituciones debería ser un deber el tener que proporcionar metodologías y situaciones que facilitasen la serenidad de la comunidad.

El Proyecto Anandayana tiene como objetivo difundir la serenidad interior a todas las personas de la Tierra, de manera que se obtengan todos los conocimientos básicos para que cada uno construya su propia serenidad.

El Proyecto Anandayana se basa en la investigación y el conocimiento que residen dentro de los límites de lo conocido.

A medida que nuestros conocimientos continúan expandiéndose, los métodos de investigación que se utilizan en el Proyecto Anandayana están en continuo cuidado.

De todo esto se deduce que el Proyecto Anandayana irá cambiando constantemente a medida que se vayan abriendo nuevas fronteras.

En un mundo en el que las leyes y las religiones se instauraron para una sociedad y unas culturas diferentes a las actuales, el Proyecto Anandayana se ajusta a los tiempos: las necesidades de las personas van cambiando de generación en generación, pero este proyecto se irá adaptando a ellos. Así, se presenta como un enfoque moderno y actualizado que es capaz de lograr la serenidad de la persona.

El Proyecto Anandayana siempre estará listo para revisar sus métodos de investigación en caso de que los existentes se vuelvan

obsoletos y, por lo tanto, estará listo para volver a evaluar sus tesis en caso de que se descubran nuevos horizontes.

A pesar de esto, se desalienta a cualquier persona puede hacer una interpretación libre de cualquier parte de este texto: este manuscrito es un mensaje que se transmite al lector sin significados ocultos entre líneas.

Las nuevas versiones de este manuscrito siempre estarán disponibles en formato digital de forma gratuita:

www.anandayana.org (las donaciones son siempre apreciadas)

Con el Proyecto Anandayana, nace una nueva comunidad web, cuyo propósito principal es difundir el mensaje del Proyecto Anandayana.

Dentro de la comunidad y, basados en trabajos voluntarios, habrá muchos objetivos que se irán presentando, como la traducción de este texto y sus actualizaciones posteriores, la creación de un equipo directivo, y la construcción de centros de reunión donde probar, promover, practicar y compartir experiencias espirituales.

Se recomienda unirse a la comunidad digital del Proyecto Anandayana para no perderse las nuevas versiones de este texto y el desarrollo de la comunidad en sí.

El registro es gratuito y los datos personales no se divulgarán a ninguna entidad bajo ningún concepto, ni con fines publicitarios y mucho menos con fines estadísticos.

Un pequeño apunte eco-friendly:

Intentamos cuidar el entorno: no imprima este texto si puede leerlo en formato digital, o use papel reciclado en su defecto. No tire las copias impresas de ediciones antiguas, ¡regálelas!

¡Siempre promovemos una ideología ambiental!

Agradecimientos

El Proyecto Anandayana se inspira en Pragnil: es su enseñanza, su manera de ver, interpretar y vivir la vida, siempre sereno en cualquier situación en que se encuentre.

Pragnil es el mensajero y el Proyecto Anandayana es la misión de difundir su mensaje.

Agradezco sinceramente a todos los chamanes con los que he trabajado y, en particular, a mi guía espiritual, el “*abuelo*” JR, quien nunca afirmó ser un maestro ni enseñar nada, sino que, con su simpleza, su modestia y sus notables habilidades chamánicas arraigadas en la nobleza transmitida por el verdadero chamanismo shipibo, iluminaron el camino de mi aprendizaje.

Agradezco a todos los amigos que se prestaron como pacientes voluntarios a mis primeros enfoques para el tratamiento de psicoterapia de *PNL con conciencia alterada (Metodología AP)* y también agradezco a todos los pacientes que se han beneficiado de los tratamientos posteriores.

Un agradecimiento también, acompañado de estímulo, a cualquiera que esté haciendo el esfuerzo de mejorar su Conciencia Individual, creando un camino de serenidad; independientemente del tipo de camino que siga, inconscientemente está ayudando a mejorar la humanidad.

Consideraciones Previas

Este texto no está destinado a una lectura rápida, requiere reflexiones continuas, incluso sobre los conceptos básicos.

Tenga en cuenta que deberá detenerse en diferentes pasajes, comprenderlos y asimilarlos.

Se recomienda encarecidamente **no** pasar por alto las partes que no se entienden por simple ansia o curiosidad de seguir leyendo.

En el caso de que se encuentren dificultades momentáneas al asimilar completamente un concepto, o incluso solo un ejemplo, es recomendable dejar de leer, tomarse un tiempo para reflexionar sobre el concepto no adquirido y reanudar la lectura tras unas horas o al día siguiente.

Incluso cuando se vuelva a un pasaje previamente comprendido pero olvidado, se aconseja al lector que vuelva a ese pasaje y que no continúe con la lectura hasta que los conceptos anteriores vuelvan a asimilarse o recordarse.

Este texto se ha escrito de la manera más simple posible, evitando complicaciones innecesarias, utilizando terminología básica y tratando de proporcionar ejemplos simples.

Queríamos redactar un texto que estuviera al alcance de cualquier lector, de cualquier etnia y formación cultural.

También se han utilizado ejemplos ilustrativos, simples y sencillos, tanto, que pueden parecer toscos o incluso bruscos.

Anticipándose a la complejidad de algunos temas, todos los temas se han abordado de una manera simple y clara, a veces minimizando, si no eliminando, correlatos y adornos científicos, corriendo el riesgo de perturbar a los profesionales de dicho campo. Las personas con estudios, o las que han seguido un curso

científico-técnico, se podrían molestar al leer la forma simplista en la que se han tratado los temas científicos.

Ofrecemos las más sinceras disculpas a quienes sientan que su educación cultural e inteligencia se ven afectadas por la "simpleza" de la escritura.

A estas personas las invitamos a considerar que, por cada persona ofendida por la simpleza de este texto, hay al menos otra a la que esta simpleza le ha permitido una comprensión completa de los temas.

El propósito de este texto no es convencer al lector de la preparación técnica y científica del escritor, ni siquiera anhelar la aprobación de las comunidades científicas, y mucho menos la enhorabuena por parte de investigadores científicos. El propósito de este texto es hacer que todos los conceptos mencionados sean comprensibles para el mayor público posible.

Algunos lectores encontrarán nuevos conceptos provocativos y quizás incluso en contraste con su propia cultura o creencia religiosa.

Otros lectores dirán que algunos de los conceptos que encuentren aquí los habrán leído en otros textos científicos, religiosos, metafísicos o psicológicos: nada se ha inventado aquí, solo se han desmitificado creencias basadas en supersticiones y cuentos. Este texto no hace más que recopilar una colección de vínculos lógicos entre verdades ocultas, culturas ancestrales y verdades que siempre han estado descubiertas.

Incluso si el lector encuentra conceptos ya leídos en otras partes, no debe pensar erróneamente que este libro es uno de los muchos nacidos da un popurrí de ideas; este texto no es un sincretismo entre la Nueva Era, las religiones u otras creencias.

A pesar del intento de llegar a un público más extenso, este manuscrito está limitado: está dirigido a lectores con inteligencia media-alta, con mentalidad abierta, modestia intelectual e intuición sensible. En resumen, pensadores libres, que son objetivamente críticos y en busca de su propio camino.

El lector que intenta comparar este texto con sus creencias a través de un enfoque conservador, además de no captar el contenido del manuscrito, ni siquiera podrá seguir sus pasos lógicos y probablemente irá en contra de los conceptos básicos.

Solo aquellos que logren apartar sus creencias, sus certezas, sus visiones y su conocimiento científico podrán arrojar luz sobre Anandayana.

Este texto no es para aquellos que se adaptan a una sociedad enferma. Este texto no es para aquellos que solo pueden encontrar la felicidad en momentos breves de intoxicación física. Este texto no es para aquellos que creen lo que se les dice sin cuestionarlo. Este texto no es para aquellos que siguen con firmeza las supersticiones, creencias y rituales dictados por escritos anticuados sin pensar en lo que están haciendo. Este texto no es para aquellos que nunca se involucran y nunca cuestionan sus creencias. Este texto no es para aquellos que no escuchan a los demás. Este texto no es para aquellos que creen ciegamente en lo que dice la televisión, las religiones y la ciencia y rechazan “a priori” lo que afirman otras fuentes. Este texto no es para aquellos que se postran ante aquellos que parecen estar en un nivel superior. Este libro no es para quien, entre ser y tener, elige tener.

El lector que aprecie este texto será el lector que siempre haya tenido la sensación de que hay algo mal con el sistema y en la sociedad; una persona que nunca se ha sentido realmente cómoda en la sociedad. Una persona que vive bien en compañía, pero también está bien por sí misma. Una persona que siempre ha sentido un llamado espiritual, pero nunca ha encontrado un camino o una religión que satisfaga sus necesidades espirituales. Una persona que ha comenzado a entender cuáles son las cosas importantes en la vida, las no esenciales, las inútiles y las dañinas. Una persona que prefiere los conceptos en lugar de la forma. Una persona que quiere ser más que tener. Una persona que está lista para amarse y luego amar a los demás. Una persona pacifista que se siente en armonía con la naturaleza.

El Proyecto

Aunque no tenga rigor científico, el Proyecto Anandayana está arraigado en el enfoque científico tradicional: cualquier teoría lógica es válida hasta que se demuestre lo contrario.

Al practicar tu Anandayana encontrarás una respuesta a una pregunta tan antigua como las civilizaciones del ser humano: ¿cuál es el significado de la vida?

Durante miles de años, grandes filósofos han estudiado al hombre y al significado de la vida y han obtenido resultados brillantes, que se han convertido en el tema de estudios universitarios avanzados. Sin embargo, desafortunadamente, han llegado al fin en sí mismos.

¿Cuál es el significado de la vida?

Una pregunta que, dejando atrás las discusiones filosóficas generales, no todas las personas se han detenido a reflexionar.

Algunas personas dirían que siempre están tan ocupadas y apuradas que no tienen tiempo para detenerse y pensar por qué estamos en este mundo: vivir sin saber la razón para vivir. Parece una paradoja.

Algunas personas dirían que el significado de la vida es formar una familia o alcanzar un cierto status social, para obtener beneficios, como los bienes de consumo ofrecidos por la sociedad, las propiedades, los coches y los bienes de lujo.

Quienes afirman esto no se dan cuenta de que cada vez que se alcanza cualquiera de estos objetivos, el sucedáneo de la “felicidad” no dura mucho tiempo. Al contrario, aparece una nueva frustración por querer otros bienes de consumo.

Este sistema de bienes de consumo se presenta como la pescadilla que se muerde la cola.

Todas estas personas no se detienen a pensar que tales estímulos no surgen de sus propios pensamientos o deseos, sino que la sociedad se los ha inculcado de una manera muy astuta.

La ofuscación creada por las sociedades, las religiones y, a veces, por la ciencia, ha contribuido a que esas tesis filosóficas sobre el significado de la vida queden solo como palabras, sin ninguna aplicación real.

Aunque el significado de la vida sigue siendo un enigma para muchos, todos estarían de acuerdo en que la mejor condición para vivir sería estar en un estado de serenidad.

Aunque algunas religiones alertan a sus seguidores de la felicidad ficticia generada por el sistema de sociedades impuesto por el consumidor, sus seguidores no le dan mucha importancia al tema.

Si se culpa a las sociedades modernas por confundir la atención de las personas creando status-symbol y patrones de vida dañinos, fomentando la ambición y alimentando los egos de las personas, las religiones desempeñan un papel aún más importante para distorsionar las mentes de las personas: al confiar en las supersticiones antiguas se crean modelos de comportamiento que empujan al individuo a no profundizar en el concepto de vida, proyectando cada momento presente, durante toda la vida del creyente, hacia la falsa esperanza de un futuro después de la muerte en un lugar sin definir. El resultado obvio y deseado es que los seguidores proyecten constantemente su presente en el futuro: elecciones, conducta de vida, actitudes, relaciones personales y sociales, renunciaciones y privaciones de todo tipo; y deben hacerlo durante toda su existencia para ganar un lugar en el paraíso o una reencarnación digna.

Un individuo que creció en un entorno así, proyectado constantemente hacia el futuro, también lucha por concebir el concepto fundamental de la serenidad: el "*Aquí y Ahora*".

Tal vez no seas religioso, pero viviendo en una sociedad religiosa, el estilo de vida se modela de alguna manera según la religión o las religiones del lugar donde crece.

Algunas personas son conscientes de que lo que persiguen los seres humanos es simplemente la felicidad, pero incluso entre ellos, pocas personas realmente tratan de entender cómo obtener la felicidad.

Nacemos, crecemos, nos educan y vivimos en una sociedad que proporciona patrones de felicidad absolutamente erróneos, alimentados por personas que dirigen la sociedad.

Estos modelos se basan en la carrera, el dinero, la sexualidad, una creencia religiosa o una familia, sin ninguna forma de búsqueda interna para comprender cuál es la fuente de la felicidad.

El término *Anandayana* tiene raíces sánscritas:

Ananda-, traducible como "felicidad" y *-Yana*, como "camino".

De ahí el *Anandayana*, el camino de la felicidad.

La etimología de la "felicidad" define un estado mental positivo de aquellos que consideran que todos sus deseos están satisfechos.

Pero comúnmente, el término "felicidad" se considera un estado de ánimo breve y efímero, algo que está destinado a terminar pronto, incluso si esto no está intrínseco en el significado de la palabra.

Probablemente la razón sea que cuando pensamos en la palabra "felicidad", asociamos deseos materiales y no deseos espirituales: de hecho, la felicidad debida a la satisfacción de un deseo material no dura mucho tiempo (piense en la satisfacción debida a la compra de un coche o un móvil nuevos), mientras que la felicidad debida a la satisfacción de un deseo espiritual permanece más tiempo. A aquellos que ignoran el significado de lo que es la satisfacción de un deseo espiritual, no os preocupéis, todo estará más claro al final de este manuscrito.

El término "serenidad" se asocia generalmente con una condición emocional de tranquilidad y calma, profunda y aparente, que perdura en el tiempo.

En este texto, el término *Anandayana* también se usará con el significado de un camino a la serenidad.

Este no es uno de los muchos textos que pretenden proporcionar la receta de cómo lograr una serenidad duradera en tan solo unos pasos.

No hay ni una receta ni un secreto para la serenidad.

Siddhartha Gautama, mejor conocido como (el primer) Buda, dijo:

- *No hay camino a la felicidad, la felicidad es el camino* -

Veremos que esta oración contiene entre líneas el concepto de "Aquí y Ahora", para el cual no hay camino "para" la serenidad, sino un camino "de" serenidad.

En resumen, el término "Anandayana" indicará el "camino de la felicidad y la serenidad espirituales", aunque de aquí en adelante, y según corresponda, solo se utilizarán los significados de *camino de la felicidad* o de *camino de la serenidad* para que la lectura resulte más sencilla.

El camino de la felicidad es un viaje personal.

Nadie puede proporcionar una receta ad hoc válida para nadie; un camino eficaz para una persona puede no serlo para otra.

Terminología Básica

"consciousness" y "awareness" son dos términos ingleses que a veces se emplean como sinónimos, aunque son realmente diferentes.

Incluso los estudiosos de psicología y filosofía no siempre están de acuerdo con sus homólogos sobre las definiciones precisas de "consciousness" y "awareness"; de hecho, en español se usa la misma palabra polisémica "conciencia".

En este texto, la palabra "conciencia" se utilizará como referencia a "consciousness" y se acuña la palabra "estadía-al-tanto" como referencia a "awareness", dando más profundidad a "estar al tanto".

En este texto, la "estadía-al-tanto" se entiende como la capacidad más o menos extensa de percibir y reaccionar cognitivamente a condiciones o eventos, lo que no necesariamente implica una comprensión de ellos.

De hecho, mientras que el aumento de "conciencia" requiere generalmente un aprendizaje, el aumento de "estadía-al-tanto" puede tener lugar a través de una experiencia que no se comprende.

Por el término "estadía-al-tanto individual" nos referimos al "estadía-al-tanto" de una persona.

La "estadía-al-tanto individual" puede verse como una actividad mental del presente (y del pasado cercano) generada por la "conciencia" del individuo con la ayuda de las situaciones vividas, los recuerdos y las percepciones; por lo tanto, la "estadía-al-tanto individual" es un instrumento de la "conciencia".

La mente y sus actividades se dividen, para facilitar el trabajo, en "consciente", "inconsciente" y "subconsciente".

Por "conciencia" entendemos el acto de ser conscientes de las actividades cognitivas de las sensaciones, el pensamiento formulado, la intuición, la razón, la voluntad y la memoria (actos de la parte "consciente" de la mente).

Las actividades mentales cognitivamente superiores que no conciernen al "consciente", como los pensamientos espontáneos, las emociones o los instintos, se definen como "inconscientes".

Las actividades mentales cognitivamente menos elevadas se definen como "subconscientes", incluidas las actividades que regulan y sincronizan las actividades físicas.

Ahora debemos señalar una distinción firme entre "Conciencia Individual" y "Conciencia".

En este texto, el término "Conciencia Individual" no significa solo la definición de "conciencia", como definida anteriormente, aplicada a la persona.

Con el término "Conciencia Individual", queremos extender el concepto de "conciencia", es decir, ser conscientes de las actividades cognitivas, incluso para ser conscientes de la existencia de la propia parte espiritual, en el sentido extendido del término.

Por lo tanto, si hemos entendido la diferencia entre "Conciencia Individual" y "Conciencia", resulta evidente deducir que la "Conciencia" de una persona es una capacidad que puede ser desarrollada parcialmente por ella misma, mientras que la "Conciencia Individual" de una persona tiene un mayor potencial de desarrollo: la diferencia radica precisamente en el hecho de que ser consciente de la existencia de la propia parte espiritual de uno es una connotación que puede cambiar profundamente a una persona.

Más adelante, introduciremos los términos *Mens* y *Espíritu*, y entenderemos por qué son partes espirituales de cada ser humano. Así, veremos que la mayor parte de lo "consciente" es parte de la *manifestación* de *Mens*, mientras que la mayor parte del "inconsciente" es parte de las *manifestaciones* de *Espíritu*.

Por lo tanto, la "*Conciencia Individual*" de un ser humano es un conjunto de las *manifestaciones* de *Mens* y *Espíritu* de la propia persona.

Veremos que tanto *Mens* como *Espíritu* son entidades que poseen más dimensiones de las que somos conscientes y, por lo tanto, perciben eventos y condiciones que las personas no pueden percibir, como consecuencia tienen una conciencia más amplia, o mejor dicho superior.

Cómo Proceder

Seguir un camino espiritual es difícil, no importa en qué punto nos encontremos.

Además de que las indicaciones sobre cómo crear un camino espiritual son pocas y confusas, desde hace ya siglos, las sociedades y las religiones han hecho todo lo posible para evitar que las personas siguieran un verdadero camino espiritual. Han inculcado supersticiones y falsos mitos y han creado sociedades

que limitan el “estadía-al-tanto Individual” y engañan a la “Conciencia Individual”.

La razón de todo esto es que una sociedad con muchos individuos con una poca “Conciencia Individual” es una sociedad controlable.

Anandayana promete proponer pautas (o directrices) para ayudar a cada persona a encontrar su propio camino espiritual, o su propio camino de serenidad.

El término "directrices" se usa intencionalmente porque no puede haber una guía de comportamiento para todos.

Cada persona es una perfección única.

No hay una receta única para la serenidad de dos personas diferentes, y mucho menos para una multitud de personas o, peor aún, una receta única válida para una multitud de personas repartidas en varias generaciones.

Antes de proponer "directrices", uno debe asegurarse de que el lector tenga un conocimiento básico mínimo que le permita interpretarlas y, por lo tanto, poder encontrar su propio camino de la serenidad.

En la *Parte I - Gnoseología de la serenidad*, aunque de manera muy simple, se define la estructura del universo que concierne el ser humano y sus partes espirituales.

Esta parte del texto tiene el requisito previo del resto del manuscrito: entender y asimilar este capítulo es esencial para arrojar luz sobre cuál será el camino propio de la serenidad.

De hecho, una persona sin los conocimientos claros solo puede tener ideas confusas: cualquier forma de investigación espiritual daría lugar a vagar en la oscuridad, y cualquier espiritualidad encontrada sería como las prácticas de las religiones modernas: un conjunto de supersticiones.

Tenga en cuenta que la definición general de "conciencia" (ver las primeras definiciones del párrafo *Terminología Básica* ⇒) incluye el aprendizaje del conocimiento; si tenemos un conocimiento erróneo,

nuestra *Conciencia Individual* no puede desarrollarse de manera correcta.

No tendría sentido seguir a *Parte II* si no se comprende y asimila la primera parte al completo. Después se comprenderán los conceptos de las “directrices”, que, aunque no se detallan, aparecen para que reflexionemos sobre lo que nos rodea y sobre cómo podemos interactuar con ellos mejor para construir nuestro propio Anandayana.

Se invita al lector a leer con una mente receptiva, flexible y abierta.

Compendio

Sin duda, una mejor *Conciencia Individual* ayuda a la persona a encontrar y seguir su propio camino de serenidad.

Al mismo tiempo, caminar por el Anandayana correcto ayuda a desarrollar la *Conciencia Individual*.

Este texto está destinado a ayudarte a mejorar tu Conciencia Individual.

Para mejorar nuestra Conciencia Individual, debemos esclarecer algunos puntos para que el viaje persona sea más visible.

Si sigues un camino oscuro, es difícil continuar: el miedo y la inseguridad aparecerán fácilmente, también porque cualquiera que sea tu Anandayana, tendrá conceptos básicos diferentes de los conceptos inducidos por la sociedad-religión, que, a pesar de estar equivocados, dan una apariencia de seguridad, ya que están socialmente aceptados.

Al aclarar algunos puntos, las ideas se vuelven más sencillas y se fortalecen las creencias sobre nuevos conceptos.

Con ideas claras sobre algunos conceptos y temas importantes, a la persona le resultará más fácil ver, comprender y seguir su propio camino de serenidad.

La conciencia también aumenta al tener experiencias de vida variadas y, al mismo tiempo, la conciencia misma nos ayuda a aprovecharlas al máximo.

Como ya se mencionó, el conocimiento es una condición necesaria (pero no suficiente) para el crecimiento de la conciencia.

La conciencia adquiere conocimientos también mediante el uso de una herramienta importante: la estadía-al-tanto.

Obviamente, un aumento en la conciencia conduce al desarrollo de la Conciencia Individual.

Con el fin de proporcionar al lector los conocimientos básicos para desarrollar su Conciencia Individual, este texto arrojará luz sobre los puntos que las religiones y sociedades mantienen en la oscuridad por razones obvias: es más fácil manipular a un grupo con poca Conciencia Individual, que a otro que posee una más desarrollada.

Para obtener un grupo de personas con poca Conciencia Individual, es suficiente hacerles crecer en algo concreto, proporcionándoles el conocimiento, los valores y los temores incorrectos.

Así se crea el miedo a la muerte y la posibilidad de una vida eterna; se crea un "Dios" sobrenatural con similitudes humanas, el juez supremo que puede decidir si uno merece la vida eterna o la condenación sin fin, si se reencarna en otro ser humano con una buena vida o no, si vivimos la felicidad a su lado o en el sufrimiento eterno.

Después, solo hay que crear reglas, más o menos fuertes, según el tipo de personas que se quieran manipular.

Para que nuestro cuento sea creíble, hay que aportar varios ejemplos significativos: algunos incluyen milagros o eventos sobrenaturales de diversos tipos, otros reelaborados a partir de historias de mitologías antiguas, todas incluidas en un libro "inspirado por Dios".

El individuo, enmarcado de cierta manera con reglas, supersticiones y creencias similares a los cuentos de hadas, también se atormenta por un sistema que impone status-symbol, competitividad, modelos inalcanzables, estrés y problemas de todo tipo.

Todo esto crea una conciencia colectiva baja y la persona no solo no desarrolla su propia Conciencia Individual, sino que la reprime.

Una persona así reprime cualquier forma de pensamiento no conformista, también porque para apoyar una idea diferente de las demás es necesaria una Conciencia Individual que sea diferente y mayor que la de los demás.

Por lo tanto, debemos tratar de aclarar algunos puntos importantes, como entender lo que somos como seres humanos, es decir, de qué elementos estamos hechos, cuál es el objetivo de nuestra vida, por

qué necesitamos nuestro Anandayana y qué prácticas pueden ayudarnos para el camino.

Para comenzar a eliminar algunos puntos que crean oscuridad en nuestro camino, primero debemos entender lo que somos y luego tratar de analizar el significado de la vida, el propósito de nuestra existencia y lo que inconscientemente queremos.

Introducción

Mi primer viaje a Sudamérica fue increíble: seis meses de mochilero que me cambiaron la vida.

En ese viaje entendí muchas cosas, algunas de ellas hasta entonces desconocidas para mí, muchas otras las había ignorado por completo.

En esos meses, muchas de las creencias que tenía hasta entonces impuestas por la sociedad europea se derrumbaron inadvertidamente, como una vieja casa de piedra que sufre la furia de un terremoto de escala 10.

Las experiencias de ese viaje fueron el terremoto que me sacudió.

Desde mis escombros, pude ver que lo primero que parecía sustancial era en realidad efímero; lo que antes parecía haberse consolidado, en realidad estaba respaldado por creencias e ideas inducidas; lo que parecía importante, en realidad era completamente superfluo.

Todos esos escombros eran un conglomerado de superficialidad, inutilidad e ignorancia.

Me replanteé todo y puse en juego muchos valores que anteriormente eran inamovibles.

Desde los escombros de mis antiguas creencias, se me abrió un camino completamente nuevo y demasiado claro como para fingir que no lo veía.

Cuando volví a Europa era otra persona.

Desde el día que volví, quedó claro lo que tenía que hacer: cambiar mi vida por completo.

No fue fácil iniciar un nuevo camino.

Muchos años de estudio técnico dedicados a estudiar una carrera que quería desde niño; luego una carrera brillante y rápida; y finalmente un puesto fijo y respetable en la sociedad.

Ahora tenía que renunciar a todo.

Lo que me frenaba era el hecho de dejar una buena situación, estable y segura, por un futuro que aún no tenía perspectivas. O peor aún, no tenía la menor idea de lo que haría a partir de ese momento, de cómo me mantendría, de lo que comería. Tenía algunos ahorros, pero sabía que durarían unos meses.

Fue un salto al vacío.

Solo tenía una certeza: ese camino, absolutamente desconocido en este momento, me atraía muchísimo y tuve la fuerte sensación de que me traería alegría, serenidad y felicidad.

Ya antes había confiado en mi sexto sentido, pero para decisiones secundarias, nunca me había atrevido tanto hasta ese momento.

También hubo otro factor que motivó mi elección para pasar página: siempre tuve la sensación de que había algo malo a nuestro alrededor: no entendía lo que era, ni siquiera podía tener una idea de lo que no era, pero lo sentía muy claro.

Algunos amigos también experimentaban este sentimiento. Algunos se basaban en explicar qué era esta sensación y qué la causaba, pero a mí no me convencía estas teorías, siempre me ha parecido que no tenían sentido, o al menos estaban incompleta.

También tenía la certeza de que, si me embarcaba en mi nuevo viaje, habría entendido el origen de ese sentimiento.

Tenía ante mí dos opciones: hacer lo de “tierra trágame”, enterrando mi cabeza en la arena como un avestruz, continuando viviendo mi vida acomodada, segura y, en cierto modo, satisfactoria; o, por el contrario, dar un salto al vacío, sin expectativas y sin nada seguro.

Estaba convencido de que la mayoría de la gente elegiría enterrarse la cabeza bajo en la arena: era la elección segura, todos lo hacen... si todo va bien, ¿por qué arriesgarse?

- Sabes lo que dejas, pero no sabes lo que encontrarás -, un simple y claro dicho, que advierte a quien quiera hacer cambios irracionales y apoya lo que ya lleva construido; pero me daba igual, estaba a punto de hacer exactamente lo contrario: dejar una posición segura, en proceso de consolidación y con la única posibilidad de que mejore, para dedicarme a algo de lo que no tenía la menor idea clara de lo que era, solo una imagen difuminada, vaga y extravagante.

Coraje, no convencionalismo, adaptación y, probablemente, un poco de locura: me armé con estas (casi) virtudes y decidí dar ese salto al vacío.

Pensé: - la vida es solo una, en el peor de los casos seguramente tendré historias que contar... -.

Sin darme cuenta, mi nuevo camino ya había comenzado. Las dudas fueron solo las últimas cenizas del fuego de mi vida anterior.

No estoy seguro de si la elección del cambio de vida fue una consecuencia de varios razonamientos acumulados a lo largo del tiempo y que de repente llegaron a una conclusión, o salió de la nada.

Ciertamente, sé que en el momento en que me di cuenta de que había tomado una decisión, muchas cosas ya habían cambiado: el concepto de carrera había perdido su significado, el deseo de pertenecer a cualquier tipo de grupo se sumió en un vacío.

Al comienzo de mi nuevo camino, sabía algo que no dejaba compromisos, pero tenía claras consecuencias: durante un cierto período de mi vida tuve que romper con la sociedad.

Al principio no tenía idea de por qué tenía que abandonar ninguna forma de sociedad, solo sabía que tenía que hacerlo.

En retrospectiva, todo resultó ser claro y obvio: para entender a la humanidad y su sistema social, tuve que romper con eso, tuve que cortar todos los puentes, tuve que asumir la posición de un observador externo y neutral, es decir, que no afectase al ambiente en estudio y que a su vez no se viese afectado por lo observado.

Y así fue durante varios meses de mis siguientes años.

Desde el principio esperé que no fuera fácil, y de hecho no lo fue, pero, por otro lado, fui gratamente recompensado por las experiencias realizadas y por el crecimiento espiritual y personal alcanzado.

Pensé que nunca viviría experiencias como en mi primer viaje a Sudamérica, en términos de cambios personales, culturales y mentales, pero estaba muy equivocado: ahora veo mi primer viaje como una especie de entrenamiento psicológico, físico y espiritual para las experiencias que siguieron, pero, sobre todo para prepararme para entender y asimilar las enseñanzas de Pragnil.

El Encuentro

Notas escritas unas tres horas antes de mi primer ritual de ayahuasca con ceremonia de Shipibo:

"...

Antes de la puesta de sol, la mayoría de los adultos se bañan al aire libre junto a la casa, usando cubos y cubetas y con poca ropa puesta, mientras que los niños se lavan en el fangoso río Ucayali, tan turbio que no tiene ni 5 cm de transparencia.

Anoche fui al río a tomar fotos al atardecer.

El puente de madera largo y estrecho que conduce al muelle, a dos metros sobre el agua, es raquítico, viejo y roto, parece que en cualquier momento puede colapsar, pero aún tiene su encanto.

Entre los barcos peque-peque, había una docena de niños, algunos adolescentes y un par de adultos, uno de los cuales era extranjero. Todos están jugando en el agua en lugar que bañarse.

El extranjero me parecía particularmente sociable, tenía toda la atención de los demás, parecía llevarse muy bien con la gente local, encantadora y sonriente. Transmitía buenas vibraciones y serenidad.

No entré en el agua, demasiado turbia para mi gusto. Me senté en el puente, tomé fotos, observé a esas personas divirtiéndose y disfrutando del ambiente inusual.

A medida que el sol se ponía, los mosquitos comenzaron a volverse cada vez más molestos.

Estaba a punto de irme, cuando de repente todas las personas comenzaron a salir del río y a dirigirse hacia el puente estrecho, pasando por mi lado uno a uno.

Extraño episodio: todos los niños estaban alrededor del extranjero y cuando pasó por mi lado, me miró a los ojos, sonrió levemente, me tocó el hombro con la mano y me dijo: -Mañana noche, confía en ellos-. Me quedé anonadado; todavía no entiendo por qué me dijo esas palabras o qué significaban.

...

Hoy hice poco, M. me aconsejó que descansara.

Solo algunos paseos por el pueblo; algunas charlas de esto y lo otro con los lugareños.

Esta tarde, volviendo a la cabaña, me moría de hambre: no entiendo el ayuno que se requiere para el ritual.

Tengo mis dudas para esta noche.

*M. me ha dicho que viene a buscarme a eso de las 8 p. m. para el ritual de la ayahuasca.
..."*

Notas escritas el día siguiente de la noche de mi primer ritual de ayahuasca con ceremonia de Shipibo

"...

Anoche, M. vino a buscarme tarde, casi todos se habían ido a dormir.

Partimos en la oscuridad hacia el norte, caminamos durante unos 35 minutos con la tenue luz de su antorcha a través de unos pueblos pequeño cuyo nombre no puedo recordar, algunas casas dispersas aquí y allá.

En esos pueblos no hay luz artificial. A esa hora las únicas presencias son las pocas casas cuyas formas se pueden entrever desde el camino y los perros que ladran en nuestro pasaje.

A medida que entramos más y más en la oscuridad, comencé a sentirme nervioso, me vinieron a la mente mil pensamientos y todos terminaron con una frase: - Estoy loco por seguir una persona desconocida en medio de la selva amazónica por la noche -.

Los sonidos nocturnos de la naturaleza, si antes creaban un agradable concierto envolvente de fondo, a medida que avanzábamos y el camino se hacía más estrecho, se hacían más intensos, volviéndose amenazantes.

Nos detuvimos frente a una pequeña choza. M. me dijo que esperara, tenía que ir a llamar a su padre.

En ese momento mientras esperaba, se me vinieron a la mente las palabras del extranjero - mañana noche confía en ellos - y su sonrisa pacífica.

Inexplicablemente, el recuerdo de esas palabras puso mis pensamientos en orden de una manera positiva ... la curiosidad me llenaba y no quise retirarme, así que la única solución era confiar en esos chamanes, relajarme y dejarme llevar por la aventura

..."

Ese extranjero que conocí cerca del río era Pragnil y, ahora, puedo decir con certeza que esas palabras fueron la primera guía que me ofreció.

Si Pragnil nunca hubiera pronunciado esas palabras, ¿habría podido tener esa experiencia extraordinaria que cambió mi vida?

Desde entonces me lo he preguntado varias veces.

Sin embargo, ese breve período en la selva amazónica fue probablemente el más importante de mi vida: conocí a Pragnil y

participé en mi primer ritual de ayahuasca, dos eventos que cambiaron mi existencia para siempre.

Mis impresiones positivas de Pragnil se confirmaron en reuniones posteriores: una persona de fascinante tranquilidad y paz interior, tanto que todas las personas a su alrededor percibían claramente estas vibraciones positivas.

Siempre con una sonrisa serena, Pragnil derrocha serenidad.

De pocas palabras, pero profundas, que saben ir directamente al grano.

Él siempre tiene una palabra para aquellos que necesitan consuelo. Constantemente dispuesto a ayudar a los demás.

Un gran oyente, atento a los detalles de lo que la gente le dice.

Pragnil tiene todas las características de alguien que podría llamarse sabio.

Una característica sorprendente de Pragnil es su cultura, casi omnisciente. Pragnil tiene un profundo conocimiento de todos los temas de los que le he oído hablar y los entrega siempre con extrema modestia.

Si hay personas iluminadas, Pragnil es ciertamente una de ellas, de lo contrario, diría que nunca he conocido a ninguna.

Fuera del amplio conocimiento cultural, Pragnil es capaz de realizar acciones que caen dentro del concepto común de lo paranormal.

He visto varias veces cómo Pragnil es capaz de prever el futuro y, cuando es necesario, dar consejos efectivos de una manera sintética, capaz de poner en condiciones favorables a aquellos a quienes está destinado el mensaje, como me ocurrió en mi primer ritual chamánico y en otras ocasiones posteriores.

Y no solo eso.

Vi con mis propios ojos cómo Pragnil hacía una curación, por lo que también podría ser descrito como milagroso: durante un ritual chamánico al que asistí con Pragnil, algunos nativos de una aldea cercana trajeron a una mujer que se retorció de dolor, sudores, gemidos y lloraba en un idioma desconocido para mí.

Pragnil se agachó al lado de la mujer tendida sobre el suelo de madera en una esquina del centro ceremonial, a un par de metros de donde estábamos sentados, y le puso las manos en el estómago:

en unos segundos, la mujer se calmó y se quedó dormida, luego, Pragnil se sentó con nosotros otra vez.

Después de aproximadamente media hora, la mujer se despertó, salió tranquilamente del centro ceremonial y se unió a las personas que le habían acompañado y que permanecieron esperando en silencio, sentados cerca.

Quedé aturdido, Pragnil y mi maestro chamán J. no se dieron la vuelta.

De mi diario de aquellos días:

"...

Me desperté en el centro ceremonial con la primera luz del amanecer al mismo tiempo que J. se despertó.

Generalmente se despierta a las 5 a. m., así que probablemente el ritual duró mucho más de lo esperado. Perdí el sentido del tiempo que pasó y todavía me siento muy aturdido.

Cuando me desperté, Pragnil no estaba allí, no me di cuenta de a qué hora salió Pragnil, pero regresó un poco más tarde.

Mientras limpiábamos el centro ceremonial, le pregunté a Pragnil algunas cosas: qué problema tenía la mujer, si era J. quién le había enseñado a curar y si se consideraba un chamán.

La única respuesta que recibí fue: - uno debe estudiar la vida entera para convertirse en chamán -.

..."

Parte I - **Gnoseología de la Serenidad**

Metodología

El método de trabajo científico debe ser claro y meticulosamente seguido por aquellos que hacen ciencia, pero, desafortunadamente, no siempre es el caso. Se debería seguir dos conceptos básicos:

1. Cualquier teoría es válida hasta que haya evidencia científica obvia de que no lo sea, y
2. una teoría ya no es válida cuando hay al menos una prueba sustancial que demuestra lo contrario.

Este texto no pretende dar respuestas científicas a preguntas no resueltas o formular nuevas teorías físicas.

Sin embargo, para introducir ciertos conceptos, algunas teorías erróneas deben ser rectificadas.

Anandayana es un viaje personal, nadie puede definir con certeza el camino de otra persona, ya que cada persona tiene su propio camino que difiere de los caminos de todos los demás.

A pesar de todo esto, se pueden sugerir metodologías que un individuo puede evaluar como posibles contenidos para su propio Anandayana.

Lo importante es tener ciertas ideas claras desde el principio del propio Anandayana, y solo se pueden encontrar ideas claras cuando uno conoce el territorio propio, mejor dicho, la realidad que nos rodea.

El comienzo del propio Anandayana es precisamente el paso más importante: uno se da cuenta de que se encuentra en un territorio que creíamos conocer, pero lo sabíamos solo parcialmente, y lo poco que sabíamos lo teníamos con una visión distorsionada debido a la cultura y la sociedad en la que crecimos, sin mencionar el adoctrinamiento religioso al que hemos sido sometidos.

Necesitamos desmitificar todo el conocimiento equivocado que tenemos, creando una nueva visión de la realidad.

Una vez que se obtiene una nueva visión de la realidad, el territorio que consideramos conocido aparecerá como un nuevo territorio.

Cualquiera que sea el camino que tome, con una nueva visión, será como encontrarse en nuevos territorios, todos para explorar, comprender y aprender.

El Proyecto Anandayana no tiene la intención de proporcionar respuestas científicas a preguntas no resueltas; sin embargo, queremos desacreditar los conceptos equivocados, para que el individuo tenga una visión más clara del punto del que parte.

Persiguiendo su propio Anandayana, el seguidor pronto entenderá por sí mismo que no es importante comprender todos los misterios del universo.

Lo importante es tener ideas claras sobre ciertos temas para poder asimilar algunos conceptos nuevos y mantener una mentalidad abierta y flexible: esto es esencial para continuar el Anandayana.

El conocimiento útil para formar un Anandayana podría llamarse *gnoseología de la serenidad*, o teoría del conocimiento para la serenidad. [\[1\]](#)

Para entender el secreto de la serenidad, necesitamos analizar lo que realmente queremos y lo que necesitamos.

Pero el primer paso para asimilar la *gnoseología de la serenidad* es comenzar por entender "lo que somos".

Nunca entenderemos lo que necesitamos para nuestra propia serenidad si no tenemos ni idea de lo que realmente somos.

Todos tenemos ideas confusas o erróneas acerca de lo que somos debido a una cultura y educación básicas que proporcionaron información incorrecta a propósito.

Comprender exactamente lo que somos es imposible, pero tener ideas correctas no es difícil y es el primer paso necesario para comenzar en nuestro Anandayana.

Sueño, Alucinación o Realidad

Notas escritas algunas noches después de mi primer ritual de ayahuasca:

"...

Incluso la reacción de mi físico a la medicina fue fuerte, pero valió la pena.

Todavía me desconciertan las extraordinarias visiones del viaje chamánico, cientos de preguntas aturdidas en mi cabeza para encontrar un sentido lógico a todo, una explicación racional: ¿fueron todas esas visiones, sueños, alucinaciones, todas creadas por mi mente?

Y las respuestas a mis preguntas que vinieron a mi cabeza, ¿vinieron por sí solas?

Si todo hubiera salido de mi mente, ¿por qué elegí ese tipo de respuestas?

Las preguntas siguen una tras otra... Esas respuestas me tenían loco, nunca había esperado tanto.

Hoy, después del almuerzo, salí a dar un paseo solitario, para distraerme un poco.

No había nadie alrededor, todos estaban durmiendo por la siesta.

Sentí que el sol me quemaba, así que me senté a la sombra de una planta cerca de la escuela. Poco después, apareció el extranjero al que conocí en el río y se acercó, me saludó, se sentó a mi lado y se presentó como Pragnil.

Le pregunté si alguna vez hizo algún ritual de ayahuasca y comenzamos a hablar sobre el tema.

Le expliqué mi consternación por todos los mensajes recibidos durante la sesión de ayahuasca en forma de visiones y respuestas a mis preguntas, mi escepticismo acerca de las creencias indígenas sobre los Espíritus y también mis dudas de que las visiones sean simplemente fruto de la mente bajo un efecto psicodélico, es decir, no hay nada real en la base de las visiones, sino solo el fruto del cerebro alucinado.

Después de escucharme, Pragnil me respondió de esta manera: - ¿Crees que hay algo real en lo que ves, lo que tocas y lo que sientes ahora? ¿No es todo creado por tu cerebro? -

..."

Pragnil nunca me ha impuesto su conocimiento o sus propias ideas, nunca me ha dado una enseñanza fija.

Pragnil siempre me ha ayudado a comprender los conceptos para que razonara, acompañándome intelectualmente de un aprendizaje claro.

- ¿Crees que hay algo real en lo que ves, lo que tocas y lo que sientes ahora? ¿No es todo creado por tu cerebro? -

Desde el momento en que escuché esas palabras, necesitaba profundizar más en el tema: comprendí de inmediato que era un concepto fundamental para mi nuevo camino. Me imagino que Pragnil lo sabía bien, de lo contrario no habría introducido el tema en cuanto nos hubiéramos conocido.

Pragnil me recordó varias veces que la realidad en la que vivimos la estamos creando nosotros mismos.

Queriendo profundizar en el tema, volví varias veces con Pragnil y, obteniendo confirmación y siguiendo mi investigación, logré obtener la imagen general que expongo en los párrafos siguientes.

La división en párrafos de cada tema creo que es útil para futuras referencias.

Manifestaciones de Entidades con Otras Dimensiones

En esta parte del texto queremos definir el concepto de *dimensiones* y posibles *manifestaciones* percibidas en ciertas situaciones.

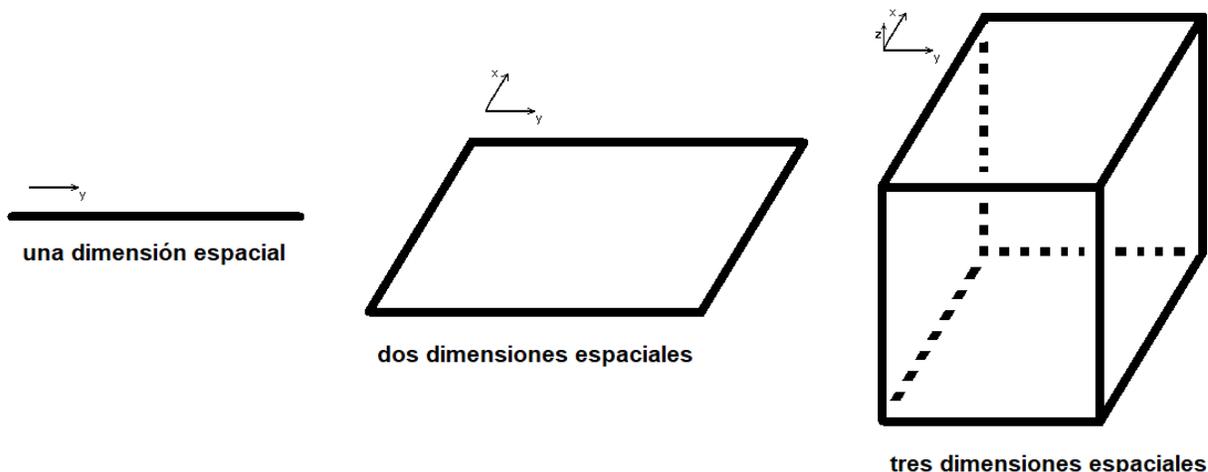
Muchos lectores encontrarán el tema fácil de entender, otros tendrán que revisar este párrafo varias veces.

Se recomienda no continuar con la lectura hasta que todos los detalles de este entendimiento estén claros y bien digeridos, ya que se repetirán muchas veces en este texto.

Le invitamos a volver a leer esta parte del texto si los conceptos que se presentan aquí se van oscureciendo con el tiempo.

Dimensiones Espacio-Temporales

Todos estamos acostumbrados a hacer malabarismos en el mundo tal como lo vemos en *cuatro dimensiones: las tres dimensiones espaciales* que percibimos (longitud, altura y profundidad) y *una dimensión temporal unidireccional* (percibimos que el tiempo pasa en un sentido incremental único, sin poder retroceder).



II. 1

A menos que el lector haya seguido una carrera en estudios científicos, imaginar una cuarta dimensión espacial es difícil.

Manifestaciones

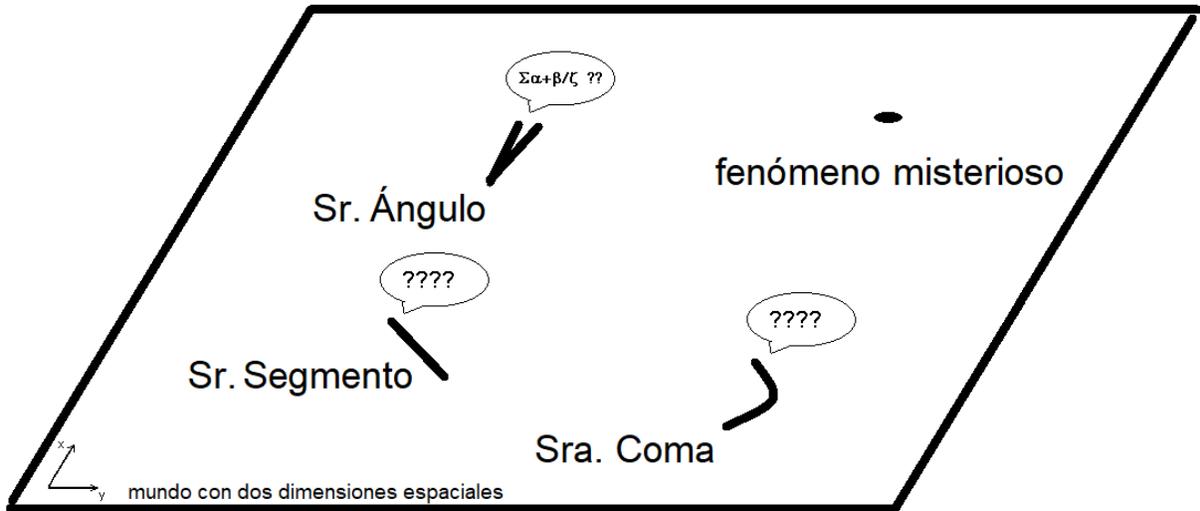
Tomemos un ejemplo aproximado, que se recordará varias veces durante este libro para ayudar al lector a entenderlo fácilmente.

Proyección en un universo hipotético (visible) en las tres dimensiones: dos dimensiones espaciales y el tiempo.

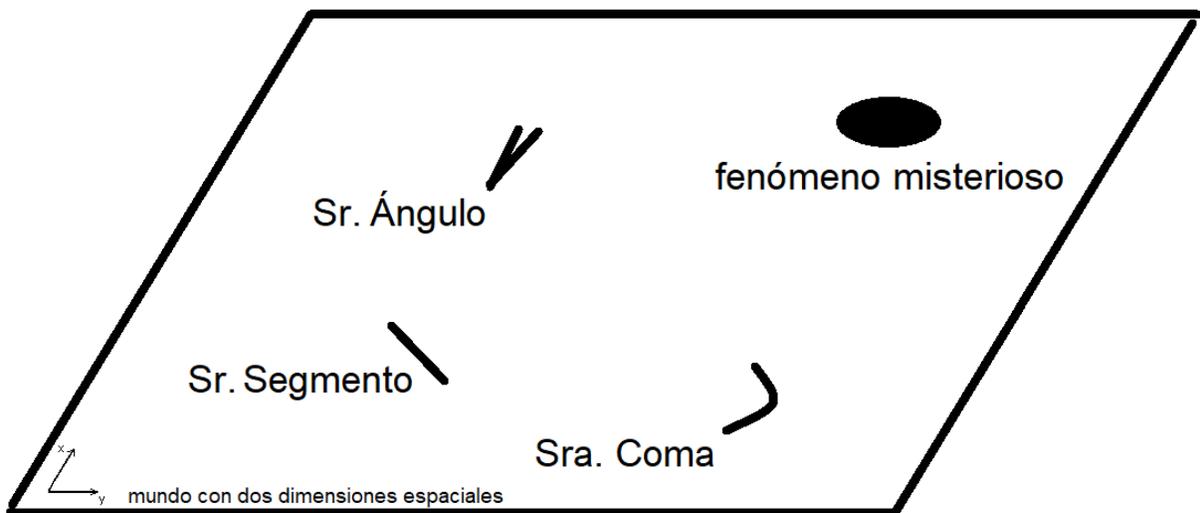
En este universo hay un país donde viven algunos personajes: el señor Segmento, la señora Coma y el señor Ángulo.

Los tres amigos, viviendo en un mundo con dos dimensiones espaciales, ignoran totalmente la existencia de una tercera dimensión espacial, de hecho, ni siquiera pueden concebir una dimensión adicional a las dos dimensiones espaciales en las que viven: es el mismo ejemplo que el nuestro, que luchamos para poder percibir una cuarta dimensión espacial.

Los tres personajes están acostumbrados a presenciar una extraña *manifestación* todos los días, por lo que no pueden dar una razón: un círculo que a veces se hace más grande y otras más pequeño.



II. 2a: mundo en 2 dimensiones espaciales



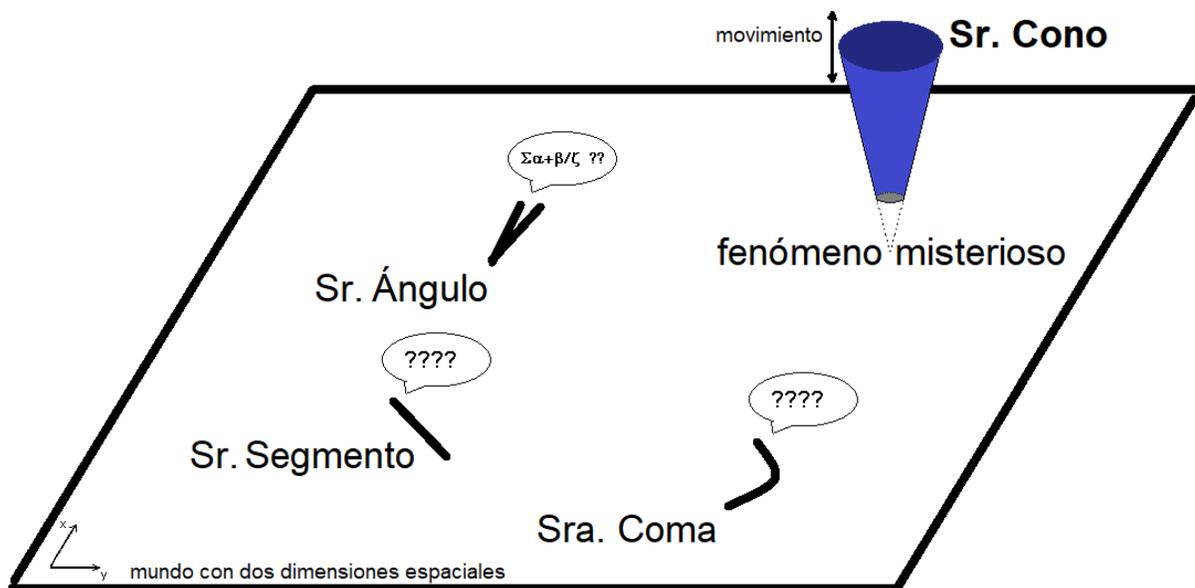
II. 2b: mundo en 2 dimensiones espaciales

El Sr. Ángulo es un científico y ha dedicado toda su vida al estudio de esa extraña *manifestación*: al formular varias leyes físicas basadas en modelos matemáticos complejos, ha logrado describir bien la dinámica geométrica de la *manifestación* que aparece, pero el conocimiento y las percepciones del Sr. Ángulo, no le permiten comprender completamente la naturaleza del fenómeno. De manera similar, hemos creado la maravillosa física cuántica, pero

no hemos entendido completamente la verdadera naturaleza de los fenómenos que llamamos electrones y fotones.

El fenómeno misterioso es en realidad el Sr. Cono, que vive en un mundo de cuatro dimensiones visibles (tres dimensiones espaciales más la del tiempo), y que se mueve continuamente hacia arriba y hacia abajo en la tercera dimensión espacial.

El fenómeno percibido por los tres amigos es la *intersección* plana del Sr. Cono en el plano de los tres amigos, Coma, Ángulo y Segmento, quienes, al no poder concebir la tercera dimensión espacial, solo pueden percibir la parte del Sr. Cono que se cruza con su realidad en el espacio bidimensional.



Il. 3: mundo de 2 dimensiones espaciales visto desde observador en un mundo de 3 dimensiones espaciales

Por lo tanto, los tres amigos Coma, Ángulo y Segmento, que viven en un mundo con dos dimensiones espaciales, al ser privados de la tercera dimensión espacial (perpendicular al plano), no notan la presencia del Sr. Cono; los tres amigos solo se dan cuenta de las *manifestaciones* del Sr. Cono en su mundo espacial bidimensional. Ese extraño círculo que cambia de dimensión, en realidad no es otra cosa que la *incidencia geométrica* del Sr. Cono en un nivel bidimensional (en gris en la figura 3). El Sr. Ángulo logró describir bien la *manifestación* del Sr. Cono en el mundo en dos dimensiones

espaciales, pero no puede entender la verdadera naturaleza del Sr. Cono, porque carece de la tercera dimensión espacial.

Así, podemos definir dos tipos distintos de *manifestación*:

- Manifestación directa: cuando un fenómeno se manifiesta en una sub-dimensión debido a su propia incidencia geométrica, como en el caso del Sr. Cono, quien se "intersecciona" con el mundo de los señores Coma, Ángulo y Segmento.
- Manifestación indirecta: cuando un fenómeno se manifiesta en una sub-dimensión debido a una proyección. Como ejemplo, considere a una persona en un espacio tetradimensional (tres dimensiones espaciales y una temporal) y una fuente de luz (los medios de proyección); la sombra creada en una pared (dos dimensiones espaciales) podría ser una *manifestación* indirecta de la persona, porque se produce debido a la presencia del medio de proyección (luz).

Para definir si una *manifestación* es directa o indirecta, es necesario conocer completamente la naturaleza del fenómeno.

En términos generales, un fenómeno puede estar bien definido si su naturaleza se encuentra completamente en nuestras dimensiones perceptibles y se manifiesta en sub-dimensiones.

En el caso en el que la *manifestación* del fenómeno se produce en las dimensiones que nos son perceptibles, pero la naturaleza del fenómeno reside en dimensiones que no nos son perceptibles, la comprensión del fenómeno es ciertamente improbable.

En este texto no se hará distinción entre *manifestación* directa o *manifestación* indirecta, simplemente hablaremos de *manifestación*.

Manifestaciones y Ciencia

Ahora traducimos el ejemplo que acabamos de dar en nuestra realidad que vemos en cuatro dimensiones (tres espaciales y una

temporal).

En la vida cotidiana, aunque muy a menudo no nos damos cuenta, vivimos con *manifestaciones* de fenómenos de inexplicable naturaleza por la ciencia.

Para algunos de estos fenómenos, la ciencia puede describir completamente la *manifestación*, incluso para predecirlo y controlarlo, pero no logra a dar una explicación de su naturaleza.

Las *manifestaciones* como los electrones, los fotones, las activaciones del cerebro o la gravedad son *manifestaciones* de fenómenos que “existen” en otras dimensiones además de nuestras cuatro propias, pero solo percibimos sus *manifestaciones* en nuestras cuatro dimensiones.

Aunque podemos describir bien las *manifestaciones* de estos fenómenos en nuestras cuatro dimensiones, como en el caso del científico Sr. Ángulo del ejemplo anterior, ignoramos total o parcialmente la verdadera naturaleza de estos fenómenos, ya que nuestra comprensión se limita a las tres dimensiones espaciales y a la única temporal.

Nuestros modelos fisicomatemáticos son correctos para describir las *manifestaciones* de los fenómenos en nuestro mundo de cuatro dimensiones, pero la verdadera naturaleza del fenómeno se nos escapa, como en el caso de la gravedad, cuya *manifestación* ya fue descrita por Newton en el siglo XVII y posteriormente refinada, pero aún hoy en día no se comprende la verdadera naturaleza del fenómeno. También A. Einstein intentó proporcionar una explicación más completa de la gravedad basada en la distorsión espacio-temporal en su teoría de la relatividad.

La luz es un elemento fundamental para nuestras vidas, y la corriente eléctrica es esencial para nuestra era tecnológica, pero no entendemos completamente la verdadera naturaleza de los elementos microscópicos que constituyen luz y electricidad, es decir, fotones y electrones. Las *manifestaciones* de estos elementos, que tienen dimensiones infinitesimales, han sido descritas de manera macroscópica por la física y la física óptica, y de manera microscópica por la física cuántica, pero aún no hemos entendido la

verdadera naturaleza de los dos fenómenos, el electrón y el fotón. Una prueba de esto es precisamente el nombre del modelo matemático fundamental para la física cuántica, válido tanto para el electrón como para el fotón, llamado modelo onda-partícula: precisamente porque aún no se comprende si estos fenómenos son una onda, una partícula, o más probablemente algo más (párrafo *Dualidad Onda-Partícula Resumidamente* [⇒](#)).

No necesariamente tenemos que entrar en temas científicos "impalpables" para encontrar misterios sin resolver: la parte más importante de nuestro cuerpo, el cerebro, todavía es, en parte, un misterio.

Este maravilloso instrumento gelatinoso que nos permitió superar al resto del mundo animal a pesar de que el ser humano es físicamente inferior a las otras especies.

La ciencia se tambalea en un intento de comprender algunas de las características del cerebro cuyas *manifestaciones* son obvias para todos, pero cuya naturaleza se nos escapa por completo.

Aunque hemos logrado hacer modelos macroscópicos, que definen el funcionamiento general del cerebro, y microscópicos, que definen el funcionamiento de sus partes microscópicas (las redes neuronales), no podemos entender la conexión entre el modelo macroscópico y el microscópico, como dice uno de los investigadores más reconocidos en ciencia cognitiva, Walter J. Freeman. [\[2\]](#)

Por no mencionar la comprensión de algunas funciones principales del cerebro, como la vista: aún no sabemos dónde y cómo el cerebro recrea la imagen a partir de las señales electroquímicas proporcionadas por el nervio óptico.

Estos y otros fenómenos no se limitan a nuestras dimensiones conocidas, sino que tienen naturalezas extendidas a otras dimensiones. Esas naturalezas no las podemos percibir y probablemente ni siquiera entenderlas, como en el caso de los tres amigos del mundo en dos dimensiones del ejemplo citado.

Seguramente hay otras dimensiones espaciales; de hecho, la reciente teoría SuperString ha llegado hasta el punto de hipotetizar hasta la undécima dimensión.

Probablemente hay otras dimensiones temporales relacionadas entre sí, donde el tiempo no es solo unidireccional.

Sin duda hay otras dimensiones energéticas y potenciales además de las que conocemos.

Quizás también haya dimensiones puras que no son temporales, ni espaciales, ni energéticas, ni potenciales, concepto que para nosotros es inimaginable debido a nuestras limitaciones.

Precisamente porque hay tantas dimensiones existentes que ni siquiera podemos conceptualizar, es erróneo pensar que el ser humano está limitado a las dimensiones que conocemos.

La estadía-al-tanto individual del ser humano está ciertamente limitada a las dimensiones que percibimos, pero las partes constituyentes del ser humano no tienen esta limitación, incluso si no somos conscientes de ellas.

Estas partes constitutivas del ser humano que tienen otras dimensiones más allá de nuestras dimensiones percibidas constituyen las llamadas *partes espirituales*.

Dios y el Universo

La palabra "Dios" recuerda al Dios o a los dioses de las religiones modernas, tanto monoteístas como politeístas: una entidad superior de otro mundo, dotada de habilidades extraordinarias y de cierta personalidad con características humanas.

Dependiendo de nuestra cultura, cuando escuchamos la palabra "Dios", la asociamos automáticamente con una entidad superior, con características precisas, como su personalidad enfadada, meticulosa, vengativa, despiadada, feroz, como el Dios judío, el Dios musulmán, el Dios cristiano del Antiguo Testamento y del dios hindú Shiva, o, en cambio, que es misericordioso, amoroso y compasivo, como el Dios cristiano del Nuevo Testamento.

La palabra "Dios" se asocia directamente a un ser supremo con cierto tipo de personalidad.

Desafortunadamente, esta entidad humano-sobrenatural no existe.

Esta entidad es el resultado de supersticiones antiguas, transmitidas oralmente antes, luego por manuscritos cuyos textos también se han modificado a lo largo de los siglos.

Estos textos, llamados "sagrados", fueron utilizados por los gobernantes de los tiempos antiguos y modernos para controlar a los pueblos, enfrentarlos entre sí, hacer discriminación racial y, en general, limitar el desarrollo de la Conciencia Individual.

Crear en un Dios así es una forma de consolución, necesaria para las personas con poca conciencia de sí mismas.

Los creyentes en un Dios así se sentirían solos en el universo si no tuvieran la idea de Dios con ellos: necesitan reglas y regulaciones para su existencia, un juez universal y una recompensa por el buen comportamiento durante toda la vida. Este cuento se llama *religión*.

Nota: en este texto, la palabra "Dios" ya no se usará más para evitar asociaciones de ideas erróneas causadas por recordatorios mentales debido a nuestra formación cultural. En este texto, el término "dios" se referirá solo a ese ser imaginario que es sobrenatural con características humanas asociadas al dios de las religiones monoteístas, mientras que el término "dioses" se referirá a los diversos dioses de las religiones politeístas.

Cualquier libro "sagrado" que describa a un dios, es una colección de supersticiones, fábulas e historias, todas perfectas como cuentos de hadas de buenas noches para niños. Lo triste es que muchas personas nunca han abandonado la guardería mental de Conciencia Individual, nunca han tenido la oportunidad de aumentar la Conciencia Individual.

Precisamente, las religiones existen y deben existir por y para estas personas que tienen una Conciencia Individual sin desarrollar. Si no hubiera religiones, todas aquellas personas con poca Conciencia Individual se sentirían perdidas en el universo, sin dirección, sin metas ni esperanzas en el futuro.

La falta de religiones provocaría una fuerte depresión crónica en todas las poblaciones que causaría una desmotivación general completa y una multitud de suicidios: siendo la gran mayoría de personas en sociedades con poca Conciencia Individual, la falta de religiones llevaría al colapso de las mismas sociedades.

Por lo tanto, las religiones y su concepto de dios de los textos "sagrados" son necesarios para la humanidad, a pesar de ser la causa de muchos males.

Las religiones son la causa de la falta de desarrollo de la Conciencia Individual de la mayoría de las personas; pero, al mismo tiempo las religiones son necesarias para las personas de poca Conciencia Individual.

Se recomienda que el lector interesado lea conceptos de dios en otros textos, por ejemplo, el best seller R. Dawkins [\[3\]](#) .

La Conciencia Universal

La Conciencia Universal es el concepto más cercano al dios de las religiones, aunque solo sea para algunos aspectos secundarios.

La Consciencia Universal es, siempre ha sido y siempre será.

La Conciencia Universal es lo que ha generado lo que percibimos como un universo.

La Conciencia Universal no tiene ninguna de las características humanas que las religiones generalmente refieren a Dios.

La Conciencia Universal no está contenta ni está decepcionada, sea lo que sea que hagamos o nos ocurra.

La Conciencia Universal no juzga y no juzgará.

La Conciencia Universal no discrimina ni prefiere cualquier tipo de etnia, persona o cualquier otro elemento de la creación.

La Conciencia Universal no se irrita ni se compadece.

La Conciencia Universal no se venga ni perdona.

La Conciencia Universal no ama y no odia.

La Conciencia Universal simplemente es.

Universo Virtual

La percepción del mundo que nos rodea es una percepción virtual: nos parece que es de cierta manera, pero en realidad no es como nos parece.

Todas las cosas como las percibimos, el mundo que nos rodea, el universo entero, en realidad no existen, son virtuales.

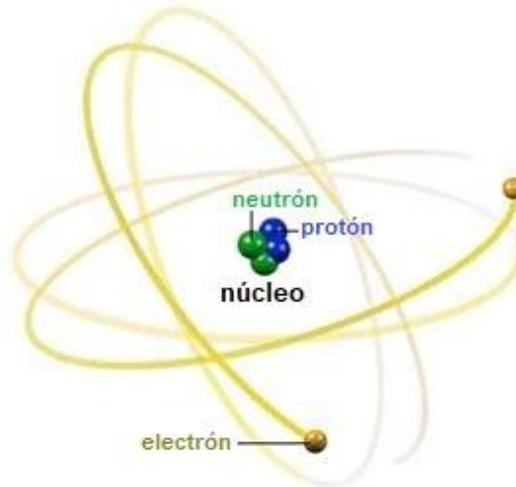
Sigue este razonamiento:

Todo el universo que aparece a nuestro alrededor está hecho de *materia* y toda la *materia*, a su vez, está compuesta de *átomos*.

Al demostrar que los *átomos* no existen realmente como una

sustancia física, sino solo como energía, estamos demostrando que la *materia* y, en consecuencia, el universo, no existen como una entidad física, sino solo como energía.

Extrapolemos el *modelo del átomo* a la *Física Cuántica*, que está hecha de un *núcleo* central, que es un conjunto de *neutrones*, *protones* y otras partículas subatómicas, y de los *electrones*, que giran alrededor de los orbitales cuánticos.



II. 4: modelo del átomo de la Física Cuántica

La *masa* de los átomos ("peso" en el lenguaje común) se concentra en la parte central del átomo llamada *núcleo*, que aproximadamente tiene dimensiones entre 1.000 y 10.000 veces más pequeñas que todo el átomo entero.

Para dar una idea de las proporciones, si el núcleo fuera del tamaño de un tapón, todo el átomo sería del tamaño de dos campos de fútbol, pero el "peso" se concentraría en ese volumen con tamaño de tapón.

Entonces fuera del núcleo, ¿qué "llena" la parte restante del átomo? Es decir, fuera de ese volumen de tapón, ¿qué hay en el volumen de los dos campos de fútbol?

Nada, vacío.

El 99.99999% de un átomo es vacío absoluto.

Los *electrones*, que giran en los orbitales, pueden considerarse ondas sin masa según la *Física Cuántica* [4] .

Entonces, si en un átomo el 99.99999% es vacío absoluto, toda la materia en el universo, que está formada por átomos, ¡es al 99.99999% un vacío absoluto!

Todo lo que nos rodea es vacío absoluto o, mejor dicho, todo lo que nos rodea está 99.99999% vacío.

Si investigáramos más a fondo, descubriríamos que dentro del *núcleo* hay ondas, fuerzas y energías, y que la masa no es más que una expresión de energía de acuerdo con la famosa fórmula $E = mc^2$, por lo que encontraremos que también el núcleo es energía.

Así que todo lo que importa es el vacío del 99.99999% y el 0.00001% restante es energía.

Lo que vemos, sentimos, percibimos a nuestro alrededor, todo está vacío más un poco de energía. Diremos que todo lo que nos rodea, todo el universo, "no existe" o, mejor dicho, es *virtual*, "creado por nosotros mismos" a partir de un poco de energía.

Todo está hecho de vacío.

Así que también nosotros somos hechos prácticamente de vacíos.

- *No hay materia. Lo que llamamos materia es en realidad energía* - (A. Einstein).

Con nuestros sentidos, percibimos *campos de fuerzas* generados por ondas electromagnéticas, mejor dicho, *manifestaciones de ondas electromagnéticas*.

Lo que vemos es luz reflejada/transmitida, por lo tanto, *ondas electromagnéticas*.

Así que todo lo que nos rodea es solo *energía electromagnética*.

Cuando los *campos de fuerza* de estas *energías electromagnéticas* entran en contacto con los sensores físicos de nuestro cuerpo, nuestros sentidos generan una señal electroquímica que llega al cerebro y, a partir de la información que le llega, el cerebro genera la nuestra percepción.

Lo mismo ocurre con la vista: cuando la luz, o mejor dicho las *ondas electromagnéticas*, entran en los ojos, se transforman en una señal electroquímica desde la retina del ojo; esta señal viaja a través del nervio óptico y llega al cerebro y, a partir de la información que proviene de ella, el cerebro genera nuestra percepción visual.

Todo lo que percibimos es generado por nuestro cerebro.

Entonces, el universo que percibimos, en el que vivimos, nuestro cerebro lo crea, es decir, que lo creamos nosotros mismos.

Lo que vemos lo crea el cerebro a partir de señales electroquímicas.

Lo que oímos lo crea el cerebro a partir de señales electroquímicas.

Lo que sentimos lo crea el cerebro a partir de señales electroquímicas.

Todo lo que percibimos lo crea nuestro cerebro.

Una vez que estas señales llegan a una cierta área del cerebro, ¿cómo ocurre la percepción del mundo?

Es decir, ¿cómo creamos la fantástica televisión que estamos admirando?

¿Qué área del cerebro la crea?

Hasta ahora nadie puede contestar estas preguntas.

Por lo tanto, es natural preguntarse: si el mundo en el que vivimos es nuestra interpretación de *fenómenos electromagnéticos*, ¿cómo podemos estar seguros de que cualquier persona tenga la interpretación correcta?

Pues bien, de hecho, no lo estamos.

El Universo que ha creado la Conciencia Universal es mucho más amplio y mucho más complejo de lo que podemos percibir, por lo que, con nuestros límites, no podemos interpretar correctamente el Universo.

Algunos aspectos que van más allá de nuestras percepciones físicas se pueden imaginar, otros no, porque salen de nuestras capacidades imaginativas y de comprensión.

Si pudiéramos entender todos los aspectos del universo, todos los misterios de las ciencias se convertirían en simples ecuaciones que se pueden resolver.

Con el ejemplo de los tres amigos y su mundo espacial bidimensional, nos hemos esforzado por imaginar lo inimaginable: la existencia de dimensiones espaciales fuera de nuestra visión de cuatro dimensiones.

Ahora viene la belleza: ¡todas las dimensiones, las cuatro dimensiones visibles y todas las otras dimensiones que no pueden ser percibidas no existen!

¡El universo no existe!

O más bien, el universo es una *Realidad Virtual*.

Nuestra realidad en la que vivimos es una *Realidad Virtual*.

Percibimos algunos aspectos de la *Realidad Virtual*, muchos otros no. Entre los aspectos que no percibimos, podemos imaginar muchos, identificar, estudiar y crear modelos matemáticos; pero también hay aspectos de la *Realidad Virtual* que no podemos imaginar y, como en el caso del Sr. Ángulo, no entendemos.

En todos los sentidos, todos los aspectos de la *Realidad Virtual* son, valga la redundancia, virtuales.

La *Realidad Virtual* en la que vivimos, que es la realidad formada por el vacío y las *energías electromagnéticas*, las dimensiones perceptibles y las dimensiones no perceptibles, no existe, de nuevo, es una *Realidad Virtual*.

La energía, el espacio y el tiempo son virtuales.

Todo lo conocido y lo desconocido es virtual.

La verdadera realidad, lo único que existe, es la Conciencia Universal.

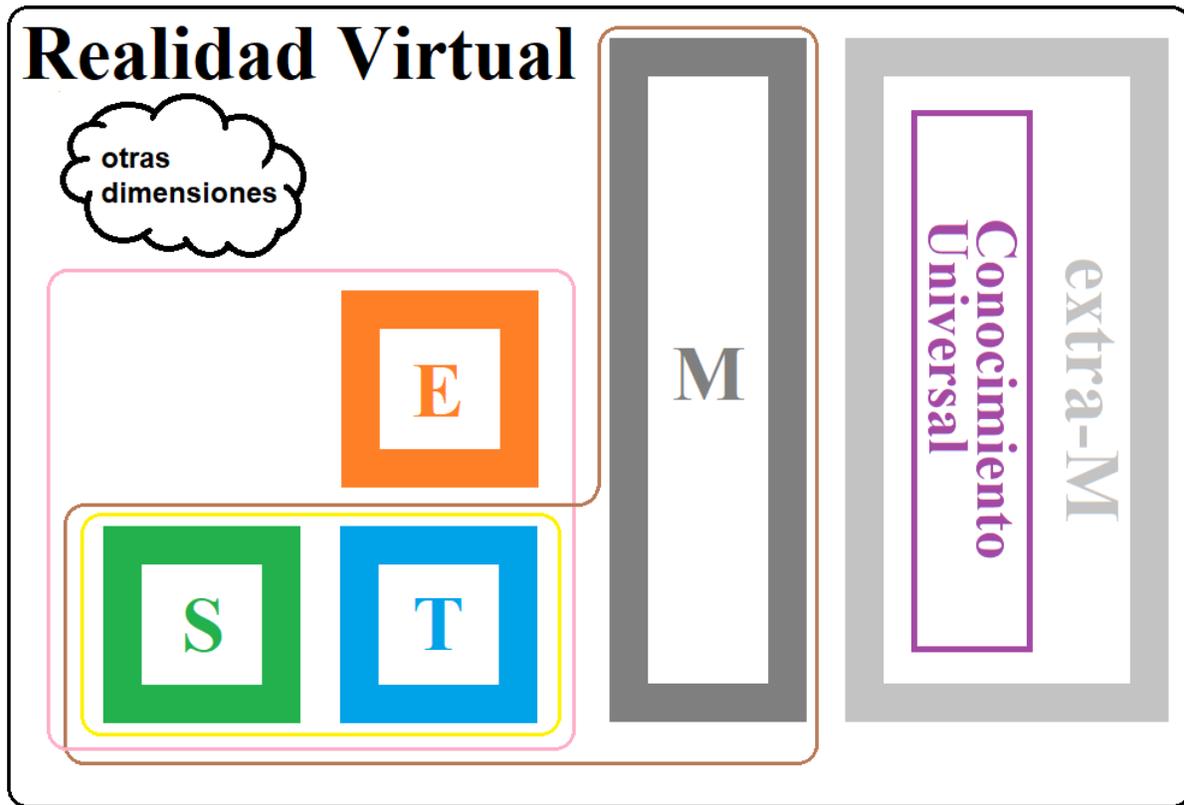
La Conciencia Universal es la verdadera realidad, todo lo demás es virtualidad.

La Conciencia Universal simplemente es.

La Realidad Virtual desde nuestro punto de vista

Hasta ahora hemos hablado de dimensiones visibles y dimensiones perceptibles sin dar siquiera una definición aproximada.

Considere la siguiente ilustración para tener una idea general de con qué tipos de dimensiones interactúa un individuo:



- Realidad Virtual Visible
- Realidad Virtual Interactiva
- Realidad Virtual Perceptible

II. 5: Virtual Reality from our point of view

S: dimensiones *espaciales* (nuestras tres dimensiones perceptibles y todas las demás no perceptibles);

T: dimensiones *temporales* (nuestra dimensión unidireccional perceptible y todas las demás no perceptibles);

E: dimensiones *energéticas* (las que interactúan con nosotros y las que no interactúan),

M: dimensiones *mentales* (las tres conocidas - consciente, inconsciente y subconscientes - y la otras no conocidas);

Extra-M: dimensiones *Extra-Mentales* (como el Conocimiento Universal y todo lo demás).

Las partes de la *Realidad Virtual* relativas a la parte *física* de un individuo pueden definirse de la siguiente manera:

- La *Realidad Virtual Visible* es la Realidad Virtual tetradimensional tal como captan nuestros ojos, es decir, con tres dimensiones espaciales y una dimensión temporal unidimensional.
- La *Realidad Virtual Interactiva* es la Realidad Virtual que interactúa con nuestros sentidos. Así que incluye, además de la tetra-dimensionalidad de la Realidad Virtual Visible, todas las energías que crean los campos de fuerza que interactúan con un individuo. Los campos de fuerza son *manifestaciones* de fenómenos energéticos. Si bien estos fenómenos energéticos no son visibles ni perceptibles del cuerpo, sus campos de fuerza sí lo son. Sin entrar en detalles, los ejemplos de un campo de fuerza son un campo gravitatorio, un campo eléctrico o un campo magnético; las energías que los generan pueden ser una energía potencial gravitacional, cargas eléctricas o dipolos magnéticos.
- La *Realidad Virtual Perceptible* es la que nuestra conciencia percibe. Por lo tanto, además de la tetra-dimensionalidad de la Realidad Virtual visible, se debe agregar una dimensión mental que incluya todas las actividades conscientes, inconscientes y subconscientes del cerebro.

Los componentes espirituales de un individuo (*Espíritu, Alma y Mens*) se *manifiestan* en algunas de las dimensiones enumeradas anteriormente, pero tienen componentes que pertenecen a diferentes dimensiones.

En este texto, cuando hablamos de “*Nuestra Realidad Virtual*” nos referimos a toda la *Realidad Virtual Perceptible* y la *Realidad Virtual Interactiva*, por lo tanto, cualquier dimensión que sea perceptible o interactúe con un individuo.

A las otras dimensiones que no sean parte de *Nuestra Realidad Virtual* ni de las *Dimensiones Extra-Mentales*, las llamaremos "*Dimensiones Desconocidas de la Realidad Virtual*".

Génesis

La Realidad Virtual, que es el universo en su totalidad tal como lo entendemos, fue creada por la Conciencia Universal con el único propósito de conocerse a sí misma.

Como un individuo que necesita un espejo para verse, identificarse y comprender quién es, así creó la Conciencia Universal a la Realidad Virtual para conocerse a sí misma.

El Big Bang, la génesis del universo, el momento de la creación, es el momento de inicio de la Realidad Virtual, por lo que es el momento de la aparición del tiempo, el espacio y la energía.

La génesis del universo no "fue", la génesis del universo, "es": como dije, el tiempo no existe realmente: el origen del universo y la destrucción del universo tienen lugar en el mismo instante.

Para nuestra percepción, viviendo en una Realidad Virtual, experimentando leyes físicas "virtuales" y siendo hechos de virtualidad, el universo dura miles y miles de millones de años, los planetas, millones y millones de años, y así sucesivamente. Todo esto solo porque estamos dentro de tal Realidad Virtual; si no lo estuviéramos, veríamos la génesis del universo y su desaparición al mismo tiempo.

Entonces, al mismo tiempo que se crea la virtualidad, se ha creado el tiempo, el espacio y la energía, en esa energía explosiva que generó el universo, el Big Bang.

Por un momento volvamos con el pensamiento temporal de la *Nuestra Realidad Virtual*.

Pero toda esta virtualidad, toda la energía inconmensurable que ha dado forma a toda la masa incalculable del universo, ¿de dónde

viene si "antes" no existía nada fuera de la Conciencia Universal?

El universo virtual es la Conciencia Universal misma.

La Conciencia Universal crea la Realidad Virtual que no es otra cosa que la Conciencia Universal misma.

Parece un razonamiento complejo, pero no lo es.

Volvamos al ejemplo de ese individuo que se mira en el espejo para conocerse a sí mismo; ese individuo crea su imagen en el espejo, pero esa imagen es el individuo mismo.

El individuo no se duplica ni se divide.

El individuo crea la imagen de sí mismo, una "virtualidad de sí mismo", sin esfuerzos, sin problemas, con la única *voluntad* de reflejarse a sí mismo.

Exactamente lo mismo sucede con la Conciencia Universal: la Conciencia Universal ha creado la Realidad Virtual, que es el universo, simplemente con la *voluntad* de conocerse a sí misma.

Diremos entonces,

que la realidad es la Conciencia Universal, mientras que la Realidad Virtual es un "reflejo" de la Conciencia Universal.

Desde la definición óptica de reflexión ^[5] :

La realidad es la Conciencia Universal, mientras que la Realidad Virtual (que es un "reflejo" de la Conciencia Universal) es la Conciencia Universal misma, no una parte de ella.

En resumen, la Realidad Virtual no existe, pero al mismo tiempo la Realidad Virtual es la Conciencia Universal.

En la primera aproximación a este tema, este concepto puede parecer una paradoja, pero no lo es.

En Nuestra Realidad Virtual, los términos "en todas partes", "en cualquier parte", "siempre" y "nunca" adquieren sentido. Pero estos términos no tienen significado en la realidad, donde el tiempo y el espacio no existen.

En Nuestra Realidad Virtual, la Conciencia Universal está en todas partes.

Queremos que el lector no cometa el error de pensar que, dado que todo el universo es la Conciencia Universal, los seres humanos, como *una parte* del universo, somos *una parte* de la Conciencia Universal.

Cualquier individuo *no es una parte* de la Conciencia Universal, sino que *es toda* la Conciencia Universal.

De la misma forma, cualquier hormiga es *toda* la Conciencia Universal.

El concepto de que el universo es *toda* la Conciencia Universal, y que cualquier parte del universo es *toda* la Conciencia Universal, no es un concepto nuevo.

Piense en los fractales y su estructura de "auto-similitud": en cualquier parte del fractal encontramos el fractal mismo.

Este concepto es extremadamente similar al concepto *Universo Holográfico* del científico David Bohm.

Un holograma tiene la siguiente propiedad notable: dado un rayo láser que crea un holograma, cualquier parte de ese rayo láser puede generar el mismo holograma completo.

De manera similar, en cualquier parte de la Realidad Virtual, ya sea el universo entero o la hormiga, se encuentra *toda* la Conciencia Universal.

Modificaciones de la Realidad Virtual

La realidad, que es la Conciencia Universal, no cambia, no muta.

En cambio, la Realidad Virtual sí lo hace.

Para ayudar al lector, se sugiere tener en cuenta el ejemplo del individuo que está reflejado: la imagen reflejada puede cambiar si se cambia la forma del espejo.

Cualquier parte de la creación que se proporciona con una Conciencia Individual tiene el potencial de cambiar la Realidad Virtual o una parte de ella.

En términos generales, ya sea que tenga o no la voluntad, sea consciente de esta capacidad o no, todas las partes de la creación con Conciencia Individual pueden cambiar Realidad Virtual.

Un cambio en la Realidad Virtual puede ser mínimo o importante: cuanto menor sea el cambio en la Realidad Virtual, más fácil será hacer este cambio; cuanto más importante es el cambio en la Realidad Virtual, más difícil es llevarlo a cabo.

La capacidad de realizar cambios importantes en la Realidad Virtual depende de varios factores: una Conciencia Individual desarrollada (aún eso no es necesario), la capacidad de sacar grandes cantidades de energía (desde cualquier origen) y otros factores que aún no están completamente claros.

Veamos algunos ejemplos.

Un cambio en la Realidad Virtual pequeña o secundaria podría ser la influencia involuntaria en las mediciones de partículas subatómicas, donde la voluntad de medir del investigador afecta la medición en sí misma. Este fenómeno es muy conocido entre los físicos cuánticos.

Un cambio un poco más importante en la Realidad Virtual podría ser un cambio voluntario o involuntario de las funcionalidades fisiológicas; dicho cambio podría tener consecuencias importantes, como en el caso del estrés psicofísico (cambio involuntario) para generar una enfermedad, o en el caso de un período de meditación intensiva (cambio voluntario) para generar una cura psicósomática para una enfermedad.

Un cambio en la Realidad Virtual que todavía es un poco más importante podría ser un tratamiento psicológico con metodología de programación neurolingüística (PNL), donde el paciente, voluntariamente, siguiendo guía del terapeuta, cambia la visión distorsionada de un evento que le causa una fobia o un trastorno, o cualquier otro tipo de problema psicológico. [\[6\]](#)

Estos tres ejemplos se refieren a cambios más o menos pequeños en la Realidad Virtual causados por los seres humanos.

El ser humano, que es capaz de percibir, fuera de sus actividades mentales, solo cuatro dimensiones espacio-temporales, tiene percepciones limitadas de la Realidad Virtual, por lo tanto, no es capaz de realizar cambios importantes en ella.

De hecho, en Nuestra Realidad Virtual, que está formada por una dimensión del tiempo, tres dimensiones del espacio y al menos dos dimensiones de la energía (quizás muchas más), no percibimos estas dimensiones de la misma manera: los seres humanos no perciben ninguna dimensión de la energía incluso aunque puedan notar sus *manifestaciones* (por ejemplo, los campos de fuerza).

La falta de percepción de las dimensiones de la energía es una limitación importante para la capacidad de cambiar la Realidad Virtual.

De hecho, se podría afirmar que, si el ser humano percibiera las dimensiones energéticas, tendría mucha más capacidad para poder cambiar la Realidad Virtual.

Estrictamente hablando, esta afirmación también podría ser falsa porque no tiene en cuenta muchos otros factores que podrían surgir.

En cualquier caso, se debe añadir que algunas entidades espirituales sin una autoconciencia elevada, pero con una percepción de las dimensiones energéticas, tienen más capacidad para cambiar la Realidad Virtual que un ser humano con una conciencia elevada.

Estos últimos pensamientos sobre situaciones hipotéticas llevan su tiempo.

En realidad, el ser humano puede acceder a las dimensiones energéticas indirectamente, pero este argumento surge de los propósitos de este texto.

Sin embargo, uno de los propósitos de este texto es aumentar la Conciencia Individual de las personas, lo que también les permite adquirir una mayor capacidad para provocar cambios en la Realidad Virtual.

No cometa el error de pensar que los seres vivos en el reino vegetal o en el reino animal no pueden cambiar la Realidad Virtual: ¡la falta de intelecto no implica una falta de autoconciencia!

El reino de las plantas nos puede parecer un poco trivial a primera vista, pero no es así, ya que es mucho más complejo de lo que creemos; solo basta con pensar que el ADN del ser humano es similar al de algunas plantas hasta en un 60%.

La complejidad "desconocida" del reino de las plantas es estudiada por chamanes de todo el mundo, desde las cuales se proporciona información, guías y enseñanzas a través de prácticas ascéticas, con o sin el uso de sustancias enteogénicas (párrafo *Entogénico* [⇒](#)).

Ciencia

Todos le debemos mucho a la ciencia.

En general, solo los aspectos positivos están asociados a la ciencia: genialidad, intuición, terquedad, organización, conocimiento, aplicación, determinación; y quién todavía le debe más a la ciencia, más cualidades añaden.

La ciencia, con su propio lenguaje, la matemática, es el verdadero promotor de la evolución reciente del ser humano.

Los descubrimientos de la ciencia han dado lugar a todas las maravillas que hoy en día son "indispensables", pero impensables antes de que la ciencia las sacara a la luz y que las ciencias aplicadas las trajeran a nuestras vidas.

Imagínese poder viajar a través del tiempo y visitar a un pariente lejano que vivió hace un par de siglos y tratar de explicarles lo más obvio que tenemos en nuestros días: la luz producida por la electricidad. Nuestro familiar nunca nos creería si le dijéramos que, al volver a casa por la noche, con un simple gesto, ¡las habitaciones se iluminan!

La ciencia debe ser la admisión de la ignorancia, la conciencia de los límites del conocimiento y la búsqueda continua de la mejor respuesta con el último conocimiento disponible.^[7]

A pesar del hecho de que el concepto de ciencia es extremadamente positivo, los individuos supuestamente inteligentes que hacen ciencia, o científicos, en muchos casos pecan de inmodestia.

Incluso cuando las grandes voces levantan la mano admitiendo que la ciencia (aún) no tiene poder y no puede explicar un cierto fenómeno, otros científicos se argumentan basándose en algunos

casos o modelos fisicomatemáticos, cuando tales han demostrado estar equivocados.

Un ejemplo obvio en el que los científicos tercios defienden el escepticismo es cuando hablamos de las fases lunares en la agricultura: como no hay modelos físicos ni definiciones matemáticas, la idea de que los ciclos lunares influyen en los cultivos agrícolas parece totalmente imposible para ellos. Los efectos inexplicables de las fases lunares son parte de los fenómenos de la naturaleza que los seres humanos han aprendido a lo largo de los milenios, pero que la ciencia oficial tiende a no aceptarlos del todo.

Durante milenios, el ser humano ha cultivado la tierra siguiendo los ciclos lunares porque, con un método puramente empírico, se observó que se obtienen mejores resultados después de las fases de la luna.

La ciencia oficial dice que no: todo es falso porque no es científicamente explicable.

Como si los seres humanos, a través de los milenios, de las áreas más dispersas del planeta Tierra y pertenecientes a las culturas más variadas, hayan llegado a la conclusión errónea de los ciclos lunares al ser engañados por una serie de resultados improbables sobre los cultivos de milenios. [8]

En cambio, hay casos en los que la ciencia todavía no puede dar una explicación de un determinado fenómeno, pero debido a la costumbre, se continúan probando.

Un ejemplo, entre otros muchos, es la antimateria.

En los últimos veinte años, se han llevado a cabo muchas investigaciones sobre medicamentos oncológicos utilizando sistemas PET (tomografía por emisión de positrones), cuyo supuesto principio físico se basa en la aniquilación de un electrón libre por un positrón (antipartícula del electrón) del trazador. [9]

Lástima que la antipartícula y la antimateria aún no estén bien definidas científicamente: hay muchos signos de interrogación que rodean el tema y aún es un tema de estudio.

Por lo tanto, los sistemas PET se basan en un fenómeno que aún es parcialmente misterioso para la ciencia, pero la ciencia tiene cuidado

de no declararlo, dadas las enormes sumas de dinero que circulan en la investigación oncológica y farmacológica.

En otros casos, la ciencia reconoce que aún no tiene una explicación adecuada del fenómeno, pero continúa utilizando modelos anticuados e incorrectos por la sencilla razón de que funcionan en muchos casos.

Un ejemplo es la fuerza de gravedad, el fenómeno que nos "empuja hacia abajo" al que todos estamos sujetos.

En 1687, Newton definió la ley de la gravedad universal como una fuerza que se crea entre dos masas situadas a cierta distancia, pero hoy todavía no sabemos cómo se crea la atracción gravitatoria y de qué depende físicamente.

Para compensar las debilidades de la teoría de Newton, Einstein desarrolló una nueva teoría en 1915, donde la gravedad ya no era una fuerza, sino una propiedad de la materia para deformar el espacio-tiempo.

En años más recientes, la teoría de Cuerdas ha propuesto otro modelo físico para la gravedad, introduciendo el gravitón, una partícula subatómica que proporciona la propiedad de la gravedad. La ciencia admite que no tiene respuestas: las dudas conceptuales, las discrepancias y las lagunas permanecen. Sin embargo, las ciencias aplicadas lanzan satélites en órbita y realizan fantásticas misiones espaciales implementando proyectos complicados basados en cálculos que utilizan modelos físicos de gravedad aproximados.

En algunos casos, la ciencia inventa teoremas, paradigmas o modelos inexistentes, simplemente para devolver algunos cálculos o experimentos que, de otro modo, serían incorrectos.

Tomemos como ejemplo la invención de las *Variables Ocultas* que no se entiende por qué no se las ha llamado "Variables Inventadas", o el modelo físico de la dualidad onda-partícula de la Física Cuántica, mencionada en párrafos posteriores *Dualidad Onda-Partícula Resumidamente* ([⇒](#)) y *Las Variables Inventadas* ([⇒](#)).

En otros casos, la ciencia admite sus propios límites y su incapacidad para comprender un fenómeno, pero insiste en mantener sus modelos equivocados incluso cuando no dan

resultados efectivos. El ejemplo que más nos interesa es el cerebro, al que nos referimos en el siguiente capítulo ([⇒](#)).

Por supuesto, en este texto no hay intención de desacreditar a la ciencia, que ha dado tanto al mundo moderno. Más bien, queremos animar al lector a crear una cierta flexibilidad mental, a cuestionar cualquier cosa que desafíe el sentido lógico común y no a creer ciegamente lo que oímos o leemos, evaluando siempre otras teorías y posibles explicaciones alternativas.

Una Conciencia Individual desarrollada es, por definición, la fuente de un pensamiento libre e independiente, incluso si a veces uno tiene que chocar con creencias establecidas tales como la religión o la ciencia.

La independencia del pensamiento es lo opuesto a lo que las sociedades quieren: las sociedades tienen como objetivo conformar el pensamiento de los pueblos o controlar el pensamiento de una multitud de personas.

En este texto se propondrán teorías, algunas nuevas, otras menos. Muchas de estas teorías no pueden ser probadas por la ciencia debido a varias limitaciones, tanto de entendimiento como metodológicas, como veremos más adelante.

Seguramente habrá personas tozudas que señalarán al escepticismo, olvidando que la ciencia en sí misma utiliza algunos modelos físicos aproximados y que uno vive en una realidad regulada por leyes físicas incorrectas.

El Cerebro

En los últimos años, la ciencia ha logrado resultados impresionantes al interconectar algunas funciones cerebrales con equipos electrónicos y electromecánicos.

Cada vez se destinan más fondos a la investigación científica sobre interfaces cerebrales, es decir, máquinas que interpretan las "señales" que salen o entran del o en el cerebro.

A pesar de esto, en lo que se refiere a lo que sucede dentro del cerebro, la ciencia se tambalea en el vacío.

Hemos visto anteriormente (párrafo *Manifestaciones y Ciencia* ⇒) la declaración del profesor W.J. Freeman, erudito de la neurociencia, sobre la falta de comprensión de la ciencia sobre la conexión fundamental entre los aspectos microscópicos y macroscópicos del cerebro.

El Modelo (incorrecto) de Almacenamiento Local

El modelo macroscópico del funcionamiento del cerebro de la ciencia oficial es el *modelo de almacenamiento local*, es decir, según el cual el cerebro almacena información en ciertas áreas del cerebro y cada área del cerebro tiene una tarea específica.

Este modelo surge del hecho de que unas señales electromagnéticas se detectan en ciertas áreas del cerebro causadas por activaciones cerebrales cuando se realizan ciertas actividades. Por lo tanto, se cree que cada área del cerebro está dedicada a una función

particular; por ejemplo, si está tocando música, el cerebro activará las áreas dedicadas a la música.

La principal razón lógica por la que el *modelo de almacenamiento local* no es exacto es que numéricamente no habría espacio en el cerebro para todas las memorias y todas las habilidades aprendidas. Nuestro cerebro mide aproximadamente 1,3 kg y consta de aproximadamente 100 mil millones de neuronas (10^{11}) y un millón de billones de sinapsis (10^{15}); incluso si estos números pueden parecer números astronómicos, en realidad no lo son.

Probablemente solo las personas que trabajan con memorias digitales pueden darse cuenta rápidamente de la cantidad de datos necesarios para memorizar un recuerdo, mientras que para todas las demás personas se necesita más esfuerzo.

Un recuerdo sin importancia, por ejemplo, "qué compré ayer en el supermercado", está rodeado por miles de detalles, y cada uno de ellos necesitaría millones de neuronas para almacenar: la ropa que llevabas, las bolsas que llevabas, dónde aparcaste, la gente a la que te cruzaste, la fruta que compraste, los quesos que elegiste, la gente que hizo fila en la caja, el dinero que gastaste, qué sentiste cuando volviste al coche, etc. Cada detalle tiene cientos de detalles más pequeños: las caras, la ropa, los cuerpos, la forma de andar, la voz, las características de las personas que conociste; la fruta que viste, la que tocaste, la que seleccionaste y la que devolviste, las cantidades y los precios de la fruta que compraste; las marcas, las ofertas, las fechas de caducidad, los sabores que imaginaste al comprar quesos.

Y de esos detalles secundarios, también podemos recordar otros detalles descriptivos, como el color, la textura, la fragancia, la maduración, el tamaño, la temperatura y otros detalles asociados a cada producto que seleccionaste.

Y así, sucesivamente; incluso esos pequeños detalles que crees que no recuerdas, se han memorizado y un buen terapeuta con una sesión regresiva podría hacerlos reaparecer.

Debemos tener en cuenta que en el cerebro no tenemos una sinapsis para la manzana, una para la mozzarella, una para el arroz.

Para cada objeto, necesitamos una gran cantidad de sinapsis. De hecho, una sinapsis neuronal se puede considerar como una unidad elemental de memorización y se puede considerar aproximadamente como una entidad binaria: el paso del potencial de acción (bio-señal) a través de la sinapsis, se podría considerar como un "1" binario, mientras la ausencia del pasaje del potencial de acción como un binario "0".^[10]

Si luego consideramos una sinapsis como un dígito binario que pertenece a un número binario, para especificar cualquier objeto con el uso de sinapsis, deberíamos usar un número binario con un número muy alto de dígitos binarios, es decir, muchas sinapsis. Para cada objeto deberíamos tener un número elevado de neuronas dedicadas al color del objeto, incluidos todos los matices y diferentes tonos del color en sí.

Deberíamos tener otras neuronas para almacenar información sobre la forma del objeto, el tamaño, las irregularidades de su forma. Deberíamos tener neuronas para almacenar información en la superficie, como rugosidad desigual, sensaciones táctiles, temperatura.

Durante una sesión regresiva bien hecha, el paciente que revive los recuerdos también recuerda los pensamientos, impresiones o imaginaciones que ocurrieron. En el ejemplo de la memoria "compras de ayer en el supermercado", una persona recordaría el sabor que imaginó al seleccionar un determinado alimento.

Todos estos detalles también deben almacenarse en algún lugar del cerebro según el *modelo de almacenamiento local*.

También en el ejemplo de la memoria, "compras de ayer", teniendo en cuenta la enorme cantidad de sinapsis necesarias para almacenar un objeto simple, esos y muchos otros, la información debe almacenarse para cada artículo comprado durante la compra: una cantidad incalculable de información para memorizar, sin tener en cuenta que "lo que compraste ayer en el supermercado" es solo uno de los muchos recuerdos de nuestra vida.

Se necesitaría una cantidad innumerable de datos almacenados si desea almacenar toda la información de todos los recuerdos de una vida de forma binaria.

Aunque la cantidad de sinapsis y neuronas en el cerebro es muy grande, es imposible pensar que toda esa información se pueda memorizar en el cerebro. Sin mencionar que el cerebro sirve para muchas otras funciones complejas, así como para memorizar recuerdos.

Para justificar la imposibilidad objetiva de que el cerebro pueda memorizar todos los recuerdos de una vida, algunos plantean la hipótesis de que los recuerdos se simplifican y solo se memorizan algunos detalles fundamentales.

Según aquellos que creen esta teoría, al recordar algo, el cerebro reconstruiría este recuerdo a partir de esos pocos detalles básicos almacenados.

Si esto fuera cierto, en el proceso de memorización del recuerdo, el cerebro tendría que ejecutar un algoritmo complejo para identificar qué detalles de dicho recuerdo se considerarían fundamentales y, por lo tanto, cuáles deberían ser almacenados, mientras que todos los demás detalles se descartarían.

Si esta teoría fuera cierta, el cerebro requeriría un algoritmo aún más complejo para poder reconstruir la memoria a partir de esos pocos detalles fundamentales almacenados sin insertar información imaginativa. Obviamente, menos detalles fundamentales se memorizan y más difícil sería reconstruir un recuerdo coherente.^[11]

No es difícil adivinar que, si esta teoría fuera cierta, no habría recuerdos comunes, ya que los cerebros de todas las personas que compartirían la misma experiencia reconstruirían la memoria de manera diferente al tener diferentes algoritmos.^[12]

Nuevamente, con una regresión hecha por un buen terapeuta, podemos acceder con precisión a detalles muy pequeños de nuestros recuerdos, de una manera completamente consistente y coherente con los recuerdos compartidos por otras personas.

Entonces, se considera improbable que el cerebro pueda albergar físicamente la memoria de los recuerdos de toda una vida. En este análisis no se tuvo en cuenta que las neuronas no solo sirven para memorizar los recuerdos, sino también para gestionar las diversas actividades sensoriales, psicomotoras^[13], biofísicas y demás. Es decir, todas las actividades extremadamente complejas dejarían poco

espacio disponible para la actividad de asignación de recuerdos, lo que hace que la idea clásica de que estos se almacenan en el cerebro sea aún más absurda.

También debemos considerar actividades cerebrales muy complejas, como las actividades de la mente, que son la conciencia, las sensaciones, la percepción, el pensamiento, la intuición, la razón y la voluntad^[14]. Todas las actividades que necesitan una red neuronal muy compleja para poder tomar forma requieren una enorme cantidad de neuronas.

Las elaboraciones de los cinco sentidos, cuya complejidad aún se desconoce, también deberían agregarse. Ni siquiera existe la más mínima idea de cómo y dónde el cerebro crea las imágenes que percibimos a partir de señales bioeléctricas provenientes de la corteza cerebral.

El *modelo de almacenamiento local* pierde aún más su validez cuando consideramos el reino animal, como las asombrosas capacidades del octopus, comúnmente conocido como pulpo, con un sistema nervioso muy pequeño en comparación con el nuestro, de dimensiones tales que no debería ser capaz de realizar cualquier actividad inteligente definida.

De hecho, todos los investigadores en el campo de la neurociencia están de acuerdo en que, si el hombre tuviera un cerebro mil veces más pequeño de lo que tenemos, con tan pocas 10^8 neuronas y 10^{12} sinapsis y solo 1,3 gramos de peso, no se podría hacer nada a parte de la vegetación.

Entonces, uno se pregunta cómo un pulpo, que tiene un sistema nervioso con una cantidad de neuronas muy pequeña del orden de 10^8 , demuestra una inteligencia aguda, capaz de resolver problemas lógicos y complejos, así como de controlar las mutaciones corporales de forma y color que requieren un control complejo del cerebro.

Una vez más, esto no tiene sentido.

Incluso el lector menos preparado se habrá dado cuenta de que el *modelo de almacenamiento local* es un modelo incorrecto.

Hay otros modelos que se han desarrollado para tratar de entender cómo funciona el cerebro.

Una de estas hipótesis es que el número de neuronas y sinapsis podría ser suficiente si cada recuerdo utilizara una lógica por asociación de información previamente almacenada en otros recuerdos; en este caso, no sería necesario almacenar toda la información del recuerdo, sino solo las referencias a aquellos previamente memorizados.

Un ejemplo general: si la compra de plátanos se había memorizado en el área del cerebro occipital superior izquierdo, el recuerdo de cuántas rayas tenía el plátano se refiere al recuerdo de algunos puntos negros similares almacenados años atrás en el área occipital central derecha, mientras que el recuerdo de la forma de los plátanos se refiere a unas geometrías vistas hace meses en otra área del cerebro. Los recuerdos de otros detalles de esos plátanos se dispersarían en otras áreas del cerebro.

Para poder memorizar y recordar un recuerdo que no sea muy complejo, se debe acceder a él por referencia a otras áreas del cerebro.

Un recuerdo complejo requeriría la activación de todas las áreas del cerebro, por lo que este ya no se localizaría en una parte del cerebro, sino que se dispersaría por todo el mismo.

Este modelo está en fuerte contraste con el *modelo de almacenamiento local*, según el cual cada recuerdo debe asignarse en un área específica del cerebro, que tiene a su lado las medidas de los campos electromagnéticos de las activaciones cerebrales.

Conscientes de la imposibilidad de que el cerebro almacene todos los recuerdos, algunos de los que apoyan el *modelo de almacenamiento local* adoptan la teoría de que el cerebro “puede memorizar porque es capaz de olvidar”, lo que deja espacio para futuros recuerdos.

Este es uno de esos casos en los que un modelo incorrecto conduce a otros sub-modelos incorrectos.

Los recuerdos siempre permanecen, no se olvidan.

Incluso si uno tiene la impresión de que olvida algunos recuerdos a los que no accedemos a menudo, no olvidamos nada.

La mayoría de los recuerdos y sus muchos detalles permanecen.

Excepto en los casos afectados por alguna patología, el cerebro no tiene la capacidad de olvidar un recuerdo para dejar espacio para otro, de lo contrario este recuerdo ya no sería recuperable de ninguna manera.

Como ya se ha mencionado varias veces, con las técnicas de regresión adecuadas, aunque sean recuerdos lejanos, tanto que pueden parecer olvidados, pueden resurgir, con todos los detalles que tenían, tan pronto como el recuerdo se memorice.

Se debe enfatizar que una regresión, para estar profesionalmente bien hecha, no puede experimentarse por un paciente en un estado hipnótico.

Un estado hipnótico (del griego hypnos, quiere decir *adormecer*) no es un estado ideal para recuperar recuerdos con precisión.

La hipnosis es una metodología para inducir un *estado de conciencia alterado* "somnoliento", donde los canales de percepción del paciente se reducen al mínimo y el paciente es muy sugestionable; por lo tanto, la hipnosis es una metodología útil para muchos propósitos terapéuticos, pero no para regresiones.

Para realizar una regresión de manera óptima, los canales perceptivos del paciente deben estar tan activos y receptivos como sea posible, entonces se debe inducir un *estado de conciencia alterado "de alerta"*, que corresponde al opuesto de un estado hipnótico.

Una persona en un *estado de conciencia ordinario*, es decir, en una condición donde la conciencia personal está en una situación normal, puede no recordar un recuerdo o recordarlo incorrectamente por varias razones que no discutiremos en este texto.

Al llevar a esta persona a un *estado de conciencia alterado "de alerta"*, para luego realizar correctamente una regresión, surgirá el mismo recuerdo exactamente como fue.

Si un recuerdo surge en un *estado de conciencia alterado*, no reaparece de la misma forma en la que fue memorizado, quiere decir que se comete un error en la metodología, es decir, no se ha inducido correctamente un *estado de conciencia alterado* o se ha inducido un *estado de conciencia alterado* inapropiado.

Dimensiones Extra-Mentales

Los investigadores que adoptan el *modelo de almacenamiento local* refuerzan sus creencias al realzar las activaciones cerebrales que se detectan de acuerdo con la actividad continua de la persona, y deducen que el conocimiento de la actividad se almacena en ciertas áreas del sistema nervioso; sin embargo, la realidad de los hechos no es así, pero parece que la ciencia está decidida a no evaluar otras hipótesis.

La memoria a largo plazo no está localizada en el cerebro, sino en otras dimensiones que llamaremos *Dimensiones Extra-Mentales*.

Las actividades cerebrales que se detectan durante el curso de una determinada actividad no se deben a los circuitos neuronales que se activan para proporcionar los recuerdos de modo que el sujeto realice la actividad deseada como se cree erróneamente, sino que son *manifestaciones* de accesos a otras dimensiones donde se encuentra la memoria.

Karl Lashley pasó 35 años de su vida tratando de averiguar dónde el cerebro memorizaba ciertos recuerdos.

Desde la década de 1920, Lashley realizó una serie muy larga de experimentos que deberían haber cerrado la discusión sobre la validez del *modelo de almacenamiento local*, archivando cualquier teoría a favor.

La idea detrás de los experimentos de Karl Lashley era que, si un recuerdo se almacenaba en una cierta parte del cerebro, con una lobotomía dirigida, habría sido posible “quitarlos quirúrgicamente”.

La siguiente figura ilustra de manera simple los supuestos efectos de una lobotomía dirigida en el área del cerebro donde se aloja la memoria de la “casa azul”, según el *modelo de almacenamiento local*.



II.6: lobotomía dirigida siguiendo el *modelo de almacenamiento local*.

En la serie de experimentos más representativa, Karl Lashley usó varias ratas y les enseñó el camino de un complejo laberinto para llegar a un área con queso.

Según el *modelo de almacenamiento local* al que se refería Lashley, el recuerdo de esta ruta debería haberse almacenado en un área precisa del cerebro de la rata.

Al no tener la posibilidad de saber en qué parte del cerebro de las ratas se encontraba el recuerdo del camino al laberinto, Lashley se vio obligado a extraer grandes porciones del cerebro.

Así, las ratas se dividieron en diferentes grupos, a cada cual se realizó una lobotomía de un área diferente del cerebro, de modo que las ratas pertenecientes a un determinado grupo tenían el mismo tipo de lobotomía que difería de las lobotomías de las ratas de los otros grupos.

Lashley no excluyó ninguna parte del cerebro entre los diferentes grupos.

De acuerdo con la teoría del *modelo de almacenamiento local*, todas las ratas que pertenecen a al menos un grupo habrían tenido que olvidar quirúrgicamente el camino del laberinto para llegar al queso. En otras palabras, las ratas que pertenecían a los grupos cuya lobotomía involucró áreas del cerebro donde no se encontraba el recuerdo del camino del laberinto, deberían haber recordado el camino; mientras que las ratas que pertenecían al grupo lobotomizado en la parte del cerebro que contenía el recuerdo del camino del laberinto, deberían haber olvidado el camino del laberinto previamente aprendido.

El hecho es que, desafortunadamente para el investigador, los experimentos no tuvieron el resultado deseado: después de un período de recuperación de la sombría lobotomía, todas las ratas de todos los grupos recordaron el camino del laberinto para llegar al queso.

La única tesis atribuible a este resultado fue que el recuerdo del camino del laberinto no se encontraba en el cerebro de las ratas.

Así que el inestable *modelo de almacenamiento local* debería haberse hundido desde entonces: la memoria no está ubicada en el cerebro.

A principios de la década de 1980, el neurólogo Dr. John Lorber estudió más de 600 casos de pacientes que presentaban un volumen reducido de masa cerebral debido a diferentes patologías. Algunos de estos pacientes aparentemente eran personas muy normales, con una vida normal y un coeficiente intelectual de más de 100.

Entre los diversos pacientes se destacó un joven estudiante inglés, que no solo tenía una vida social normal, sino que también era uno de los mejores estudiantes de la facultad de Matemáticas. El Dr. Lorber se refería a él así: - Un joven estudiante de esta universidad... que tiene un coeficiente intelectual de 126, obtuvo una Licenciatura con honores en Matemáticas y es socialmente muy normal. Sin embargo, el muchacho prácticamente no tiene cerebro... en lugar del grosor normal de 4,5 centímetros de tejido cerebral entre los ventrículos y la superficie cortical, tiene solo una capa delgada de manto de aproximadamente un milímetro -.

Es obvio que, ni la memoria ni la inteligencia de ese chico se aloja en el cerebro, ya que prácticamente no tiene.

Si ni la memoria ni la inteligencia residen en el cerebro, la única conclusión a la que llegamos es que debe introducirse un nuevo modelo que explique el funcionamiento del cerebro.

Cerebro Holonómico

El modelo físico del *Cerebro Holonómico* presentado por K. Pribram y D. Bohm es el más cercano al verdadero funcionamiento del cerebro.

Este modelo predice que el almacenamiento de la memoria no es local, sino que el cerebro funciona como una red holográfica.

La base de esta teoría la describió el D. Gabor, mientras que la memoria matemática holográfica fue desarrollada por su colega P.J. Van Heerden en 1963.

Los experimentos de Braitenberg y Kirschfield en 1967 reforzaron la idea de que la memoria no está localizada en el cerebro.

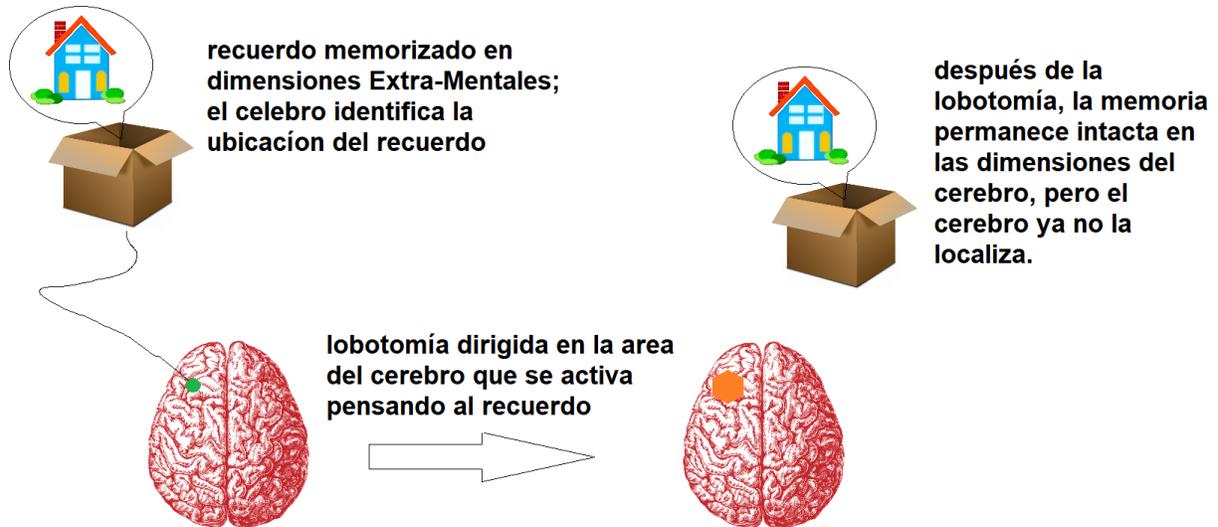
El funcionamiento del cerebro es una extensión compleja del modelo del *Cerebro Holonómico*.

Incluso si dedicáramos muchas páginas a la descripción el funcionamiento del cerebro, no podríamos entenderlo completamente debido a nuestra percepción de cuatro dimensiones espacio-temporales. Entonces, introducimos el siguiente modelo más simple, que utiliza conceptos diferentes y elementales:

En primer lugar, lo que se entiende por memoria a largo plazo no se localiza en el cerebro, sino en otras dimensiones que están fuera de nuestro entendimiento actual, que podemos llamar *dimensiones Extra-Mentales*.

El cerebro no memoriza los recuerdos, sino que más bien memoriza cómo acceder a la memoria en las *dimensiones Extra-Mentales*. Para simplificar, podemos pensar que el cerebro almacena las "coordenadas" de estas *dimensiones Extra-Mentales* que corresponden al recuerdo.

La consecuencia directa es que, con una lobotomía, la memoria nunca puede borrarse, porque la memoria no se encuentra en el cerebro, pero las "coordenadas" de estas *dimensiones Extra-Mentales* pueden cancelarse. En este caso, la memoria permanece intacta en las *dimensiones Extra-Mentales*, pero el cerebro podría perder el conocimiento de cómo acceder a esta memoria, como se muestra en la siguiente ilustración, tomando el ejemplo de la "casa azul".



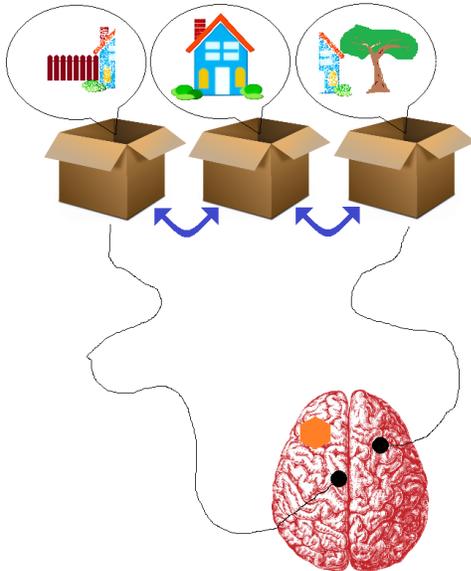
II. 7: lobotomía dirigida, efecto postoperatorio temporal.

Por lo tanto, en el experimento de Karl Lashley, la lobotomía de la parte del cerebro de la rata que se activa durante el recuerdo de la ruta del laberinto para alcanzar el queso no cancela el recuerdo de la ruta hacia el queso, sino que borra las coordenadas de las dimensiones de dicho recuerdo; por lo tanto, el recuerdo de la trayectoria del laberinto para alcanzar el queso permanece intacto en las *dimensiones Extra-Mentales*.

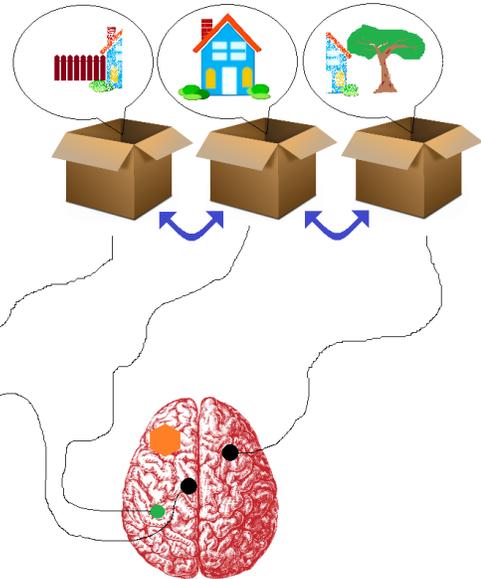
Durante la fase de recuperación, el cerebro accede a los recuerdos asociados con el recuerdo del camino hacia el queso, recuperando así las coordenadas perdidas que se almacenarán en otra ubicación del cerebro.

La siguiente ilustración muestra cómo se recuperan las coordenadas de la memoria de la “casa azul” a través de los recuerdos de lo que había al lado de las casas azules, memorias asociadas entre sí en *dimensiones Extra-Mentales*.

la ubicación de la memoria se recupera a través de la referencia a otras memorias asociadas con la memoria que se ha desconectado



el cerebro memoriza cómo acceder a la memoria desconectada usando otra área del cerebro



II. 8: recuperación de la memoria después de una lobotomía.

Si este no fuera el caso, o si el camino hacia el queso se almacenara en el cerebro (según el *modelo de almacenamiento local*), esta memoria se perdería definitivamente con la lobotomía. En este caso, la memoria no se podría recuperar a través de otros recuerdos debido a la singularidad del área del cerebro que memorizaría dicho recuerdo. De hecho, en los análisis que preceden a la lobotomía, las áreas de memoria de todos los elementos asociados con el recuerdo que se va a borrar se activarían, resultando también objetivo de la lobotomía, por lo que también se perderán con esta.

La hipótesis de que la memoria está alojada en las *dimensiones Extra-Mentales* también responde al problema que surge al considerar la insuficiencia de la cantidad de neuronas y sinapsis necesarias para almacenar recuerdos en el lapso de toda una vida. De hecho, alojar las "coordenadas" del recuerdo, por muy complejas que sean en términos de activaciones electromagnéticas, es definitivamente mucho más barato en términos de requisitos

sinápticos que almacenan los elementos fundamentales de todos los detalles de un recuerdo y de otros recuerdos asociados a él.

Las activaciones cerebrales, que se detectan con equipos tecnológicos cuando uno recuerda una memoria específica, son un tipo de actividad electromagnética que genera acceso a las *dimensiones Extra-Mentales* en las que se almacena la memoria.

Así el cerebro recibe y elabora al recuerdo.

El cerebro almacena temporalmente solo algunos detalles de los recuerdos a corto plazo que utiliza en las diversas elaboraciones; todos los recuerdos a largo plazo se encuentran en las *dimensiones Extra-Mentales*.

Nuestro cerebro no es el disco duro, nuestro cerebro es el administrador del disco duro.

Al igual que las dimensiones espacio-temporales de la Realidad Virtual Visible se comparten entre todos los seres vivos (la parte del cuerpo) del creado de la Realidad Virtual, se comparten también las *dimensiones Extra-Mentales*: en las *dimensiones Extra-Mentales*, no solo se encuentran los recuerdos del individuo, sino también los de todos los seres vivos, incluido todos los conocimientos.

Algunos definen el "Conocimiento Universal" como el conjunto global de conocimiento alojado en las *dimensiones Extra-Mentales*.^[15]

Por la forma en que se estructura un ser humano, en un *estado de conciencia ordinario*, se puede acceder (de manera involuntaria) a aquellas áreas de las *dimensiones Extra-Mentales* en las que alojan los nuestros recuerdos.

Es por ello que, en un *estado de conciencia ordinario*, no tenemos acceso a las áreas de *dimensiones Extra-Mentales* donde alojan recuerdos y conocimientos de otros individuos (o entidades), ya que no sabemos ni dónde están situados, ni cómo acceder a ellos.

Tomemos como ejemplo a un extraño que cruza la calle pidiéndonos que recojamos una carta en su casa: sin información adicional, no podemos acceder a la casa del extraño porque no sabemos dónde está ubicada, y no tenemos las llaves para acceder, a pesar de que su casa está en el mismo espacio virtual tridimensional compartido por todos.

De manera similar, no podemos acceder al conocimiento de otros, aunque estén asignados en las mismas *dimensiones Extra-Mentales*.

Todo esto es verdad en un *estado de conciencia ordinario*, el estado ideal que nos permite vivir, experimentar y disfrutar plenamente la experiencia de la vida cotidiana. En cambio, en un *estado de conciencia alterado* las cosas cambian y el acceso al Conocimiento Universal es posible.

El Ser Humano

Uno de los temas que más me interesó al comienzo de mi camino fue entender cómo estaba estructurado el ser humano. Sentí que la estructura espiritual del ser humano tenía que ser redefinida para poder cultivar la espiritualidad de manera oportuna.

Encontré demasiadas discrepancias y definiciones confusas de espíritu, alma y mente proporcionadas por la ciencia, la filosofía y las diversas religiones, tanto antiguas como modernas.

En mi investigación personal, iniciada a una edad temprana, siempre he encontrado conceptos contradictorios y poco claros que definen la parte espiritual del ser humano, o más bien los elementos constitutivos del ser humano que no se consideran elementos fisiológicos. Tanto en textos científicos, espiritualmente escépticos, como en textos religiosos, especialmente en la Nueva Era, siempre me ha resultado difícil encontrar definiciones de lo que anima a los seres vivos, es decir, la esencia de la vida misma, cómo se define y si hay algo más aparte de eso.

Algunos textos científicos tienden a definir las maravillosas actividades de la vida celular microscópica como “reacciones químicas”.

Basta con mirar dentro de una célula para estar fascinado por las actividades que tienen lugar sin que nos damos cuenta: desde la producción de energía de las mitocondrias que alimentan todas las funciones de la célula, hasta la operación de limpieza realizada por los lisosomas que degradan y digieren los elementos extraños; desde la reproducción celular por duplicación que involucra muchas acciones complejas, incluyendo muchas otras actividades, todas diseñadas, organizadas y orquestadas de manera perfecta, absolutamente no aleatorias.

Cada elemento dentro de la célula no es inerte, gravitado e inmóvil; al contrario, cada elemento dentro de la célula se dedica a su actividad, de alguna manera *consciente* de lo que es y lo que debe hacer para sobrevivir y hacer que la célula sobreviva hasta el final de su existencia.

A pesar del hecho de que la vida celular es parte de cada ser viviente, el ser viviente no es consciente de ella. Es decir, la vida a nivel celular tiene su propia conciencia bastante distinta de la Conciencia Individual.

Recuerdo que, unos días después de conocer a Pragnil, hablé con el hijo del hombre que más tarde se convirtió en mi maestro chamán.

Estaba haciendo una especie de investigación antropológica aficionada sobre las creencias de los aborígenes, eran los albores del Proyecto Anandayana.

"...

pregunté a M. en qué los Shipibos creían sobre las partes constituyentes del ser humano, antes de la llegada de las iglesias cristianas; el me respondió: - mi padre me explicó que nosotros chamanes trabajamos con los espíritus para curar a los espíritus de los enfermos, pero no podemos hacer nada con las almas.

..."

Lo que me dijo M. me dejó sin palabras: las antiguas creencias de los Shipibos diferenciaban claramente el "espíritu" del "alma"; eso confirmó los estudios recientes que estaba realizando sobre las antiguas religiones del Oriente y del Medio Oriente. No esperaba tal confirmación de la boca de un nativo de la selva amazónica. Sobre todo, no esperaba que una persona de mediana edad y de esa aldea me contara las creencias de un pueblo milenario: de hecho, durante varias décadas el área había sido invadida por iglesias cristianas que, con sus cultos, ya habían causado gran confusión entre las creencias de los nativos locales. Por esta misma razón, pronto habría emprendido un viaje al corazón de la selva amazónica en busca de culturas intactas para profundizar mis estudios.

Un cuerpo, una mente, un espíritu y un alma.

Esta subdivisión es un poco ruda, pero ayuda a darnos una idea.

Dependiendo de la cultura del lector, al leer las palabras “espíritu” y “alma”, la imaginación común las asocia a ciertas características forjadas por las religiones y las creencias populares.

Quizás la palabra "alma" está asociada con una entidad que reside en un lugar que no está bien definido en los cielos y que no espera nada más que la concepción de un individuo para deslizarse en ella. O la asociamos con nosotros mismos, en una forma eterna no especificada que, al reencarnarse en varias vidas, espera el juicio final de Dios, quien le asignará el gozo o la condenación eternas.

La palabra "espíritu", en cambio, se usa erróneamente como sinónimo de "alma" por algunas religiones modernas; y también por esta razón, muchas personas nunca han pensado que podría ser algo diferente.

En cambio, "espíritu" se asocia a entidades espirituales que vagan por la tierra, algunas benevolentes, otras menos.

"...

En las últimas horas de la tarde, cuando la temperatura desciende antes de la puesta de sol, me gusta caminar descalzo fuera del pueblo, disfrutando de la agradable sensación de la tierra roja suave y cálida bajo mis pies.

Ayer por la tarde, caminando a las afueras del pueblo, vi a Pragnil en la distancia en mi camino ayudando a una dama a traer cubos de agua.

Me acerqué, saludé y comencé a hablar.

Hablando de las experiencias que estoy teniendo en el pueblo, mencioné lo espíritu, y Pragnil me preguntó si me había preguntado el significado de dicha palabra.

..."

"Espíritu" es esa entidad espiritual que los chamanes shipibos asocian con cualquier forma de ser vivo del reino animal y vegetal.

En los días siguientes, dediqué mis ratos de meditación a tratar de entender el concepto de las partes espirituales del ser humano, quería tener alguna base de conocimiento antes de volver a sacar el tema a Pragnil; pero no era una cuestión de días como yo esperaba.

Pasaron años de muy diversas experiencias, estudios en profundidad, así como discursos iluminadores con Pragnil, antes de llegar a una cierta comprensión de las partes espirituales del ser

humano. Incluso ahora, este concepto continúa siendo objeto de estudios en profundidad.

Espíritu

Todos los seres vivos están hechos de células, animadas por la fuerza vital *consciente* mencionada anteriormente.

Espíritu^[16] es la esencia viva de lo que todos ven como vida. Cualquier forma del reino vegetal también está viva. En las células de las plantas se encuentran muchas actividades conscientes similares a las que se mencionan brevemente en el capítulo *El Ser Humano* (⇒); mientras hay otras actividades que son específicas de la vida del vegetal en cuestión: sorprendentes procesos de crecimiento y supervivencia inscritos en el ADN dictan a las distintas células cómo vivir y cómo comportarse.

Incluso los vegetales se enferman y se pueden sanar. Hay estudios que han demostrado que las plantas sufren lo que llamamos dolor y cambios ambientales.

Nadie se atrevería a decir que las plantas no están vivas. Esto debería ser un punto de reflexión para algunos vegetarianos y veganos.

Pero ¿qué es *Espíritu*?

Es prácticamente imposible proporcionar una interpretación clara y precisa de la estructura de *Espíritu* en las *Dimensiones Desconocidas* de la *Realidad Virtual*, es decir, la otras dimensiones de la *Realidad Virtual* que no están incluidas en la *Nuestra Realidad Virtual* (se vea el párrafo *La Realidad Virtual desde nuestro punto de vista* ⇒). La imposibilidad de la interpretación se debe una vez más a nuestras limitaciones. Sin embargo, se pueden dar ideas simplificadas sobre qué es y qué hace.

Espíritu una entidad espiritual que se manifiesta en Nuestra *Realidad Virtual* como un elemento vital de todas las especies

vivientes.

Podríamos decir que la *conciencia* de la vida dentro de las células es la *manifestación* de este *Espíritu*.

Sin *Espíritu*, cada ser viviente sería simplemente una acumulación inerte de material orgánico.

Por tanto, los humanos y cualquier otra forma de ser viviente, no existiría realmente en este universo sin *Espíritu*.

Nota: se invita al lector a releer el párrafo *Manifestaciones de Entidades con Otras Dimensiones* ([⇒](#)).

Como se ha mencionado, la *manifestación* de *Espíritu* en Nuestra Realidad Virtual es esa energía consciente que hace posible todas las actividades microscópicas dentro de las células de los seres vivos. En otras palabras, todas las diversas actividades conscientes que tienen lugar en un sistema fisiológico están animadas por *Espíritu*.

Pero no solo este.

La esencia vital en los seres vivos no es la única *manifestación* de *Espíritu*, sino que también se manifiesta psíquicamente.

Esas actividades mentales que los psicólogos llaman el “inconsciente” de la mente son en gran parte *manifestaciones* de *Espíritu* a nivel psíquico/mental. *Espíritu* también se manifiesta generando algunas de esas actividades mentales incluidas en la definición del “subconsciente”.

Fuera de las actividades mentales que no conciernen al *consciente*, las actividades mentales cognitivamente superiores generadas por las *manifestaciones* de *Espíritu*, como las emociones y los instintos, en psicología se definen como *inconscientes*; mientras que las actividades mentales cognitivamente inferiores generadas por las *manifestaciones* de *Espíritu*, en psicología se definen como *subconscientes*, se trata de actividades que regulan y sincronizan las actividades físicas y fisiológicas de forma automática o semiautomática.

Desde el punto de vista del individuo común, la *manifestación* mental de *Espíritu* proporciona contribuciones de inquietud y genera pensamientos confusos y desconectados, esos pensamientos que los yoguis tratan de calmar con la meditación tradicional.

En realidad, esos innumerables pensamientos, aparentemente confusos, tienen un significado y una utilidad muy precisos: estimulan el pensamiento que luego es ponderado por la parte racional de nuestra mente (*manifestación* de una entidad que llamaremos *Mens*).

Las grandes ideas, los golpes de genialidad, los grandes hallazgos, se originan a partir de estos pensamientos aparentemente confusos.

Así que el origen de los llamados “golpes de genialidad” es *Espíritu*; los individuos que tienen una tendencia a tener más “golpes de genialidad” no son individuos más inteligentes, sino son aquellos con el componente *Espíritu* más desarrollada, que tienen una mayor capacidad intuitiva para captar el significado arquetípico de la información recibida y una mente abierta para aceptar información.

En un *estado de conciencia alterado (no ordinario)*, uno tiene la posibilidad de darle más voz a *Espíritu*, quien puede ampliar sus habilidades al acceder y pasar información a la que no tiene acceso regularmente (vea párrafo *Pensamiento, Estados de Conciencia y Arquetipos* ⇒).

Espíritu no es la fuente generadora (de los arquetipos) de los “golpes de genialidad”.

Como se mencionó, *Espíritu* tiene el potencial de acceder, extraer y pasar cierta información alojada en las Dimensiones Extra-Mentales cuando el individuo se encuentra en un cierto *estado de conciencia alterado*.

Para tener una idea de cuál es la fuente de los “golpes de genialidad”, o el origen primordial de esos disponible a *Espíritu* en un *estado de conciencia alterado*, se necesita reflexionar más sobre qué es exactamente este *Espíritu*.

Muchas culturas ancestrales tenían, y aún tienen, el concepto de que la naturaleza en nuestro planeta tiene una cierta estructura

espiritual. Algunas culturas llaman a esta estructura espiritual Gaya, otras, el Gran Espíritu, o incluso la Pachamama o Madre Selva. El concepto común es el de un componente espiritual que gobierna el equilibrio perfecto de la naturaleza del planeta Tierra.

Como ocurría a menudo, los antiguos, con su estructura sociocultural más simple que la actual, tenían un *estado de conciencia ordinario* muy diferente del nuestro presente; esto los hizo más receptivos a los mensajes arquetípicos que los rodeaban en sus *estados de conciencia ordinarios*, pero, sobre todo, en sus *estados de conciencia no ordinarios*.

Los antiguos tenían intuiciones estimuladas por información arquetípica que daba origen a conceptos de alguna manera correctos; tales conceptos nunca fueron sometidos a más estudios, investigaciones o búsquedas, quedándose así como ideas a libre interpretación. Esta interpretación libre, llena de poco conocimiento, dio lugar a creencias inverosímiles, donde la parte correcta de los conceptos iniciales se volvió borrosa. Si estas creencias se combinaban con otras creencias sin sentido, entonces se convertían en la base de las creencias religiosas y los rituales supersticiosos.

Hoy en día, el progreso de nuestras mentes y nuestro deseo de conocimiento, combinados con una base sólida de lógicas funcionales consolidadas enraizadas en nosotros, nos estimularían a buscar respuestas a conceptos misteriosos, en caso de que tuviéramos fácil acceso a nueva información arquetípica como lo habían hecho nuestros antepasados, pero desafortunadamente nuestras mentes están perpetuamente borrosas.

Un dicho popular dice - el que tiene pan, no tiene dientes, y viceversa -.

Hoy vivimos en una sociedad que controla constantemente nuestras mentes y la mayoría de las personas ni siquiera se dan cuenta (párrafo *Sistema Socio-Religioso* ⇒). Nuestras mentes desarrolladas están siempre borrosas y no podemos prestar atención a los mensajes arquetípicos que nos rodean.

Se idolatra la ciencia que hace alarde de escepticismo por lo que no entiende y, cuando no le conviene, marca "a priori" el conocimiento ancestral como supersticiones inútiles (párrafo *La Ciencia* ⇒).

Exactamente como los antiguos percibían, existe un vínculo entre nosotros y la naturaleza, o, más bien, entre nosotros y cualquier otro ser vivo, que está dotado de un componente de *Espíritu*.

Cualquier forma de vida en la Tierra, ya sea del reino animal o del reino vegetal, tiene un componente de *Espíritu* que, como hemos visto, se manifiesta en Nuestra Realidad Virtual y también en otras dimensiones.

En Nuestra Realidad Virtual, con nuestros cinco sentidos, podemos percibir otras formas de vida como entidades separadas de la nuestra.

En otras dimensiones, algunos componentes de *Espíritu* de todos los seres vivos están conectados (indirectamente) entre sí, generando una especie de "red espiritual".

Los seres humanos tienen una Conciencia Individual y, cuando se analizan como parte de un grupo, tienen una conciencia colectiva; los leones tienen su propia conciencia y, cuando se analizan como parte de una manada, tienen una conciencia colectiva; las hormigas tienen su propia conciencia y, cuando se analizan como parte de un hormiguero, tienen una conciencia colectiva; un cierto tipo de árboles tiene su propia conciencia y, cuando se analiza como parte de un bosque, tiene una conciencia colectiva.

Los diversos *Espíritu* tienen cada uno su propia conciencia y, cuando se analizan en la "red espiritual", tienen una conciencia grupal.

Es precisamente la conciencia grupal de la "red espiritual" de los *Espíritu* que da origen a lo que los antiguos llamaron Pachamama en las culturas andinas, la Madre Selva en las culturas del Amazonas, el Gran *Espíritu* en las culturas indias de América del Norte, etc. En este texto identificaremos como Gaya esta "red espiritual", un nombre que recuerda a la diosa madre de todas las vidas de la mitología griega.

Me gusta dar un ejemplo figurativo, aunque absurdo, de Gaya. El siguiente ejemplo NO corresponde a la realidad de las cosas, que, desde el punto de vista del escritor, es indescriptible en el *estado de conciencia ordinario*, sin embargo, proporciona un ejemplo figurativo simple:

Consideramos a Gaya como un árbol enorme que representa la conciencia colectiva de la “red espiritual” de todo los *Espíritu* en el planeta Tierra. Este enorme árbol tiene un número enorme de hojas. Cada hoja representa la conciencia propia de un *Espíritu*.

Con un poco de viento, cada hoja puede entrar en contacto con las hojas adyacentes, y esto representa el contacto físico de los cinco sentidos que un ser vivo puede tener con otro ser vivo.

Además de cualquier contacto físico, cada una de las hojas está conectada y está potencialmente en comunicación con todas las otras hojas a través de la savia del árbol.

Cuando una vida cesa el arco de su existencia, la hoja se separa del enorme árbol, cae cerca del árbol mismo, se biodegrada y es reabsorbida por el suelo; desde el suelo, el enorme árbol absorbe lo que queda de la hoja: la conciencia de *Espíritu* siempre es parte de Gaya, tanto cuando el ser vivo está vivo (hoja en la rama), como cuando el ser vivo está muerto.

Desde el punto de vista de *Espíritu*, la muerte es ese estado en el que ya no se manifiesta a nivel celular o intelectual, eso es todo.

Lo que en detalle le sucede a la propia conciencia de *Espíritu* después de la muerte, más allá del ejemplo figurativo anterior, sigue siendo una cuestión de investigación.

Sin embargo, no hay nada dramático en el cese de la existencia de *Espíritu*: una persona muere, algunas *manifestaciones* de *Espíritu* cesan, pero la conciencia de *Espíritu* fue y siempre será parte de Gaya.

A cada instante, innumerables seres vivos nacen y mueren, cuyo *Espíritu* es parte constitutiva de Gaya.

Al ver a Gaya como un elemento único, las diversas conciencias de *Espíritu* forman parte de él, y la innumerable sucesión de muertes y nacimientos de los seres vivos es la dinámica fundamental de Gaya.

Los verdaderos chamanes del Amazonas^[17] declaran que el conocimiento adquirido de cómo usar las plantas para propósitos de curación no se transmite oralmente, sino que se ha adquirido durante los rituales chamánicos debido al “espíritu de las plantas maestras”.

Los escépticos siempre se han burlado de este tipo de afirmaciones, aunque nunca han podido proporcionar una explicación válida de cómo los chamanes saben cómo preparar y usar medicamentos específicos obtenidos con ciertas combinaciones de plantas. Muchos escépticos afirman que los chamanes han ido probando hasta encontrar las mezclas correctas. Si se utilizara un poco de lógica y sentido común, se entendería que esta afirmación no tiene sentido: en la selva amazónica hay alrededor de 40.000 tipos de plantas^[18], algunos de ellos venenosos; las combinaciones posibles de solo dos plantas dan lugar a 1.600.000.000 combinaciones posibles, de las cuales algunas son letales; por lo tanto, la tesis de que los chamanes simplemente probaban cada combinación no tiene una base realista, porque llevaría aproximadamente 135 años solamente para contar hasta ese número^[19].

A pesar de todo el escepticismo, las compañías farmacéuticas y las compañías de cosméticos siempre han hecho de oro del conocimiento chamánico sobre las plantas (comentario en profundidad en la apostilla *El Misterio del Orígene del Yagé* ⇒).

Algunas culturas chamánicas llaman “planta maestra” a una planta que tiene la capacidad de comunicar, enseñar y transmitir información.

Como se mencionó anteriormente, cada *Espíritu* tiene su propia conciencia.

Una “planta maestra” es una planta que posee *Espíritu* con una conciencia alta.

La “planta maestra” por excelencia de los chamanes Shipibo es la planta de Ayahuasca.

Un verdadero chamán tiene la capacidad de llevar a un individuo a un *estado de conciencia alterado* para recibir la enseñanza de una

planta maestra. Mientras que un chamán falso, en el bosque amazónico identificable por el término, no necesariamente despectivo, “ayahuasquero”, es decir, que administra la ayahuasca, solo puede establecer un viaje alucinógeno sin enseñanzas.

Al tratar de encontrar una explicación lógica para las declaraciones de los chamanes sobre el origen de su conocimiento, Jeremy Narby sugiere^[20] la idea de que la comunicación entre individuos y plantas podría tener lugar a través de un intercambio de biofotones liberados y recibidos por las células (véase la apostilla *La Relatividad de la Casi-Muerte de Mens* \Rightarrow).

Como es el caso del cerebro, donde las actividades electromagnética en áreas del cerebro no es una indicación del procesamiento cerebral de la memoria, sino que es una consecuencia del acceso a las Dimensiones Extra-Mental, también los biofotones emitidos y recibidos por las células no son los mensajes intercambiados entre los diferentes *Espíritu*, son las *manifestaciones* en Nuestra Realidad Virtual de las actividades de *Espíritu* que tienen lugar en otras dimensiones.

Decíamos que todos los *Espíritu* están conectado indirectamente entre sí a través de Gaya.

En el capítulo *Cerebro Holonómico* (\Rightarrow) y en la apostilla *Almacenamiento de Recuerdos en Dimensiones Extra-Mentales* (\Rightarrow), se plantea la hipótesis de que las Dimensiones Extra-Mental que contienen recuerdos y conocimientos podrían ser una holografía en dimensiones no temporal.

Dado que esta idea no es ni negable ni demostrable, no se sabe en qué forma se almacena, aloja y escribe el Conocimiento Universal.

Sin embargo, puesto que este conocimiento es teóricamente accesible a todos los *Espíritu* (y a Gaya), se puede suponer que las Dimensiones Extra-Mental tienen dimensiones compatibles con aquellas en las que Gaya reside. De hecho, un *Espíritu* con conciencia individual alta puede acceder al Conocimiento Universal y extraer información de él.

La explicación del origen del conocimiento chamánico es, por lo tanto, una consecuencia obvia de lo que se ha dicho, considerando la estructura sociocultural de un verdadero chamán, por lo tanto, su *estado de conciencia ordinario* diferente del de un individuo común y su familiaridad en el manejo de los *estados de conciencia no ordinarios* durante las cuales él puede acceder indirectamente al Conocimiento Universal.

En un individuo común, la confusa sucesión de ideas que emergen de la parte inconsciente de la mente podría ser reemplazada por información muy útil todavía desconocida para la humanidad si *Espíritu* lo quisiera y si el individuo de tal *Espíritu* estuviera en una situación psicofísica que se lo permitiese.

Espíritu, a diferencia de *Alma*, no puede acceder a grandes cantidades de energía; de hecho, en condiciones críticas, apenas puede suministrar energía a nuestro cuerpo para sobrevivir.

Las prácticas ascéticas, como el yoga o las artes marciales, la meditación, una dieta correcta (y cosméticos adecuados), una actividad sexual responsable, mejor dicho, todos esos hábitos saludables que son recomendables para el Anandayana, son prácticas que ayudan a *Espíritu* a reequilibrarse energéticamente.

Espíritu, como cada individuo, puede aumentar su conciencia al vivir nuevas experiencias. Las experiencias de *estado de conciencia alterado* son una excelente fuente de desarrollo de la conciencia propia de *Espíritu*.

Dado que *Espíritu* no tiene acceso a mucha energía y, en general, no tiene una conciencia propia alta (cierto para la mayoría de *Espíritu*), no puede hacer cambios importantes en la Realidad Virtual. Este es verdadero por la mayoría de los *Espíritu*.

Como se mencionó anteriormente, la conciencia de la vida a nivel celular es una *manifestación* de *Espíritu* en Nuestra Realidad Virtual. *Espíritu* puede sufrir altibajos de energía, cuyos efectos se reflejan en nuestro cuerpo y en nuestra salud.

Cuando *Espíritu*, por cualquier razón, se encuentra en un estado desfavorecido, alterado o estresado, sufre una pérdida de energía,

por lo que su *manifestación* en Nuestra Realidad Virtual tiene repercusiones. Estas repercusiones pueden ser de varios tipos, tanto a nivel físico (disminución de las defensas, problemas hormonales, etc.), como a nivel psicológico (dificultad para concentrarse, cansancio mental, falta de lucidez, etc.).

En cambio, al tener un aumento repentino de energía de *Espíritu*, podría causar desde una temporada de salud excelente y una condición física inmejorable hasta una recuperación inexplicable de una enfermedad grave.

"...

Por la tarde, conversando con J. R. y su hijo M., le pregunté a J. cómo trabajar como curandero, a lo que me respondió: - hay enfermedades del cuerpo que necesitan médicos, hay enfermedades de la mente que necesitan psicólogos, nosotros, los chamanes, solo trabajamos con el espíritu, aunque a veces también hagamos los médicos también... -

..."

Un verdadero chamán se las arregla para curar a un paciente, rehabilitando la energía de *Espíritu*.

Las causas de estos altibajos energéticos de *Espíritu* son múltiples; desde un estilo de vida perjudicial para el individuo, entre los que se encuentran la exposición a períodos prolongados de estrés, o una conducta espiritual ausente o negativa, hasta una intoxicación continua del cuerpo causada por una mala dieta y el uso de productos estéticos y farmacológicos dañinos.

Entonces, si abusamos de nuestro cuerpo, *Espíritu* se ve afectado energéticamente y se producen problemas físicos.

Nuestra salud física es una causa y un efecto de la salud de nuestra parte espiritual *Espíritu*.

Espíritu necesita cuidados físicos y espirituales para que su *manifestación* como energía vital de nuestro cuerpo permanezca en buenas condiciones.

Si queremos hablar de la espiritualidad como culto del bienestar de *Espíritu*, las diversas prácticas no pueden carecer de actividades físicas apropiadas y un estilo de vida saludable.

Quienquiera que omita o niegue el amor y el cuidado de su cuerpo no está siguiendo un camino espiritual completo.

No hay un tratamiento espiritual completo si uno no cuida su cuerpo; de la misma manera, para cuidar adecuadamente nuestro cuerpo no se puede pasar por alto el aspecto espiritual.

Es difícil imaginar a una persona serena y feliz cuando está en una condición física peor de la habitual. Por lo tanto, un camino espiritual en busca de serenidad no puede descuidar el bienestar físico y psicológico.

Los cimientos para construir el propio Anandayana radican precisamente en comprender la importancia espiritual de mantener un estilo de vida físicamente saludable.

Alma

Siempre me han fascinado las creencias orientales, por lo que me he preguntado si esa parte espiritual llamada “alma” por las religiones existía y si esta era una parte en sí misma, con su propia conciencia. Siempre me pregunté qué podría pasar con el “alma” en el momento de la muerte y antes del nacimiento. Si era posible la existencia de un paraíso, un infierno y un purgatorio. O si el “alma” era consciente de las diversas etapas del proceso de reencarnación, dado que nosotros, como seres humanos, no somos conscientes de las vidas anteriores del “alma”.

Para ayudar al lector a tener una idea, *Alma*^[23] es esa entidad espiritual más cercana al concepto budista de “alma”.

El punto más importante de este concepto que el lector debe entender es que, a diferencia de casi todas las religiones modernas, el ser humano no debe identificarse con *Alma* que reside en el individuo.

De hecho, a diferencia de *Espíritu*, *Alma* tiene muy poco que ver con los seres humanos.

No hay ninguna manifestación de *Alma* en el ser humano, ni a nivel físico, tampoco a nivel mental.

Alma tiene acceso a una cantidad de energía casi infinita, el ser humano, no.

Alma se reencarna, el ser humano, no; de hecho, no tenemos conciencia de las vidas pasadas o futuras de nuestra *Alma*. Lo que sea que le pase a *Alma* después de nuestra muerte, no nos importa, porque estamos muertos.

Cualquiera que sea el tipo de vida que uno hace, como santo o como criminal de atrocidades, cualquier tipo de virtud o pecado que uno cultiva, nada de eso influye en *Alma*.

En teoría, no nos cambiara nada si *Alma* no estaría presente en el ser humano.

Una característica básica es que *Alma* no tiene una dimensión temporal y ninguna de nuestras dimensiones espaciales. Por tanto, podríamos decir que no solo el tiempo no afecta a *Alma*, que consideramos eterna, sino que *Alma* ni siquiera tiene este concepto de tiempo.

Tenga en cuenta que nuestra dimensión de tiempo es parte de la Realidad Virtual Percibida (vea párrafo *Universo Virtual* \Rightarrow), que no es real: la aparición (o creación) y la desaparición (o destrucción) del universo tal como lo conocemos sucede exactamente en el mismo momento para aquellos que no tienen nuestra dimensión temporal.

Desde nuestro punto de vista como observadores vivos en una virtualidad con nuestra dimensión temporal, todas las *Alma* que existe en este momento, encarnadas o no, estaban presente en el momento de la formación de la Realidad Virtual y, por lo tanto, cuando se creó nuestra dimensión temporal. Así, estarán presente en el momento de la destrucción de nuestra dimensión temporal, si alguna vez ocurre...

Así que no hay un concepto de “alma joven” o menos joven, todas las *Alma* tienen la misma edad eterna, como cualquier otra entidad que no posea nuestra propia dimensión temporal.

Se ha dicho que *Alma* no tiene las dimensiones físicas de la Realidad Virtual Percibida (dimensión temporal y las tres dimensiones espaciales), pero gracias a sus capacidades energéticas, logra vivir en Nuestra Realidad Virtual alojando en el ser humano, con el único fin de entretenerse.

Precisamente, el único propósito de *Alma* es entretenerse, divertirse: *Alma* entra en un individuo y vive la experiencia de su vida sin intervenir; como cuando nos sentamos en el sofá frente a un televisor que muestra una película biográfica. *Alma* disfruta experimentando la vida de un ser humano como una mera espectadora.

Exactamente así. *Alma* hace un esfuerzo enérgico considerable para adentrarse en el ser humano para experimentar su vida en su

realidad virtual, con la única tarea de divertirse.

Esto puede parecer simplista, pero no lo es en absoluto.

Precisamente a partir de la existencia de *Alma*, debemos dibujar un mensaje muy importante: la importancia de entretenernos divirtiéndonos, la importancia del juego (capítulo *Juego Adulto* ⇒).

Estar dentro de un ser humano es una experiencia importante para que *Alma* aumente su propia conciencia.

Para *Alma*, la diversión es el valor de la propia existencia: diversión considerada en su concepción más pura, como la de un niño que juega: es divertido y aprende al mismo tiempo.

De modo que *Alma* está dentro de un ser humano para divertirse, adquirir experiencia y, gracias a ello, aumentar su propia conciencia.

Alma es una espectadora de la vida del ser humano, nada más.

Parecería que los momentos más hermosos e intensos desde el punto de vista de *Alma* son el nacimiento y la muerte del ser humano.

Aún no se sabe por qué, pero *Alma* solo puede estar dentro de cuerpos con una cierta estructura genética. Por ejemplo, no podría estar dentro de un cangrejo.

Reencarnaciones

Alma ha decidido en qué seres humanos experimentar la vida y lo hace en todos al mismo tiempo.

El concepto de que *Alma* se pasea de un cuerpo a otro es nuestro concepto, porque estamos estrechamente vinculados a la dimensión del tiempo.

Alma no tiene una dimensión temporal, por lo que vive la experiencia de la vida de todos los seres humanos que ha elegido al mismo tiempo, ya sean vidas pasadas, presentes o futuras para nosotros. A

decir verdad, *Alma* saborea al mismo tiempo el momento de los nacimientos de todas sus vidas humanas elegidas y, al mismo tiempo, el momento de las muertes de todas sus vidas humanas elegidas.

Por lo tanto, como consecuencia lógica, todas las creencias basadas en la sucesión temporal de las vidas de los seres humanos de un *Alma* determinada desaparecen.

El concepto según el cual la reencarnación subsiguiente depende del comportamiento de la vida anterior del ser humano en el que *Alma* residió, no tiene sentido.

No hay ningún concepto de que alguien esté pagando en la vida actual por lo que está mal hecho en la vida anterior o, según el concepto hindú, que el buen comportamiento de la vida actual conduce a una vida mejor en la reencarnación posterior. Todos estos son cuentos de hadas.

Como se ha mencionado, tampoco tiene sentido la idea de que existen *Alma* más jóvenes que otras: todas *Alma* tienen la misma edad sin determinar, eterna desde el punto de vista de la Nuestra Realidad Virtual.

Alma mejora su propia conciencia con la experiencia de las reencarnaciones, pero esto sucede simultáneamente: nacimientos, muertes y todas las experiencias de la vida de todos los seres humanos elegidos por ella^[24].

Esto viene a decir que el número de *Alma* siempre ha sido, es y será invariable.

Algunas personas que pertenecen a la Nueva Era no comprenden esta idea considerando que la población de la Tierra siempre ha estado en aumento. Según ellos, hay “nuevas almas” que se forman para compensar el aumento demográfico. Un ejemplo gráfico simple puede ayudar a entender el concepto de reencarnación para aquellos que apoyan esta idea, siempre teniendo en cuenta que para *Alma* no hay un concepto de tiempo.

Supongamos, para simplificar usaremos números aleatorios, que en el año 2100 llega el fin del universo y que en este momento todas

Alma está encarnada en los 10 mil millones de seres humanos. En años anteriores, con una población más pequeña en número, no todas esta *Alma* estaban encarnadas. Si ☺ indica mil millones de seres humanos y cada uno de los siguientes símbolos: ♥ ♣ ♠ ♦ 👑 👒 ♖ ♗ ♘ ♙ indica un billón de *Alma*:

| Año | población | <i>Alma</i> encarnadas | <i>Alma</i> no encarnadas |
|------|-----------------------|------------------------|---------------------------|
| 2100 | ☺ ☺ ☺ ☺ ☺ ☺ ☺ ☺ ☺ ☺ ☺ | ♥ ♣ ♠ ♦ 👑 👒 ♖ ♗ ♘ ♙ | |
| 2050 | ☺ ☺ ☺ ☺ ☺ ☺ ☺ ☺ ☺ ☺ | ♥ ♣ ♠ ♦ 👑 👒 ♖ ♗ ♘ ♙ | ♙ |
| 2024 | ☺ ☺ ☺ ☺ ☺ ☺ ☺ ☺ ☺ | ♥ ♣ ♠ ♦ 👑 👒 ♖ ♗ ♘ ♙ | ♗ ♘ |
| 2011 | ☺ ☺ ☺ ☺ ☺ ☺ ☺ | ♥ ♣ ♠ ♦ ♖ ♗ ♘ ♙ | 👑 👒 ♖ |
| 1999 | ☺ ☺ ☺ ☺ ☺ ☺ | 👑 👒 ♖ ♗ ♘ ♙ | ♥ ♣ ♠ ♦ |
| 1987 | ☺ ☺ ☺ ☺ ☺ | ♥ ♣ ♠ ♦ 👑 | 👑 ♖ ♗ ♘ ♙ |
| 1974 | ☺ ☺ ☺ ☺ | 👑 ♖ ♗ ♘ ♙ | ♥ ♣ ♠ ♦ 👑 ♖ ♗ ♘ ♙ |
| 1960 | ☺ ☺ ☺ | ♥ ♣ ♖ ♗ ♘ ♙ | ♠ ♦ 👑 ♖ ♗ ♘ ♙ |
| 1927 | ☺ ☺ | ♖ ♗ | ♥ ♣ ♠ ♦ 👑 👒 ♖ ♗ ♘ ♙ |
| 1804 | ☺ | ♙ | ♥ ♣ ♠ ♦ 👑 👒 ♖ ♗ ♘ ♙ |

Otros detalles de *Alma*

Alma tiene acceso a una energía prácticamente ilimitada y, en teoría, sería capaz de realizar inmensos cambios en la Realidad Virtual.

La razón por la que *Alma* no hace y nunca hará cambios a la Realidad Virtual es que cualquier entidad superior que contemple a un sistema como observador, nunca intervendrá para cambiar el progreso del mismo sistema.

Como ejemplo, piense en los documentales de animales: un fotógrafo puede dedicar años de la vida grabando una gacela, pero nunca haría nada para evitar que un león mate a la gacela a la que le ha dedicado tiempo y esfuerzo.

En cuanto a las dimensiones de la Realidad Virtual de *Alma*, parece que *Alma* tiene conciencia de una gran cantidad de dimensiones,

pero no tiene acceso a todas ellas. *Alma* decide de seguir la experiencia de la vida de unos seres humanos, luego experiencia a nuestras cuatro dimensiones espacio-temporales, pero no está vinculada a ellas, de hecho, desde nuestro punto de vista, ella vive simultáneamente vidas diferentes en diferentes áreas de nuestra dimensión temporal.

Para aclarar el papel que desempeña *Alma* en el ser humano, podríamos poner el ejemplo de un coche ambulante: la vida del ser humano es el viaje que el coche recorre. *Mens*, como parte consciente, conduce el coche, habla, y trata de entender al cuerpo y a *Espíritu*. El Cuerpo se sienta de copiloto porque tiene muchos problemas físicos y se queja continuamente por esta enfermedad y aquella. *Espíritu* está sentado en el asiento trasero, por eso, *Mens* y cuerpo no lo ven, pero pueden sentirlo; de hecho, habla continuamente y no se calla ni un momento.

Espíritu tiene un móvil que podría usar para comunicarse con los *Espíritu* de otros coches. *Alma* también está sentada detrás, pero es como si no estuviera. *Alma* está disfrutando el viaje en silencio, admirando las vistas, pero nunca dice nada, ni siquiera cuando se le pregunta: nada cambia, tanto si está como si no.

En otro coche, que realiza otro viaje, quizás un mes después del recorrido realizado por el coche anterior, hay una situación similar: otra *Mens* y otro cuerpo sentados en los asientos delanteros, y en los traseros, otro *Espíritu*, pero la misma *Alma*.

Por tanto, la misma *Alma* viaja a la vez en dos (o más) coches que recorren caminos diferentes y en momentos históricamente distintos, pero que suceden a la vez para ella.

Es difícil determinar por qué existe *Alma* en la Realidad Virtual y cómo se formó, pero quiero compartir un pasaje de mi diario:

"...

Hoy me levanté a las 5.30 a. m., después de irme a dormir alrededor de las 4 a. m. de la noche anterior: no me sentí cansado en todo el día, de hecho, tenía casi un sentimiento de excitación, un alto nivel de alerta.

Las visiones del ritual de la noche anterior fueron espectaculares, sobre todo eso de la creación del universo: al principio vacío, silencio, sin emociones ni sensaciones, aunque ya solo este comienzo fue fantástico.

Luego, como una cámara lenta, una luz muy intensa que proviene de una ubicación puntual

y desde el mismo punto, millones de colores. Esa luz transportaba una energía enorme, que me atravesó con millones de sensaciones y emociones. Una onda continua que se esparce por todas partes, trayendo consigo energías, colores, dimensiones y universos donde antes existía la fantástica nada.

No puedo expresar la visión correctamente, pero solo el recuerdo me emociona. Y luego, las Alma, como cuando hay un exceso de reactivos de una reacción química.

..."

Alma que sale de la Creación como un exceso de reactivos. La Conciencia Universal, al crear la Realidad Virtual por sí misma, le salen las *Alma*.

Movemos el punto de vista de la observación, ubicándonos en Nuestra Realidad Virtual, por lo tanto, con el "tiempo" como una dimensión temporal, es decir, un solo eje unidireccional.

No cometa el error de pensar que todas las entidades de *Alma* tienen una propia conciencia alta debido al hecho de que han existido desde el principio de los tiempos, porque no es así.

Probablemente, todas las *Alma* tengan una propia conciencia alta al final de su ciclo de reencarnaciones^[25]. Sin embargo, es imposible saber en qué punto del ciclo de reencarnaciones una cierta *Alma* se encuentra. Así, en un momento determinado de Nuestra Realidad Virtual, hay unas *Alma* con un alto nivel de propia conciencia y otras con un bajo nivel de propia conciencia.

Mens

La “mente” es un conjunto complejo de actividades cerebrales que forman la estructura psicológica en un cerebro desarrollado. La mente se estudia mediante la Psicología y se trata farmacológicamente mediante la Psiquiatría.

Aunque desde hace milenios los filósofos, los científicos, los médicos y los paramédicos estudian la mente, sigue siendo un misterio para la ciencia moderna: cómo y dónde tiene lugar dentro del cerebro.

Una definición clásica pero limitada de la “mente” sería el conjunto de funciones cerebrales “conscientes” (sensación, pensamiento racional, intuición, razón, voluntad y memoria), “inconscientes” (pensamientos espontáneos, emociones, instintos) y “subconscientes” (actividades mentales menos cognitivas).

La definición de la entidad espiritual *Mens* (que viene del latín como “mente”) es aún más compleja de lo que uno puede creer y debe introducirse poco a poco para poder comprenderla.

En primer lugar, a partir del análisis de la estructura del cerebro que se supone que debe dar lugar a la mente, el concepto del *modelo de almacenamiento local* es un modelo incorrecto, como vimos en el capítulo anterior *El Cerebro* ([⇒](#)).

Para definir y explicar cualquier fenómeno físico, es necesario tener un modelo correcto del fenómeno; con un modelo incorrecto, el fenómeno físico nunca se definirá por completo y, en el mejor de los casos, surgirán inconsistencias, paradojas y fenómenos inexplicables.

La ciencia, que tiene un modelo incorrecto de funcionamiento cerebral, es obviamente incapaz de estudiar y explicar cómo y dónde tiene lugar la mente dentro del cerebro.

En realidad, las actividades cerebrales de lo consciente, lo subconsciente y lo inconsciente, no ocurren en el cerebro, sino que tienen lugar en las citadas Dimensiones Extra-Mentales (capítulo [⇒](#)). El conocimiento, entendido como un conjunto de nociones aprendidas, elaboradas y memorizadas, también se asigna a estas dimensiones.

El cerebro, además de realizar las actividades relacionadas con las funciones del cuerpo, es decir, las actividades gestionadas por el subconsciente, "almacena" solo los recuerdos a corto plazo (a los que accedemos rápidamente) y la forma de acceder a los recuerdos a largo plazo.

La conciencia propia de *Mens*, que corresponde aproximadamente al consciente de la mente del individuo, está vinculada como una formación a Nuestra Realidad Virtual por los constructos del *estado de conciencia ordinario* del individuo. *Mens* esta-al-tanto de Nuestra Realidad Virtual, pero tiene una estructura espiritual formada por otras dimensiones: esta es la singularidad del concepto como una entidad espiritual.

Por ejemplo, piense en un niño que juega un videojuego de simulación: cuando el niño se familiariza con el videojuego, una parte de su mente piensa que se encuentra en la realidad virtual creada por el videojuego y coordina sus movimientos para realizar acciones dentro del videojuego, pero esa parte de la mente del niño no está físicamente dentro del videojuego.

Entonces, a pesar de que *Mens* también tiene el potencial de ser capaz de diversificar y experimentar con otras dimensiones, no lo hace, porque de hecho está vinculado a Nuestra Realidad Virtual.

Mens desarrolla su propia existencia mediante las experiencias de la vida del individuo en Nuestra Realidad Virtual, adquiriendo así su propia conciencia a través de la vida y el conocimiento del mundo en un *estado de conciencia ordinario*. Cualquier *estado de conciencia alterado* causa a *Mens* una condición de desorientación e incertidumbre.

El *estado de conciencia ordinario* es el estado ideal para poder vivir la experiencia de la vida en Nuestra Realidad Virtual de la mejor manera.

Como se ha mencionado, *Mens* es una entidad que se desarrolla en diferentes dimensiones de Nuestra Realidad Virtual, que son imperceptibles e incomprensibles para nosotros.

La *manifestación* de *Mens* da lugar a la mayoría de las actividades mentales del consciente (sensación, pensamiento racional, intuición, razón, voluntad y memoria).

Las actividades mentales del inconsciente (pensamientos espontáneos, emociones, instintos) se deben en gran parte a las *manifestaciones* de *Espíritu*; aunque *Espíritu* se desarrolle en dimensiones que son imperceptibles e incomprensibles para nosotros.

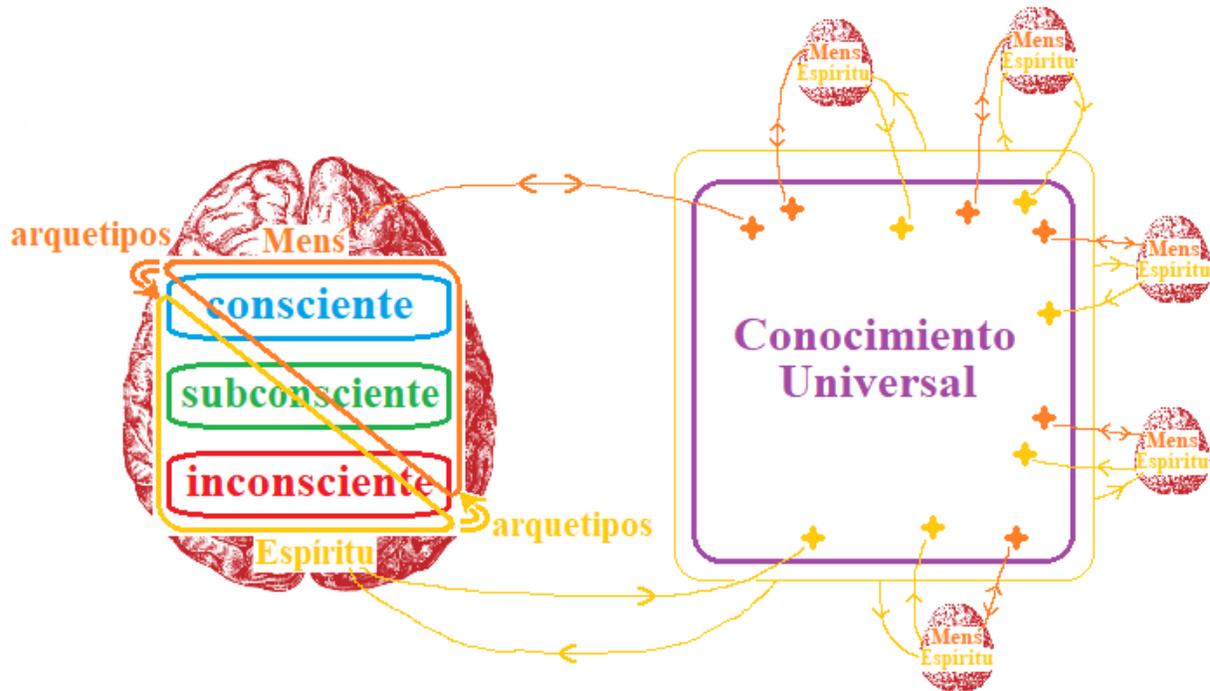
Las actividades mentales del subconsciente se deben a una combinación de las *manifestaciones* de *Espíritu* y de *Mens*.

Mens y *Espíritu* comparten algunas de estas dimensiones imperceptibles e incomprensibles; por lo que ambos se pueden comunicar de alguna manera entre sí por arquetipos, tanto de manera consciente como inconsciente. Los intercambios de información entre ambos en un *estado de conciencia alterado* pueden ser extremadamente interesantes desde el punto de vista de la investigación experimental y espiritual.

El nuevo conocimiento aprendido por el individuo es memorizado por *Mens* en una parte del Conocimiento Universal.

A diferencia de *Espíritu*, que en teoría puede basarse en todo el conocimiento del Conocimiento Universal, *Mens* solo puede acceder a un área muy limitada del Conocimiento Universal que corresponde a los conocimientos que ella había planteado anteriormente.

Mens accede a su propio conocimiento ubicado en el Conocimiento Universal cuando el individuo está en *estado de conciencia ordinario*; mientras *Mens* lucha por recuperar su conocimiento si el individuo está en un *estado de conciencia alterado*.



II. 9: mente, *Espíritu*, *Mens* y Conocimiento Universal

Mientras *Mens* recupera sus propios recuerdos de sin pasar por ningún filtro, la información que recupera *Espíritu* en un *estado de conciencia alterado* se transmiten por arquetipos a *Mens*, por lo que toca a *Mens* reprocesar esa información para que sea comprensible por el individuo a través de sus *manifestaciones*. De manera sucesiva, cuando el individuo vuelve a su *estado de conciencia ordinario*, la comprensión de dicho mensaje depende totalmente de la formación mental del individuo (vea párrafo *Estados de Conciencia No Ordinarios* ⇒)^[26].

Las dimensiones del Conocimiento Universal no son dimensiones donde se desarrollan *Mens* y *Espíritu*, por lo que el acceso requiere un poco de esfuerzo energético.

El resultado positivo del acceso al Conocimiento Universal y, por lo tanto, la recuperación de cualquier información, nunca está asegurado.

En cuanto a *Mens*, el conocimiento al que se accede con más frecuencia es el que es más fácil de recuperar del Conocimiento Universal (siempre en un *estado de conciencia ordinario*).

En cuanto a *Espíritu*, no es fácil aprovechar el Conocimiento Universal. En primer lugar, el individuo debe estar familiarizado con los *estados de conciencia alterados profundos* y se deben verificar ciertas condiciones que veremos más adelante (vea párrafos *Pensamiento, Estados de Conciencia y Arquetipos* [⇒](#) y siguientes).

Otras Entidades Espirituales

Cualquier otra entidad espiritual, mientras exista, que interactúe con nuestra vida, ya sea manifestándose o relacionándose con nosotros, abarca al menos uno de los siguientes dos casos:

1. es una entidad con poca conciencia propia, y/o
2. es una entidad que se beneficia de interactuar con nosotros.

De modo que son los "ángeles" que nos aparecen en un sueño, los "demonios" que se manifiestan, las "vírgenes" que hacen un milagro, los "duendes" que hacen de despecho o un dios que de alguna manera nos ayuda, en cualquier caso, la entidad que interactúa con nosotros cae por la fuerza en uno de los casos de arriba.

Como en el caso de *Alma*, una entidad espiritual con una conciencia propia alta nunca intervendría con la existencia de otras entidades distintas a ella.

La Muerte Brevemente

"...

Las dos semanas en la isla A. han volado. Pragnil y yo nos quedamos en una pequeña comunidad Aymara alejada de los turistas con gente amable y comida sencilla. El clima fue maravilloso, los días calurosos con cielo azul y el aire acre de 4.000 metros de altitud; las noches heladas se pasaban mejor bajo 6 pesadas mantas. Los días pasados a caminar en silencio absoluto: largas reflexiones en ese paisaje desértico, intercaladas con meditaciones. El silencio en algunas áreas de la isla era surrealista, hasta el punto de que un pajarito que gorjea o una vaca que canta se escucha desde la distancia. Trajimos las sobras del desayuno, por lo que no tuvimos que interrumpir la tranquilidad celestial para regresar al pueblo a almorzar. Aproveché las pausas para el almuerzo para poder pedirle a Pragnil opiniones y explicaciones sobre diferentes temas. Recibí explicaciones impresionantes sobre los temas de la muerte y lo que hay después de ella.

..."

Las religiones siempre han usado el concepto de muerte y post-mortem para someter a sus fieles aprovechando de su miedo, credulidad e ignorancia obvia.

Las religiones incitan al miedo y al temor del dios idolatrado, con la idea de que, si este dios no está satisfecho con la conducta de la vida de cierto creyente, lo castigará con una terrible vida después de la muerte, ya sea el infierno o una reencarnación en un cuerpo indigno. Con este fin, las religiones crean repercusiones psicológicas que requieren que los fieles adoren a este dios y les pidan que los honren con el codiciado premio de una mejor vida después de la muerte.

Para ganar el premio tan codiciado, la mayoría de las veces los seguidores renuncian a algunos placeres de su vida, limitándose a una variedad de experiencias, privándose de disfrutar plenamente de su presencia en este planeta. Dependiendo del credo, las renunciaciones morales impuestas por la religión pueden ir desde simples

renuncias a la comida hasta estilos de vida austeros, incluida la negación a una vida sexual saludable.

No hace falta decir que cualquiera que viva con privaciones, negaciones o limitaciones de cualquier tipo, impuestas o autoimpuestas, ya sabe que no es completamente feliz. Tarde o temprano, surgirán disturbios y resentimientos que crearán problemas psicológicos que podrían desencadenar problemas psicosomáticos de todo tipo.

El único propósito de la vida es la felicidad. Si hubiera un dios juez de la obra del ser humano, el pecado capital más grave sería precisamente la elección de privar la vida.

El único aspecto positivo, si queremos encontrar uno, es que, al crear el temor a dios y, en consecuencia, generar el miedo a la muerte, las religiones proporcionan una razón para vivir para los fieles: ganar una mejor vida tras la muerte. Individuos con poca Conciencia Individual, si no tuvieran un objetivo final para su existencia y reglas de comportamiento, no sabrían cómo vivir y estarían perpetuamente deprimidos: adicciones psicológicas y suicidios estarían a la orden del día. No es sorprendente que haya una tasa alta de suicidios en aquellos países donde hay un buen nivel de educación: las personas no son engañadas por las religiones, el ateísmo se propaga más radicalmente; las personas están educadas y son inteligentes, pero tienen poca Conciencia Individual, y al no tener reglas dictadas por las religiones ni una esperanza para la vida después de la muerte, no encuentran una razón por la que vivir.

Hay una razón simple por la cual las sociedades se aferran a las religiones: con la excusa de poder proporcionar directivas para obtener el mejor post-mortem, las religiones proporcionan reglas que dirigen a los fieles a la complacencia de Dios; al controlar un gran grupo de fieles que siguen estas reglas, las religiones hacen que la sociedad sea más controlada y más controlable.

Una de las muchas razones por las cuales una persona que está adquiriendo una mayor Conciencia Individual se aleja

automáticamente de la religión es precisamente el cambio de visión sobre la muerte: la muerte empieza a no dar miedo.

El momento de la muerte, por complejo que sea, no tiene nada que aterrorizar: es parte de un proceso cíclico de Realidad Virtual, completamente natural y esencial para que la Realidad Virtual se sostenga tal como la conocemos.

Analicemos mejor lo que le sucede a la conciencia de la persona que muere, para tener una idea de lo que percibimos cuando morimos.

Hemos visto que el consciente de un individuo es prácticamente la *manifestación de Mens*, así que lo que "siente" *Mens* al momento de la muerte es aproximadamente lo que "siente" la persona que muere.

En el momento de la muerte, la Realidad Virtual percibida por el individuo se disuelve.

En esos momentos en que ocurre la muerte, la Realidad Virtual comienza a disolverse y el individuo prueba una existencia que está más allá de la Realidad Virtual: podríamos definirla como "instantes de nirvana".

Durante esos momentos, la persona moribunda puede experimentar un sentimiento general de alegría, una quietud perfecta, un sentimiento de libertad que va más allá del concepto físico.

Entonces, la muerte debería ser un momento maravilloso, interesante, fascinante y emocionante para el individuo, y solo puede serlo si el individuo moribundo está psicológicamente preparado para la muerte.

Desafortunadamente en esta sociedad es muy difícil estar preparado para la muerte.

Desde temprana edad nos criaron con el terror de la muerte: crecemos aprendiendo solo a asociar la muerte con el dolor de la falta por los muertos o con el dolor físico de una muerte violenta.

Cambiar el concepto de uno sobre la muerte no es fácil, requiere mucho trabajo para derribar los muros de la ignorancia levantados

por la sociedad y la religión.

Cambiar el concepto de muerte también significa cambiar lo que el concepto mismo causa en nosotros. El trabajo que debemos hacer es trascender los efectos de nuestras creencias erróneas a través de la reflexión, la introspección y el conocimiento: una vez que comprendamos los mecanismos psicológicos en los que se ha inculcado el miedo a la muerte, este miedo se disolverá.

Se podría hacer una analogía con el concepto de dolor de nacimiento inculcado por nuestras sociedades y religiones. Las grandes religiones monoteístas enseñan que ese dios, para castigar la desobediencia de la primera mujer, decidió castigar a todo el género femenino creando el dolor del parto (¡qué dios amoroso!). Las mujeres desde la infancia son criadas con la idea de que el parto es extremadamente doloroso por decisión divina y que no hay alternativa a sufrir durante un parto ... con esta concepción, la mujer obviamente llega en el momento del parto y experimentará un dolor tremendo. En PNL se definiría "la mujer ha sido psicológicamente programada para sufrir más de lo necesario por su cultura socio-religiosa imprimida a lo largo de su existencia".

A pesar de todo, hay mujeres^[27] que logran trascender el concepto del dolor del parto, rechazando las historias propuestas por las religiones, enfocando sus expectativas solo en el momento extraordinario de dar a luz a un ser humano.

Dichas mujeres postparto afirman haber sufrido mucho menos de lo que esperaban. La PNL lo definiría como "esas mujeres se han reprogramado psicológicamente": de hecho, esas mujeres logran trascender leyendas religiosas obsoletas adoctrinadas a lo largo de sus vidas.

Incluso hay algunos casos raros de mujeres que logran tener un orgasmo durante el parto.

¿Son estas mujeres especiales que logran evadir la voluntad divina? No, son mujeres que se han preparado deliberadamente para vivir un parto maravilloso y que han trascendido los efectos de un adoctrinamiento incorrecto, transformando así un momento de inmenso dolor en un momento de placer incomparable.

Trascender el dolor del parto, como trascender cualquier otra cosa arraigada en nosotros mismos, no es una cosa fácil, pero es posible.

Trascender nunca es fácil, pero si algunas mujeres logran trascender el adoctrinamiento del dolor del parto, o al menos en parte, logrando sufrir menos y disfrutar más del milagro del nacimiento, no hay razón para que todas las mujeres no puedan lograrlo (excepto casos patológicos).

Quienes logren corregir la interpretación errónea de la muerte, trascendiendo así el miedo inculcado por el sistema socio-religioso, podrán disfrutar de esos "momentos de nirvana" en el momento de la muerte.

Esos "instantes de nirvana" no son "instantes" sino que son una eternidad.

Con las nociones aprendidas previamente, podemos resumir brevemente lo que sucede en el momento de la muerte:

La tríada *Mens*, cuerpo y *Espíritu* deja de existir como tal.

Espíritu se reintegra en el *Gaya*, como se explica en el capítulo *Espíritu* (\Rightarrow). El cuerpo sin *Espíritu* comienza un lento proceso de degradación biológica.

Mens entra en una eternidad donde revive toda la vida vivida por el individuo: aunque desde el punto de vista de *Mens* esta experiencia dura para siempre, desde el punto de vista de un observador en la Realidad Virtual Percibida (por ejemplo, todos los seres vivos excluido la persona moribunda), la experiencia de *Mens* dura muy poco tiempo, un tiempo equivalente a la unidad temporal de Planck^[28]. En esta eternidad experimentada por *Mens*, *Mens* mismo termina de interactuar con cualquier otra forma.

Mientras tanto, *Alma* disfruta de todo el espectáculo de la muerte y, al mismo tiempo, también disfruta de la experiencia del fin de su otras vidas percibidas por nosotros en otros plazos temporales. Parece que el momento del nacimiento y el momento de la muerte son las experiencias favoritas de *Alma*.

La muerte del individuo involucra a *Mens* en una dinámica interesante, que debe analizarse tanto con los ojos de *Mens* como con los ojos de un observador externo a *Mens* , pero incluido en la Nuestra Realidad Virtual (al menos con componentes en la Realidad Virtual Visible):

En el momento de la muerte, *Mens* experimenta una experiencia fantástica, también vivida por *Alma* como espectador:

las *manifestaciones* de *Mens* (el consciente) dejan de existir; la Nuestra Realidad Virtual, en la que *Mens* estaba de alguna manera atado, se disuelve desde su punto de vista: el espacio y el tiempo se desvanecen, aunque *Mens* continúa pudiendo acceder a los recuerdos de la vida que acaba de vivir memorizados en el Conocimiento Universal. *Mens* experimenta esta disolución de la Realidad Virtual de una manera singular^[29]: cada espacio y cada momento se extiende gradualmente hasta el infinito^[30], haciendo que *Mens* experimente la sensación ficticia de ubicuidad y eternidad durante la cual, al acceder a los recuerdos vividos hasta momento de la muerte, *Mens* revive en un instante toda la vida vivida por el individuo. Es decir, en otras palabras, durante estas extensiones temporal y espacial, *Mens* accede a los recuerdos de la vida y los revive: incluso cada momento de cada recuerdo de la vida vivida también se expande, extendiéndose hasta el infinito. Durante esa extensión de espacio-tiempo, *Mens* saborea cada momento de cada recuerdo, disfrutando de la esencia pura de esos mismos.

Desde el punto de vista de un observador en la Nuestra Realidad Virtual, en el momento de la muerte se podría notar el consciente del individuo apagar y la *manifestación* de *Mens* desaparecer: las *manifestaciones* de *Mens* entran entre un cuanto de tiempo y el siguiente y entre un cuanto de espacio y el siguiente^[31] .

En otras palabras, *Mens*, al no tener su propia estructura espiritual en las dimensiones espacio-temporales, mientras que sus propias *manifestaciones* colapsan entre esos cuantos espacio-temporales, experimenta el tiempo y el espacio que se dilatan gradualmente hasta convertirse en infinitos.

¡La Conciencia Universal no hubiera podido encontrar una mejor manera de crear la muerte!

En la notación *La Relatividad de la Casi-Muerte de Mens* (\Rightarrow), analizamos el evento de dilatación del espacio-tiempo experimentado por *Mens* durante la muerte de un individuo, utilizando la teoría de la Relatividad Restringida.

Parte II - Nuestro Ambiente

Sistema Socio-Religioso

Tal y como se ha referido anteriormente, la finalidad del sistema socio-religioso es que los individuos no aumenten su Conciencia Individual, simplemente porque es más sencillo controlar a una persona cuya Conciencia Individual es baja.

La Sociedad

Existen algunas estrategias que evitan que las personas aumenten su Conciencia Individual, aunque son bastante pocas, son eficaces: alejarles del precepto *Aquí y Ahora* y crear falsas metas.

Para que un individuo se encuentre a una distancia de seguridad de la condición fundamental para que la Conciencia Individual crezca (y del camino de la serenidad) es necesario crear las condiciones para que no ocurra *Aquí y Ahora*:

- Para conseguirlo, se crean situaciones en las que la conciencia del individuo sea “Ahora no”, proyectando la conciencia en el futuro o en el pasado:

Se crea un sistema de consumo y un sistema de crédito. El sistema de consumo se alimenta hasta no poder más, de tal manera que se hacen necesarios bienes que no lo son

realmente y se adoctrina la cultura del "tener" en detrimento de la del "ser".

Las personas crecen en la cultura de vivir para adquirir nuevos productos cada vez mejores (y cada vez menos duraderos). Para facilitar la adquisición inmediata de nuevos productos, la sociedad ha introducido un sistema de crédito: los compradores pueden tener el objeto que desean (que tendrá una corta duración) inmediatamente con un pago que se demorará (y tendrá una duración larga). Las deudas de las personas, así como la preocupación de no poder hacerles frente, incrementan desmesuradamente adquisición tras adquisición, crédito tras crédito.

Tras un corto período, la gente endeudada vive completamente sumergida en la preocupación que les provocan los futuros plazos de pagos: la frustración que generan estas preocupaciones, proyecta la consciencia de las personas en el futuro.

Desviar la mente del momento presente creando preocupaciones para el futuro es un objetivo que la sociedad ha tramado de forma aguda y que ha conseguido alcanzar perfectamente.

Por no mencionar que una mente estresada por una situación incierta puede ser la causa de enfermedades psicosomáticas, incluso graves.

Para aquellos que consiguen gestionar bien sus propias deudas, la sociedad ha creado también un sistema de caducidad para proyectar a esas personas en el futuro: los gastos del coche, los impuestos, los plazos de pago, las cuotas de los cursos, etc., que siempre van junto al temor de olvidarnos de estos aspectos.

- Las situaciones en las que la conciencia del individuo se encuentra en "Aquí no" se han propagado desde cuándo existen las redes sociales. Las personas publican sus propios pensamientos y momentos con la excusa de compartirlos con los demás, cuando, en realidad, la verdadera razón es alimentar el propio ego, con la búsqueda angustiosa de la aprobación del que lee. Ahora las personas no van de vacaciones para

disfrutar del momento y del lugar, en busca de relax o aventura, sino para hacer fotografías y “compartirlas”; de esta forma, la conciencia se separa de la posición donde se encuentra el cuerpo por compartir cualquier aspecto que ya ha pasado y, de esta forma, se pierde el “*Aquí y Ahora*”.

Peor aún es si la conciencia se extraña completamente al leer los pensamientos o los acontecimientos de las personas que tenemos en nuestra redes sociales: en un autobús, en el metro o en cualquier otro lugar, rodeados de belleza, incluidos los seres humanos que nos rodean, y nuestra conciencia se encuentra en otros lugares, en pseudorealidades virtuales que no existen.

La estrategia de las metas falsas se basa en el modelo del macho alfa que interpreta la sociedad. Según este modelo, los hombres compiten continuamente por ser el macho dominante del grupo. En otras especies, el macho alfa tiene el control del grupo, prioridad en cuanto a la comida y a las hembras del grupo; sin embargo, entre los seres humanos, por razones sociales y fisiológicas (las mujeres tienen un ciclo menstrual y no estral como los animales), la tendencia a acercarse a este modelo se interpreta inconscientemente como el intento por destacar en la sociedad. El antagonismo por el papel del macho alfa es, sin lugar a dudas, un llamado animal que hemos aislado en los instintos inconscientes primordiales.

La forma más fácil de hacer que una persona se aparte de su propio camino espiritual es alimentar dicha exigencia inconsciente primordial y darle la máxima importancia. Por lo que la sociedad ha pensado que es oportuno crear los status-symbol, que definen las posiciones sociales y económicas de cualquier hombre en la sociedad: tipo de vehículo, de vivienda, la ropa, los dispositivos, etc. El feminismo moderno, que nació el siglo pasado, ha aportado muchos aspectos positivos, pero también ha hecho que las mujeres compitan por ser esa “hembra alfa” o, mejor aún, por conseguir ese papel en la sociedad.

Se dedica la vida al trabajo, se intenta prevalecer sobre los demás,

por conseguir una de las metas (o status-symbol) que elevan la propia posición en la sociedad.

El verdadero problema no es tener metas, sean nobles o menos nobles, sino intentar alcanzarlas de forma obsesiva, puesto que hace que las personas no se percaten del propio camino que lleva a la meta.

Si se pierde el *Aquí y Ahora* durante el camino, alcanzar la meta no tiene sentido, sobre todo si no se trata de un objetivo noble.

Casi todos hemos alcanzado uno de los status-symbol de la sociedad al menos una vez en la vida: indudablemente experimentamos cierta felicidad, pero se trata de una felicidad efímera. Tras un breve período, esa felicidad fugaz es reemplazada por un nuevo deseo de alcanzar otro status-symbol. Compramos un coche y después de tres meses deseamos otro, recibimos un aumento salarial y después de dos meses queremos otro, adquirimos un móvil y después de un mes queremos otro más potente.

Los status-symbol que propone la sociedad son falsas metas creadas para desviar la atención de las personas del *Aquí y Ahora*.

El sistema que se crea para poder controlar a la gente es genial y astuto: lo ideal para controlar un rebaño de ovejas no es tener un buen perro pastor, sino tener ovejas que se controlen solas.

Las personas en la sociedad tienen el papel de controlados y controladores al mismo tiempo, además de muy pocos titiriteros que tiran de las cuerdas. Prácticamente, somos nosotros mismos los culpables de controlar y limitar el desarrollo de nuestra Conciencia Individual.

La Religión

En casi todas las partes de nuestro planeta, las personas crecen con un adoctrinamiento religioso que poco tiene que ver con la ciencia, con la espiritualidad o con la realidad de las cosas a las que

los antepasados se acercaban: las religiones modernas se basan en cuentos de hadas que contradicen la historia de la misma religión; cuentos escritos y luego manipulado de personas que no tenían nada que ver con la búsqueda espiritual verdadera. Incluso el clero de muchas de las religiones modernas sigue estilos de vida opuestos a las enseñanzas del mesías de la propia religión.

A pesar de todo, todavía hay muchas personas en el mundo que creen ciegamente en las religiones y, peor aún, toman decisiones y renuncian a aspectos importantes de su propia vida para acercarse a las reglas de sus creencias.

Si evaluamos una creencia religiosa desde un punto de vista externo, resulta casi surrealista que las reglas que se impusieron hace muchos años, cuando la humanidad no era como la actual, sigan en vigor y se apliquen a individuos que son diversos los unos de los otros: deberían bastar tales análisis simples para hacer que un creyente reevalúe sus propias creencias.

Con el adoctrinamiento, las religiones han podido controlar a las personas desde el origen de los tiempos.

El control que hacen las religiones tiene el mismo objetivo que el de la sociedad: desviar a las personas del *Aquí y Ahora* para evitar que evolucionen espiritualmente y que desarrollen la Conciencia Individual.

Mientras que el control de la sociedad se basa en el ego y en las reminiscencias de instintos primitivos, el control de la religión se basa en la credulidad, en la pobreza espiritual, en el miedo y en la carencia de concreción lógica de las personas y juega en el miedo inconsciente a lo desconocido, en este caso, a la muerte.

Algunas religiones alientan a los fieles a renegar de su propio cuerpo con la excusa falsa de querer realzar el valor de la parte espiritual del ser humano, sin ni siquiera tener idea de lo que es. Al renegar del cuerpo, interpretan negativamente algunos de sus aspectos, pues consideran que algunas necesidades naturales del cuerpo son tentaciones del pecado, lo que da lugar al sufrimiento y a conceptos de deseos pecaminosos. De esta forma, las religiones crean un sentimiento de culpabilidad aún más fustigante en los propios fieles y establecen prohibiciones psicológicas que causan

privaciones mal vividas.

El fiel se convierte en víctima de la propia religión a causa de su propio cuerpo, ¡un verdadero infierno!

De lo contrario, aquel que recorre su propio Anandayana comprende que es un *Mens*, un *Espíritu* y un cuerpo, por lo que acepta incondicionalmente su cuerpo, lo cuida, complace sus deseos y sus necesidades, por lo que goza de sus placeres y acepta sus momentos negativos, como las enfermedades y desgracias. En pocas palabras, aquel que recorre su propio Anandayana ama su propio cuerpo.

La mayoría de las religiones endosa características humanas a las entidades que definen como “dios”. Algunas de estas características no tienen nada que ver con la nobleza, como la inclemencia, la ira, la inflexibilidad, etc.

Prácticamente todas las religiones dictan normas de conducta, estilos de vida y ritos religiosos para sus propios fieles, que se adhieren a tales preceptos para complacer a ese dios.

Las religiones atribuyen a dios un papel supremo sobre el destino final de los seres humanos: tarde o temprano será dios el que juzgue el resultado de la vida terrenal de los individuos. Como los creyentes conocen bien las características poco nobles de dios, consecuentemente se crea un miedo o, más bien, el miedo al propio juicio de dios: si a dios le complace la vida terrenal del fiel, le premiará con una agradable vida eterna después de la muerte, ya sea una reencarnación futura en una vida mejor, un lugar en el paraíso situado en el cielo o en una resurrección terrenal.

Las religiones tienen consecuencias tanto positivas como negativas para las personas.

Los fundadores de las religiones individuales probablemente no esperaban la consecuencia negativa más importante. Aquel adocinado con el dogma de la existencia después de la muerte, por miedo al juicio de dios, vive toda la vida siguiendo reglas y preceptos que no habría seguido de no ser así. Por lo tanto, los fieles pasan una vida de renunciaciones, siempre proyectados hacia el futuro, esperando en la futura gracia de dios, haciendo elecciones orientadas a complacer dios. De esta forma, el fiel se crea su

infierno en la tierra y pasa toda la vida sin darse cuenta de que el paraíso lo podría haber vivido *Aquí y Ahora*.

Ver el Control del Sistema

Lo queramos o no, las religiones y la sociedad manipulan la vida de todos.

Quizás no somos creyentes, pero si vivimos en una sociedad religiosa, de una forma u otra el estilo de vida se moldea según la religión o las religiones que haya en el lugar donde crezcamos.

Desde que somos pequeños, se nos inculca lo que está mal y lo que está bien. La escuela, los padres, los medios de comunicación, entre otros, nos hacen creer que nos encontramos en un mundo libre, pero en absoluto es así. Nos dicen cómo tenemos que vivir, cómo debemos vestirnos, qué debemos comer, a quién tenemos que votar... Incluso quieren ofrecernos una visión de la felicidad: la carrera, el dinero, el sexo, la aceptación de los demás, pero en realidad obstaculizan cualquier desarrollo espiritual.

La única forma que tenemos para poder ver el control del sistema socio-religioso es salir de ese sistema durante un tiempo. Con un punto de vista externo, se puede llegar a entender toda la organización del sistema de control. Sin embargo, si nos quedamos dentro del sistema, la capacidad de análisis se limita y se encuentran respuestas alternativas a los análisis circunscritos; unas respuestas que perderían su validez si se hiciera una análisis global del sistema.

Algunas personas consiguen vislumbrar el control del sistema socio-religioso aun permaneciendo dentro del sistema: aun así, la visión se encuentra distorsionada, no es clara ni sincera.

Por lo tanto, para tener una visión clara, se necesita salir del sistema, purificarse de todas las estructuras mentales que nos han inculcado y adoctrinado, para conseguir de esta forma una libertad

propia de pensamiento. Desde ese momento, se conseguirá ver por completo la maquiavélica organización de control.

En cuanto conseguimos una libertad de pensamiento verdadera y observamos a las personas desde fuera del sistema, nos parece increíble ver cómo algunas personas inteligentes y cultas dentro del sistema se dejan condicionar por el control del Sistema sin darse cuenta de que están siendo controladas. En ese momento recordaremos que también nosotros nos encontrábamos en su misma posición. Puedes gritar cuanto quieras, puedes avisar a quién quieras, puedes explicarles las razones o intentar que abran sus ojos, pero todo será en vano, no te van a escuchar. Solo podemos ver el control si salimos del sistema y nos liberamos de las estructuras psico-culturales: al igual que otros procesos de adquisición de conciencia, las personas deben llevar a cabo este de forma individual, nadie podrá hacerlo por otra persona.

La Ilusión de la Vida Eterna

Desde que existe el ser humano, siempre ha habido personas que, de una forma u otra, se han perdidos siguiendo un objetivo completamente erróneo: la vida eterna.

Todos los seres vivos de Nuestra Realidad Virtual comparten una característica: llega un momento en el que dejan de existir. En Nuestra Realidad Virtual, la muerte es una parte esencial del equilibrio del planeta Tierra (y del universo) y no nos queda más remedio que aceptarlo. La búsqueda de una posible vida eterna simplemente es insensata y solamente tiene como resultado la desorientación, la desilusión y la pérdida del camino espiritual.

La vida eterna: hay quien la ha buscado por medio de la ciencia, quien la ha perseguido estudiando antiguas creencias esotéricas, pero en la mayoría de los casos, las personas la ansían durante toda la vida dejándose corromper por un credo religioso.

Probablemente la promesa de una vida eterna es el daño más devastador que provocan las religiones, aunque la mayoría de las personas no sean conscientes de ello.

Las religiones se basan en la ignorancia, la credulidad, el miedo y la miseria espiritual de las personas.

En general, las religiones prometen a aquel que sigue determinadas normas de conducta, ciertos estilos de vida y ciertos rituales religiosos, una existencia eterna tras la muerte de la propia Conciencia Individual, ya sea la resurrección en un paraíso con o sin cuerpo, el paso a una entidad espiritual que no está definida propiamente en una localidad no propiamente definida o la sucesión de reencarnaciones a vidas mejores.

La Conciencia de la Entidad Espiritual en las Religiones

Generalmente, las religiones modernas solamente asocian una entidad espiritual al individuo que suele llamarse “alma” o “espíritu” indistintamente.

La mayoría de los creyentes no se detienen a pensar que en las promesas de las religiones no se incluye la cláusula que menciona la propia Conciencia Individual.

Las religiones hablan del alma (o del espíritu) del individuo muerto que va al paraíso, a una especie de limbo o que se reencarna.

Si el alma (o espíritu) es algo que se reencarna o está en presencia de Dios, o algo que vivirá tras la muerte con otros seres semejantes, el alma (o espíritu) debe tener una conciencia propia o, de lo contrario, sería lo mismo que una piedra.

Los seguidores de las religiones deberían fijar su atención en el concepto de la conciencia del alma (o del espíritu): ¿se trata de la misma Conciencia Individual esta conciencia del alma (o del espíritu) o es otra diferente?

Hay que señalar que la vida eterna después de la muerte que inculcan las religiones siempre se refiere a la Conciencia Individual del fiel, así que la creencia se basa en sus debilidades y miedos: las religiones dicen a sus seguidores - si haces esto o aquello, *tú* merecerás la vida eterna después de la muerte -. La referencia a ese *tú* es la referencia a la Conciencia Individual del fiel (se alude también a un *estado de conciencia ordinario*).

Incluso cuando las religiones hablan del alma o del espíritu, dan por sentado un aspecto completamente erróneo: cualquier entidad espiritual de la que hablan, ya sea alma o espíritu, se lleva consigo la conciencia del individuo, que vivirá en la vida después de la muerte eternamente. Sin embargo, *Espíritu* y, sobre todo, e *Alma*, poseen conciencia propia diferentes a la del individuo.

Supongamos por un momento que el concepto que expresan las religiones es verdadero, es decir, que la vida eterna después de la muerte sea de la Conciencia Individual del fiel y se encuentre en un *estado de conciencia ordinario*. En ese caso, en cuanto se ha comprendido que la memoria no se aloja en el cerebro (párrafo *El Cerebro* \Rightarrow) sino en una Dimensión Extra-Mental, hay razones para suponer que el individuo tendría un recuerdo, un conocimiento, una comprensión o, al menos, una percepción del mundo espiritual, de su propia existencia antes de la vida y del divino dios, cualquier entidad que tenga (para aquellos que creen). La falta de dichos conocimientos o recuerdos se podría justificar únicamente si se creyera que con el nacimiento se crea también un componente espiritual eterno, pero esto atribuiría habilidades de crianza divina a las mujeres. [\[32\]](#)

Incluso aquellos que creen en el clásico concepto de la reencarnación del alma tienen una idea incorrecta de la muerte. Según dicho concepto, el alma pasa de un cuerpo de un individuo al cuerpo de otro que posee una Conciencia Individual independiente, por lo tanto, el alma que se reencarna no lleva consigo la Conciencia Individual de la persona difunta. El que cree en el concepto clásico de la reencarnación debería reflexionar sobre cuál es la razón por la que habría que sufrir toda la vida para conseguir una mejor vida sucesiva que no tiene nada que ver con la anterior:

de hecho, si la Conciencia Individual termina con la muerte y tras la reencarnación comienza una nueva conciencia, las dos conciencias no tienen nada en común. Si las dos conciencias individuales tuvieran algo en común, la Conciencia Individual del individuo más reciente debería tener recuerdos claros o conocimientos de la vida anterior y un carácter similar.^[33]

Si aquel que cree en la vida eterna después de la muerte está convencido de que la parte espiritual eterna tenga su propia conciencia distinta a la Conciencia Individual, y con la que no tiene nada que ver, ¿cuál es el sentido de sufrir durante toda la vida para conseguir su eternidad?

Por muy altruista que sea una persona, ¿en algún momento podría renunciar durante toda su existencia a los placeres de la vida, a ser completamente feliz y a tener experiencias de todo tipo, solamente por complacer a un desconocido que se encuentra al otro lado del mundo cuya Conciencia Individual no tendrá nada que ver con su propia Conciencia Individual? La respuesta está clara: seguramente no, por lo tanto, ¿por qué hacerlo para una parte espiritual que tendría una conciencia propia distinta?

Si los creyentes de cualquier religión hicieran las reflexiones oportunas, llegarían a la conclusión de que, sea como sea, la propia Conciencia Individual termina con la muerte.

La consecuencia más incapacitante de las religiones es controlar a los creyentes con la esperanza de la vida después de la muerte, que les lleva a renunciaciones y sufrimientos en su vida actual y, sobre todo, los distrae del aspecto fundamental para vivir tranquilamente y por completo: la filosofía del *Aquí y Ahora*.

En el capítulo *Aquí y Ahora* ([⇒](#)) se aborda este tema destacando el hecho de que los creyentes se esmeran en conseguir un buen futuro e ignoran el concepto del *Aquí y Ahora* y, por lo tanto, escapan de la serenidad del presente.

Cualquiera que siga el ideal de la vida eterna, necesita un despertar inmediato de su Conciencia Individual para poder tomar el control de su propia vida y comenzar a vivirla adecuadamente.

Intentar vivir al máximo la propia vida, aprovechando cada momento para ser feliz, *Aquí y Ahora*, es la forma más sencilla para comenzar a aceptar que un día dejaremos de existir.

La Familia

"...

Durante la charla de ayer con Pragnil, mencioné con tono crítico y algo irónico -J. vive con su mujer, sus hijos, los hijos que tuvo con otra mujer durante su relación actual y los hijos que su mujer tuvo con otro hombre durante la relación actual...-, Pragnil respondió rápidamente -¿percibiste alguna vibración negativa en la familia? - Me quedé atónito, sumergido en mis pensamientos... No, de hecho, es quizás una de las familias en las que haya percibido la mejor atmósfera.

...".

Generalmente los hijos son la razón principal y la parte más delicada de una familia.

Todas las personas estarían de acuerdo en que el ambiente ideal para que los hijos crezcan debe ser tranquilo, respetuoso y pacífico. Cualquier alteración de dicho ambiente ideal, por provisional que sea, tiene consecuencias negativas en los hijos, aunque sean pequeños.

Desafortunadamente, crear un ambiente familiar tranquilo es difícil y depende de ciertos factores que no se pueden controlar completamente. Prueba irrefutable de ello son las estadísticas sobre los fallos del núcleo familiar: muchos adultos sufren de problemas psicológicos que pueden ser causados de traumas que hayan experimentado durante la niñez en la familia de padres separados donde han crecido.

Uno solamente puede llegar a una conclusión obvia: la familia, tal y como se ha formado en la mayor parte de nuestras sociedades modernas, no funciona.

En general, y rápidamente, en nuestra sociedad, la familia la conforma una pareja de adultos que deciden seguir los cánones de la sociedad: crean un núcleo familiar en una casa donde crían a sus hijos.

El problema es que, por definición, la relación de pareja de dos adultos está en continuo cambio. Cada individuo, unos más que otros, cambia con el tiempo, independientemente de la magnitud del cambio. Piense, si no, en la persona que era hace 10 años.

Dos individuos, al tratarse de dos seres diferentes, cambian de forma diferente, por lo que comienzan a surgir problemas en la relación con el paso del tiempo.

Por lo tanto, la pareja debe hacer esfuerzos continuamente para mantener la relación, los acuerdos y los compromisos que se han hecho anteriormente. Sin embargo, aunque estos esfuerzos tengan un resultado positivo, sigue habiendo consecuencias: las energías utilizadas para mantener la relación de la pareja se restan de aquellas necesarias para atender a los hijos. Por no hablar de cuando los esfuerzos no son suficientes para mantener la pareja: el mejor escenario es la separación, donde los hijos comienzan a vivir un calvario infernal que empieza con la división del núcleo familiar y continúa con los problemas de los padres que se han separado, el cuidado de los hijos, las nuevas familias de los padres, etc. El peor caso es cuando los padres no se separan y crean situaciones familiares difíciles que la delicada psique de los pequeños no puede soportar, lo que les provoca traumas que, en el mejor de los casos, se solucionan al cabo de los años con tratamientos psicológicos.

Por lo tanto, la relación de pareja es lo que provoca que el ambiente familiar se arruine. [\[34\]](#)

Hace siglos, la familia no se creaba a partir de una relación de pareja, sino por conveniencia o acuerdos entre los familiares de ambas partes. Casarse por “amor” es relativamente reciente. A día de hoy, en algunas culturas, los matrimonios concertados funcionan mejor estadísticamente que los matrimonios por “amor”; esto es, cuando no hay relación de pareja, el matrimonio funciona mejor.

Obviamente no se puede promover el matrimonio concertado: cada persona debe tener libertad para elegir su propio destino.

Entonces, si se coloca en primer lugar la serenidad del ambiente en el que crecen los niños, probablemente el concepto de familia debería reexaminarse.

Parte III - Forjando Anandayana

Los Egos

Dentro del sistema, tan solo los niños de una cierta edad pueden tener libertad de pensamiento; aunque no por mucho tiempo, pues cuando el pequeño comienza a crear su forma de pensar, el control socio-religioso comienza a hacer efecto. Al contactar con otros seres humanos, el niño comienza a construir su primeros *Egos* (o *Yo*), o bien la estructura psicológica que creamos para las relaciones con las personas que nos rodean, para que nos acepten y para que formemos parte del sistema.

Un psicólogo podría decir que los Egos son necesarios para sobrevivir en la sociedad. Sin embargo, el problema es que los Egos se forman según las normas de conducta de la sociedad.

Cuando los Egos asumen demasiada importancia, vivimos para alimentarlos, lo que provoca que se anule la naturaleza verdadera del individuo. La aprobación, aceptación y admiración de los otros sirven de alimento para que los Egos sobrevivan: se aprende a pensar y actuar para complacer al resto. Cuanto más se alimenta, más crecen los Egos y más importancia cobra para el individuo, hasta que pierde su naturaleza verdadera y la capacidad de tener un pensamiento independiente. Nos empieza a gustar lo que les gusta a los demás y nos comportamos como lo hacen los demás: nos vestimos como se viste el resto o hacemos lo que hacen los otros. En cuanto intentamos diferenciarnos del sistema, nos tachan de inconformistas, nos aíslan y nos critican.

No es fácil crear un pensamiento independiente. Es como si el sistema estuviera diseñado perfectamente para anular cualquier intento por formar un pensamiento independiente.

En los libros de texto escolares y en las noticias que divulgan los medios de comunicación, siempre se propone una sola versión de los hechos que, automáticamente, se convierte en la correcta; muchas personas ni siquiera se detienen a pensar que podría haber una segunda versión de los hechos. Desafortunadamente, incluso aquellos que buscan una segunda versión de los hechos, rara vez consiguen ver la realidad de forma clara, por lo que también se mantienen en el centro del sistema. Por lo tanto, también los conspiradores, es decir, aquellos que ven la versión alternativa de los hechos planteada por los poderes fuertes, se desorientan a causa del efecto de niebla del sistema que provoca deformaciones exageradas de su punto de vista.

Conoce Tus Egos

Los Egos, también conocido como “Yo”, se forman en la mente de los individuos para poder interactuar en las diversas situaciones de la sociedad: creamos un Ego para la familia, uno para el trabajo, uno para los amigos, etc.

Podemos pensar que los Egos son como unas máscaras, cada una diferente, que nos ponemos según la situación y cuyo objetivo es que nos adaptemos a la sociedad.

Hemos observado que, para la sociedad en la que crecemos, ser feliz significa ganar dinero, tener una carrera brillante, ser admirado, tener éxito, tener una familia perfecta, obtener el status-symbol cada vez más prestigioso, tener un buen círculo de amigos y, posiblemente, tener fama.

Todo esto necesita Egos para interactuar con las personas y, al mismo tiempo, alimenta a los Egos mismos. Tal Egos, creados por interactuar con la sociedad, necesitan a la sociedad misma para poder sostenerse.

Cada vez que recibimos la aprobación de cualquier parte de la sociedad o alcanzamos una meta que impone la sociedad (vea *Sistema Socio-Religioso* ⇒), alimentamos uno de nuestros Egos y, como consecuencia, experimentamos una sensación de felicidad efímera.

No obstante, estos Egos necesitan que lo sostengan continua y repetidamente, por lo que se crea un círculo vicioso que convierte a las personas en seguidoras eternas de felicidades efímeras a causa de los Egos.

Conseguir dicha felicidad efímera tiene como consecuencia tanto el desperdicio de la energía como la distracción de objetivos que son más importantes y más nobles.

Desde el punto de vista espiritual, la negatividad de los Egos surge en el momento en el que el individuo se identifica con ellos, lo que sucede cuando alimentamos demasiado un Ego y este adquiere demasiada importancia. En cuanto hay demasiados Egos y adquieren demasiada importancia, el individuo pierde su propia identidad verdadera.

Algunas personas consideran a los Egos unos parásitos del individuo que empiezan a actuar cuando el individuo comienza a convertirse en una marioneta que interpreta papeles y guiones para complacer a los demás.

No sería oportuno considerar que los Egos son como un parásito a nivel mental y energético: somos nosotros mismos los que los creamos y alimentamos con nuestros esfuerzos psico-energéticos, por lo tanto, somos nosotros mismos los causantes de nuestros males, aunque se podría culpar al sistema socio-religioso.

Ver los Egos como un parásito podría servir como excusa psicológica para justificar la pereza de no actuar contra a ellos.

El crecimiento de la Conciencia Individual va de la mano de la destrucción de los Egos o, al menos, con la pérdida de sus importancias.

La mayoría de las personas forman parte de la sociedad, por lo tanto, no es malo tener Egos, siempre que sean moderados y el individuo sea consciente de ellos.

- Los Egos deben ser moderados: no deben generar ninguna frustración o estrés; los Egos deben ser aceptados y ser vistos por el individuo como si fuera un juego.
- El individuo debe ser consciente de tener sus propios Egos: cuando el individuo es consciente y entiende sus objetivos, conseguirá manejarlos de la mejor forma posible, controlarlos sin permitir que perjudican y sin alimentarlos con ambición u otras actitudes negativas.

Desgraciadamente, la mayoría de las veces las personas no son conscientes de sus propios Egos, no los reconocen, se confunden con ellos, deben alimentarlos continuamente y sufren sus consecuencias nocivas.

El amor a sí mismo es la metodología más simple para desempoderar a los Egos.

El ejercicio *¿Quién soy?* que se hace en un *estado de concentración profunda* es un instrumento que podría ayudar a mejorar la relación con los propios Egos (ver capítulos *¿Quién soy?* ⇒ y *Meditación* ⇒).

¿Quién Soy?

"...

Después del chaparrón de la mañana, con el aire un poco más fresco y la tierra roja convertida en barro resbaladizo, fui a saludar a Pragnil y fuimos a caminar por los senderos interiores. Sabía que, cuanto más nos alejábamos, más nos adentrábamos en la jungla y más calaría el silencio contemplativo... Hoy quería un estímulo de Pragnil, así que le pedí consejo sobre lo que podría contemplar durante el paseo. Me dijo - ¿Quién soy? -. Me sorprendí un poco y, después, añadió -Pregúntate quién eres, ¿quién soy? ¿Soy mi trabajo? ¿Soy mi alma? - Inmediatamente comencé con esta contemplación y me sumergí tanto en mis pensamientos, que no fui consciente de que el tiempo pasaba hasta que comenzó a oscurecer. Saqué muchas conclusiones útiles y resultó ser una experiencia bonita que me era necesaria, y creo que Pragnil lo sabía.

..."

El ejercicio contemplativo que Pragnil sugirió es, con seguridad, válido y se tendría que repetir muchas veces hasta que se consiguiera un resultado satisfactorio.

A medida que nos damos cuenta de que no somos nuestro trabajo, que no somos lo que nos ponemos o lo que tenemos, que no somos ninguna de las máscaras que otras personas nos endosan ni ninguna de las otras máscaras que nos colocamos durante las diferentes situaciones de la sociedad, entonces comenzaremos a alejarnos de los Egos inútiles y nocivos para nuestro viaje espiritual. No es un ejercicio fácil: algunas personas experimentan emociones fuertes cuando se liberan del vínculo dañino con los Egos.

Algunos Egos se destruirán, se evaporarán y no quedará nada de ellos; otros permanecerán, porque resultan útiles para el día a día, a no ser que se quiera pasar a una vida de ermitaño. Los Egos que decidamos mantener se desprenderán de nuestro ser: nunca más formarán parte de nuestra piel, pero serán como ropa que usaremos si lo necesitamos; por lo tanto, no serán parásitos psico-energéticos, sino máscaras que nos pondremos cuando queramos.

Si practicamos el “¿Quién soy?” con calma y conciencia, adquiriremos más conciencia propia, lo que nos llevará a entender quiénes somos: somos Conciencia Universal en la Realidad que se manifiesta en Conciencia Individual en la Realidad Virtual.

Amarse

Amarse es una definición general de cualquier práctica que se pueda realizar en el propio Anandayana.

Cualquier actividad que sea buena para el individuo es una forma de amarse a sí mismo.

Para amarse, se necesita practicar actos de amor hacia uno mismo. Cuando se practican dichos actos, nos recargamos de vibraciones positivas.

Hay muchos actos de amor dirigidos a uno mismo, por lo que enumerarlos es imposible: cualquier práctica espiritual, práctica física que nos haga sentir bien, conductas que nos alegren, cuidados alimenticios que nos mantengan en forma, etc.

El propio Anandayana es un camino de amor a sí mismo.

El amor a uno mismo es egoísta. El egoísmo no es la antítesis del altruismo, al contrario, el egoísmo es el precursor del altruismo en el caso del amor: no puedes amar a los demás si no te amas a ti mismo antes.

Esta máxima se incluye en las famosas palabras evangélicas de Jesucristo - *amarás al prójimo como a ti mismo* -.^[35]

Cuando nos amamos de verdad, no buscamos la aprobación del resto, no nos importa más lo que piensan de nosotros; cuando nos amamos de verdad, nuestro amor satura cualquier necesidad de aprobación de los demás.

Cuando nos amamos de verdad, incluso la ambición pierde importancia, porque, en general, la ambición es la búsqueda de la atención de los demás y sirve de alimento para los Egos. Cuando nos amamos de verdad, nos amamos por lo que somos, por lo tanto comenzamos a repudiar las máscaras de los Egos, que son aquello que aparentamos ser a los ojos de la sociedad.

Cuando nos amamos de verdad, conocemos lo que nos gusta y lo que necesitamos, y no nos dejamos influir por lo que les gusta a los demás.

Cuando nos amamos de verdad, no necesitamos ningún status-symbol para valorarnos; es más, cualquier objeto que tengamos que no sea estrictamente necesario se convierte en una carga.

Cuando nos amamos de verdad, nos encontramos bien en soledad; tenemos relaciones con otras personas por el hecho de compartir, no por necesidad.

Cuando nos amamos de verdad, los Egos resultan ser inútiles y, como consecuencia, desaparecen o se minimizan.

Amarse significa cuidarse a sí mismo, cuidar todas las partes de las que somos conscientes: cuerpo, mente y parte espiritual; descuidar cualquiera de estas tres partes haría que el cuidado de las otras dos fuera en vano.

Como hemos observado, *Espíritu* está relacionado estrechamente con la mente y el cuerpo, por lo tanto, existen dos maneras de cuidarse espiritualmente, es decir, cultivar la propia espiritualidad:

- Directamente: con prácticas ascéticas, como el yoga o la meditación, o con rituales ceremoniales (ver *Ceremonia Enteogénica* [⇒](#));
- Indirectamente: cuidando *Espíritu* indirectamente a través de evitar el estrés y otros pensamientos negativos, practicar actividades físicas aeróbicas y anaeróbicas, mantener una sexualidad responsable y cuidar el cuerpo en cuanto a alimentación, cosmética y descanso.

Alimentación

"...

Necesité un tiempo para aceptar la dieta que me puso J.: no entendía por qué tenía que basarla en yuca, arroz y plátano... ¿Qué relación guarda lo que comemos con la experiencia con la ayahuasca y cómo puede influir en el estudio chamánico de una

planta?^[36] Al principio, estas preguntas me molestaban y las respuestas que me dio J. me parecieron que estaban basadas en supersticiones no tan atávicas. Estos disgustos suscitaron dudas sobre la razón de mi estancia en el Amazonas. Luego, sin ni siquiera quererlo, comprendí: mi cuerpo y mi parte espiritual deben estar en sintonía y sincronizarse, y para que ello ocurriera, era necesaria cierta purificación. Ahora siento una diferencia evidente en el estado mental y físico, sobre todo, siento que los rituales chamanes son cada vez más eficaces, más significativos y más profundos.

.....

Hoy ha reaparecido Pragnil, no lo veía desde hacía algunos días. Me ha dicho que había ido a visitar a alguien a C., una comunidad que se encuentra a unas horas en barco. Después de insinuarle el progreso de los últimos rituales, le pedí su opinión sobre la idea de mantener por un largo plazo la dieta estricta que estoy siguiendo, a lo que Pragnil me respondió - las dietas purificantes solo tienen sentido porque nos intoxicamos en otras ocasiones -

..."

Teniendo en cuenta que la vida dentro de las células es una *manifestación de Espíritu*, cualquier fallo a nivel fisiológico/biológico es tanto la causa como el efecto de un problema de *Espíritu*.

Por lo tanto, la descompensación de *Espíritu* lleva al fallo en el interior de las células. Dicho fallo celular, ya sea de corta duración o se prolongue en el tiempo, podría tanto no tener ninguna consecuencia como provocar modificaciones genéticas, por lo tanto, es muy arriesgado potencialmente.

Es esencial adquirir Conciencia Individual y conocimiento de *Espíritu* para mantener un estado de salud mejor.

Por el contrario, un fallo a nivel fisiológico cuya causa sea externa, provoca problemas energéticos en *Espíritu*.

Espíritu puede recuperar su estado de bienestar de distintas formas. En un período más o menos largo, *Espíritu* se puede auto-regenerar, sobre todo si se posee una conciencia lo suficientemente elevada. Con prácticas ascéticas y espirituales se ayuda a regenerar *Espíritu*, cuya eficacia depende de cuanto sea elevada la Conciencia Individual y de cuanto *Mens, Espíritu* y cuerpo sean unido entre ellos.

Hay casos en los que *Espíritu* lucha y no consigue recuperar su estado de bienestar aunque el problema físico esté en proceso de curación o aún no haya ocurrido. En estas circunstancias, un chamán podría resolver la situación rápidamente.

Una de las causas externas que generan un problema fisiológico en el que podemos intervenir es la alimentación incorrecta.

Podemos encontrar mucha información sobre lo que se debe ingerir para alimentarse adecuadamente.

La importancia de ingerir alimentos de calidad es obvia: todas las células del cuerpo mueren, algunas viven durante unos pocos días y otras durante más^[37]. Las nuevas células que se han creado con los nutrientes ingeridos durante la alimentación reemplazan a aquellas muertas.

Para nosotros, una *manifestación de Espíritu* es la vida consciente a nivel celular: resulta extremadamente importante proporcionar elementos nutricionales correctos a la vida celular y, macroscópicamente, al sistema fisiológico del cuerpo.

Si observamos la historia de la dietología, los consejos para llevar una buena alimentación han pasado por continuas revalorizaciones y contradicciones que se han basado en nuevos descubrimientos, algunos más científicos y otros menos.

Todos estamos de acuerdo en que ingerir elementos tóxicos causa un agotamiento físico inútil, pero tampoco deberíamos seguir de forma ciega regímenes dietéticos diseñados de acuerdo con las últimas tendencias, ya que, tal y como enseña la historia de la dietética, otra teoría desmentirá la eficacia de dicha dieta en el futuro.

Cada cuerpo es diferente: lo que puede ser dañino para alguien no tiene por qué serlo para otro. Ser vegetariano o vegano es ideal para muchas personas, mientras que no funciona de igual forma para otras. Algunas personas deben ingerir proteínas animales, mientras que para otras las proteínas endógenas son más que suficientes para mantener el equilibrio físico perfecto, incluso practicando deporte a nivel de competición.

Sería necesario aprender a entender qué alimentos son correctos para nuestro cuerpo.

Nuestro propio cuerpo nos indica qué alimentos debemos tomar y cuáles debemos evitar. Para lograr escuchar a nuestro cuerpo, debemos desarrollar cierta sensibilidad. Dicha sensibilidad es una

consecuencia del refinamiento adquirido durante el recorrido espiritual: a medida que se adquiere Conciencia Individual, se adquiere también conciencia de todas las esferas que constituyen los “sí mismo”, por lo que se mejoran diversas sensibilidades; en este caso, se mejora la percepción de los mensajes del cuerpo sobre qué alimentos son los más adecuados para nosotros.

La práctica ascética con plena conciencia del yoga resulta particularmente útil para mejorar todas las sensibilidades del cuerpo y aumentar la percepción de los mensajes que envía el cuerpo.

Cosméticos

“Somos lo que comemos” es un dicho popular que tiene una base verídica, de hecho, la mayor parte de las sustancias de las que estamos hechos proceden de los alimentos que ingerimos. Es importante que no envenemos nuestros cuerpos inadecuadamente y excesivamente.

Si comer bien es importante, aún más importante es utilizar cosméticos adecuados, sobre todo aquellos para la limpieza e higiene personal, en adelante, los llamaremos productos cosméticos.

Afortunadamente, no todas las sustancias tóxicas que ingerimos se asimilan y entran en nuestro organismo, puesto que algunas se neutralizan en el estómago por las enzimas que hay en él y otras se evacúan con las heces.

La piel también posee defensas contra la absorción de sustancias dañinas que evitan la intoxicación del organismo. Sin embargo, dicho sistema de defensa no es tan eficiente como el del aparato digestivo, por lo que, proporcionalmente, se bloquean o neutralizan menos sustancias dañinas y estas penetran y se absorben a través de las venas.

Es necesario tener conocimientos mínimos básicos para poder elegir los productos cosméticos con la menor cantidad de sustancias

dañinas. Esto no solo se aplica a los productos cosméticos y de limpieza, sino también a cualquier producto que la piel absorbe, como cremas solares, hidratantes, dentífricos, etc.

Desafortunadamente, la información que nos llega desde diferentes fuentes es incongruente y contradictoria.

Parte de la información que circula está distorsionada por aquellos que tienen intereses económicos en no divulgar estudios sobre la nocividad de un producto determinado, como es el caso de las farmacéuticas o industrias cosméticas y alimentarias.

Como siempre, el interesado debe escuchar todas las versiones y construir su propio pensamiento.

En principio, se puede decir que cuanto más simple es el producto cosmético y cuantos más elementos naturales contiene, menos daño provoca.

Existen muchos debates sobre la posible toxicidad de los detergentes que se encuentran en los champús, dentífricos y jabones líquidos, mientras que, por ejemplo, el verdadero jabón, producto de la saponificación, parece no tener contraindicaciones si se usa con moderación y se puede utilizar para la limpieza de todo el cuerpo, incluso cabello y dientes.

Nuestro cuerpo se somete a un estrés fisiológico cuando se ve obligado a eliminar elementos tóxicos y a recuperarse de los estados de intoxicación.

Puesto que la condición del cuerpo es una continua causa y efecto del estado de *Espíritu*, una condición de intoxicación se corresponde con un estado de emergencia de *Espíritu*.

Limitar la absorción de elementos tóxicos equivale a cuidar *Espíritu*, por lo que es una forma indirecta de espiritualidad que no es menos importante que otras prácticas ascéticas.

Comprender la importancia de tener una alimentación adecuada y una cosmética cuidadosa (incluyendo el aseo), es uno de los primeros pasos del proceso para llevar a cabo un recorrido espiritual. No tiene sentido buscar la espiritualidad de cualquier otro modo si continuamos intoxicando nuestro propio cuerpo.

Descanso

Debemos amar nuestro propio cuerpo y complacer sus exigencias y necesidades.

No deberíamos privarnos de un buen descanso.

Para el propio Anandayana es esencial proporcionar al cuerpo un descanso adecuado.

Es difícil estar de buen humor cuando se descansa poco. Es difícil seguir el precepto *Aquí y Ahora* o mantener cierta atención o estar-al-tanto cuando se carece de descanso.

Cualquier persona tiene su necesidad de descanso. Hay períodos en los que se necesita dormir más y otros en los que se necesita dormir menos. No es necesario estancarse en los estándares cuantitativos de horas de sueño, sino escuchar al propio cuerpo y proporcionarle las horas de sueño que él mismo necesita.

La calidad del sueño también es importante. En general, cuanto menor es la calidad, se necesita dormir durante más tiempo para descansar bien.

Dependiendo del hábito y de la cultura, cada persona necesita cierta característica para descansar bien: en Asia muchas culturas duermen en el suelo sobre una alfombra gruesa solamente, algo que para la mayor parte del resto del mundo no sería suficiente para descansar.

Los budistas de muchos países tergiversan el dicho - *el lujo es pobreza* - [\[38\]](#) y se convencen de que el fiel que busca espiritualidad debería dormir en camas rígidas sin colchón o sin algo blando. Dicho precepto puede ser apropiado para aquellos que pueden descansar en esas camas, pero resulta ser una tortura física inútil para los fieles que tengan otras costumbres.

También es necesario complacer al cuerpo cuando nos pide un descanso adicional durante el día. Ya sea echar una cabezada de unos minutos o un descanso más prolongado, independientemente de si es agotamiento físico, mental o de cualquier otra naturaleza, debemos encontrar tiempo para atender dicha necesidad.

A excepción de casos particulares, se deberían evitar los somníferos para facilitar el sueño y otras sustancias dañinas para luchar contra la exigencia de descanso del cuerpo. En general, intoxicar nuestro cuerpo para estimular u obviar una de sus necesidades no es lo apropiado.

Las deficiencias en el descanso tienen como consecuencias complicaciones físicas innecesarias y la disminución de las defensas inmunitarias, por no mencionar otros muchos problemas.

Belleza

El necio intenta tomar posesión de la belleza y luego, una vez momentáneamente conquistada, se entristece cuando la belleza se disuelve en sus manos.

La belleza no existe para poseerla, sino para apreciarla.

La belleza proporciona alegría.

Si logramos mejorar nuestras capacidades receptivas, podremos percibir la belleza en cualquier parte.

Para mejorar las propias capacidades receptivas, en primer lugar, es necesario recuperar la autoridad sobre los propios gustos. Al vivir en la sociedad moderna, tendemos a conformarnos a causa del Ego, lo que significa que los demás controlan nuestros gustos: para que nos acepten los demás, debemos adecuar nuestros gustos a los suyos.

La moda es un ejemplo típico de conformismo: el que lleva ropa que estaba de moda hace un par de años parece ridículo, pero no pensamos que nosotros mismos hemos llevado esa ropa y que dentro de dos años nos reiremos de aquellos que vestirán como vestimos ahora.

Para recuperar la autoridad sobre los propios gustos, hay que lisiar algunos Egos, limitándolos y dándoles menos importancia. Así nos volveremos menos conformistas.

El siguiente paso es mejorar el concepto propio que se tiene de belleza y que se basa en la propia experiencia, en la propia apreciación y en los propios gustos, y no en las opiniones de los demás. Es necesario practicar para mejorar el propio concepto de belleza: al principio, se puede limitar a áreas restringidas que sean más afines a nosotros y, sucesivamente, se puede ampliar nuestro campo de apreciación. Por ejemplo, si se tiene afinidad por las matemáticas, se puede descubrir la belleza en la ecuación de Schrödinger y su sublime refinamiento de la expresión matemática

de una abstracción física; si se tiene debilidad por las flores, se puede observar las diferentes tonalidades del color de un pétalo hasta llegar a admirar sus texturas geométricas.

A medida que practicamos la apreciación de la belleza, desarrollaremos una mayor sensibilidad y nos llenaremos de alegría cada vez que admiremos la belleza.

Cuanto más entrenemos el apreciar la belleza, más se mejora su capacidad de recepción.

A medida que nos volvamos más sensibles a la belleza, descubriremos la belleza de las cosas simples y encontraremos belleza en cualquier lugar: las cosas pequeñas a nuestro alrededor que dábamos por sentado, la naturaleza que no observábamos, las sensaciones que no sentíamos... Todo está intrínsecamente impregnado de belleza.

Llegaremos a la maravillosa situación de poder saborear la alegría en cualquier lugar y en cualquier momento, tan solo al mirar a nuestro alrededor, *Aquí y Ahora*, y al encontrar belleza por todas partes. No habrá necesidad de buscar la belleza: la belleza se encuentra siempre a nuestro alrededor y dentro de nosotros, lo único que tendremos que hacer es percibirla.

Así se aprecia la belleza de la vida.

Apreciar la belleza es una práctica espiritual: nos llena de alegría cuando la practicamos, nos proporciona una ráfaga de vitalidad interna, regenera nuestro Anandayana.

Aquí y Ahora

Toda la filosofía Anandayana se basa en el *Aquí y Ahora*.

El concepto de *Aquí y Ahora*, fundamento de la filosofía budista, es una de las claves para arrojar luz en el camino hacia la felicidad.

En este texto no se menciona mucho el término *estadía-al-tanto*, sino que se usa *Aquí y Ahora*: un término que es en algunos aspectos análogo, lo que implícitamente se refiere a un estar-al-tanto que se aplica en el tiempo y en el espacio, de hecho, subraya la importancia del estar atento con plena estadía-al-tanto del momento presente (“Ahora”) y en el espacio que nos rodea (“Aquí”).

La persona que evoluciona espiritualmente se da cuenta de que su conciencia diverge cada vez más “*Aquí y Ahora*”: cada vez se presta menos atención al pasado, con los propios y diversos remordimientos, la ira, los dolores, la melancolía; y se da cada vez menos importancia a todo lo que ya ha ocurrido, en especial, a los vínculos con los aspectos negativos del pasado.

Incluso se desvanecen los deseos de proyectarse al futuro, por lo que los proyectos, los plazos, los miedos e inseguridades van siendo más leves.

Para aquellos que se encuentran en un camino espiritual es claro, aunque sea difícil ponerlo por escrito, que todo lo que distraiga del *Aquí y Ahora* es dañino espiritualmente. Todo el despilfarro de tiempo, de pensamientos, de energía mental, de energía emotiva y de energía psico-espiritual por el pasado o por el futuro son completamente inútiles, si no dañinos, al igual que es dañino el esfuerzo psico-energético que se hace para estar presente en otras ubicaciones espaciales distintas a las que nos encontramos. [\[39\]](#)

Podemos ver que el concepto del dualismo del yin y el yang es inherente a Nuestra Realidad Virtual, donde los positivos y los negativos son inherentes los unos a los otros: el espacio y el tiempo se han creado para vivir la experiencia de la vida de la mejor manera *Aquí y Ahora*, pero, al mismo tiempo, el pasado y el futuro, es decir “no Ahora”, y el espacio más allá de la posición presente, el “no Aquí”, son características de Nuestras Realidades Virtuales propias que pueden provocar negatividad.

Tan solo con una estadía-al-tanto continua del *Aquí y Ahora*, el individuo comprende la serenidad recorriendo el propio camino Anandayana, en cada parte de él, en cada lugar (“Aquí”) y en cada momento (“Ahora”).

Comprender la serenidad del *Aquí y Ahora* lleva automáticamente a comprender cómo los conceptos de “recorrido” y “meta” se funden: por lo tanto, se pierde el significado de “recorrido hacia la serenidad”, y el individuo se encuentra en su propio “recorrido de la serenidad”.

La Estafa de las Metas

El precepto *Aquí y Ahora* es la clave para que el camino espiritual y el desarrollo de la Conciencia Individual sean exitosos.

Tal y como se menciona en este texto en el capítulo *Sistema Socio-Religioso* ([⇒](#)), una sociedad en la que los individuos cuentan con una Conciencia Individual elevada, es una sociedad pueblo difícil de controlar. Para evitar que las personas aumenten su propia Conciencia Individual, la sociedad y las religiones han inventado un sistema muy inteligente que desvía a los individuos del *Aquí y Ahora*.

La alianza entre la religión y la sociedad nos inculca que debemos crear metas y trabajar arduamente para alcanzarlas, por lo que debemos estar pensando siempre en el futuro enfocados en el objetivo final. La sociedad propone diversas metas, como los

ascensos laborales, la consecución de estados más prósperos o la adquisición de bienes deseados, mientras que, en la religión, la meta es obtener la gracia de Dios para disfrutar de una vida agradable después de la muerte.

Solo debe haber una razón para que exista una meta, que es la creación de uno o más caminos, nada más. La meta no debe ser el objetivo; el objetivo debe ser cómo recorrer el camino.

Independientemente del camino que se esté recorriendo, lo importante es encontrar la serenidad en cada paso (*Aquí*) y en cada momento (*Ahora*) del mismo camino. No importa si al final no se llega a la meta, puesto que aquello que se tenía que conseguir se habrá obtenido durante el camino.

La meta no es importante, lo importante es el camino, o mejor dicho, saber recorrer el camino según el precepto *Aquí y Ahora*.

No hay nada malo en elegir como meta un ascenso, la inscripción a un club de prestigio o la adquisición de un coche nuevo. La meta no debe ser el objetivo del recorrido. Dependiendo de la meta que se ha elegido, el recorrido que ha elegido el individuo depende de una infinidad de factores: el tipo de trabajo, las relaciones sociales, la sociedad en la que se encuentra, los compromisos que tiene, los deberes familiares, etc. No importa el camino que se elija, ya sea el mismo siempre o cambie. Tampoco importa si en el futuro se cambia de trabajo, si nos inscribiremos a otro club o si compraremos una motocicleta en lugar de un coche. No importa la meta, lo que importa es que podamos estar-al-tanto del *Aquí y Ahora* durante la ruta siguiendo nuestro Anandayana.

Aquí y Ahora en la Religión

Por otro lado, la visión dentro de una creencia religiosa es diferente. El concepto *Aquí y Ahora* solo se aplica a algunas creencias. La filosofía budista es el movimiento más grande que ha llevado a cabo este concepto, pero claramente se perdió cuando esta filosofía

budista pasó a ser religión budista: basta con ir a ver las prácticas religiosas de los países mayoritariamente budistas e intentar investigar las esperanzas que tienen los fieles sobre su futuro final. En las religiones, independientemente de la meta, ya sea el paraíso, la reencarnación, el renacimiento en la tierra, en el cielo o en otro planeta, las reglas del camino para alcanzarla son fijas, obligatorias e idénticas para todos los individuos: no existe un camino personalizado para un individuo fiel de un campo religioso. La meta es el objetivo final y de importancia primaria, mientras que los estados de ánimo de los adeptos durante el recorrido para alcanzar la meta ni siquiera son de importancia secundaria, es más, en algunas creencias, cuanto más nos sacrificamos con sufrimiento y privación, mejor.

La palabra “espiritualidad” rara vez se aplica al campo religioso y, seguramente, el concepto *Aquí y Ahora*, menos aún.

Mientras que un individuo sin creencia religiosa puede seguir su propio Anandayana en una sociedad moderna ignorando los mensajes engañosos que la misma sociedad proporciona, el fiel de una creencia religiosa no será capaz de crear su propio Anandayana, a menos que el individuo consiga modificar de alguna manera su propio adoctrinamiento al crear una forma de creencia más libre, flexible y adaptable a un camino espiritual. Por definición, el Anandayana es estructuralmente incompatible con el concepto típico de religión.

Pensamiento, Estados de Conciencia y Arquetipos

Un *estado de conciencia alterado* es una situación temporal que puede permitir a la mente percibir condiciones que escapan de las limitaciones estructurales de Nuestra Realidad Virtual.

En un *estado de conciencia alterado* se pueden abrir los canales que permiten recibir y percibir claramente arquetipos estructurales con dimensiones que van más allá de las dimensiones de Nuestra Realidad Virtual; mientras permanezca este *estado de conciencia alterado*, todo está claro: se consigue reaccionar, entender, interpretar y reconstruir conceptos basados en los mensajes arquetípicos que se han estructurado en otras dimensiones.

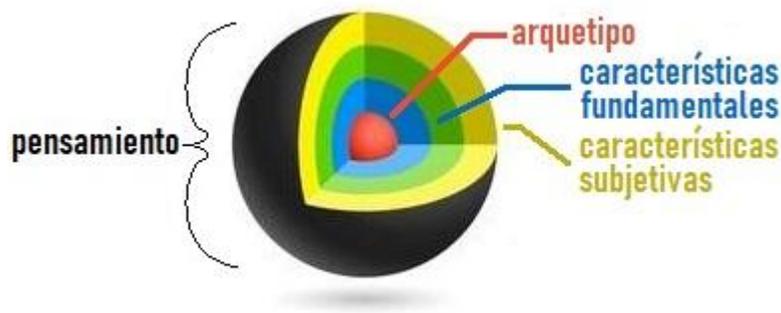
Desafortunadamente, en cuanto la mente vuelve al *estado de conciencia ordinario*, se pierden las estructuras fundamentales que permiten a la mente analizar y reconstruir los mismos pensamientos que se habían podido formular en el *estado de conciencia alterado*. Cuando volvemos al *estado de conciencia ordinario*, casi todo lo que hemos percibido durante el *estado de conciencia alterado* pierde sentido, a no ser que se haga un arduo trabajo de investigación para tratar de interpretar en Nuestra Realidad Virtual lo que hemos entendido en el *estado de conciencia alterado*.

Un ejemplo trivial desde un punto de vista geométrico: suponiendo que en un *estado de conciencia alterado* se pudiera ver un vector de ocho dimensiones espaciales, descrito, por lo tanto, por ocho versores; cuando se vuelve al *estado de conciencia ordinario*, solo se comprenderían tres de aquellas ocho dimensiones espaciales: geoméricamente, es imposible intentar describir visualmente el vector de ocho dimensiones con tan solo tres versores de la Nuestra Realidad Virtual.

Con arquetipo de un pensamiento nos referimos a la información básica en su forma más pura y primordial.

La mente “forma” el pensamiento a partir del arquetipo añadiendo gradualmente características, desde las que son más fundamentales e innatas a nuestra naturaleza, como el color de cada parte del pensamiento, hasta las que son subjetivas, como el acento de la pronunciación de la expresión verbal del pensamiento.

Para mayor facilidad, podemos imaginar un pensamiento como una esfera que ha construido la mente. El arquetipo es el núcleo, más bien, la parte central. La mente comienza a construir la esfera por capas a partir del núcleo. Entre las primeras capas alrededor del núcleo, la mente asocia los colores al arquetipo. Le siguen los sonidos, las formas, las sensaciones, las emociones, los conceptos, las palabras en varios idiomas, las pronunciaciones, los acentos, etc., hasta alcanzar las capas externas de la esfera, es decir, las características subjetivas del que formula el pensamiento.



II. 10: estructura del pensamiento

Golpe de Genialidad

Con golpe de genialidad nos referimos a esa chispa repentina que puede surgir de nuestros pensamientos, una idea o un entendimiento que ha aparecido como por casualidad. Se puede tratar de una idea genial, la solución que no se encontraba a un

problema, el remedio a una dificultad, una comprensión nueva o una iluminación que nos abre nuevas puertas.

El golpe de genialidad lo pasa *Espíritu*, cuya *manifestación* psíquica es el inconsciente y parte del subconsciente de la mente (capítulo *Espíritu* ⇒); pero *Espíritu* no crea el arquetipo del este golpe.

En un *Estado de Conciencia Alterado* específico^[40], *Espíritu* “encuentra” el arquetipo del “golpe de genialidad” y lo pone a disposición de la mente, es decir, de *Mens*, la parte consciente. Tan solo una mente preparada puede recibir y elaborar dicho arquetipo: esa mente debe ser receptiva y estar libre de estructuras lógicas mal colocadas; por esta razón, pocas personas son capaces de producir un golpe de genialidad.

El arquetipo de este golpe que llega a la mente puede tener orígenes diversos, como, por ejemplo, una entidad espiritual maestra que podría ser *Espíritu* de una determinada planta, o puede haber sido extrapolado directamente del Conocimiento Universal. Sin embargo, en el caso de un individuo común en un *estado de conciencia ordinario*, la mente ni siquiera considera los posibles arquetipos que *Espíritu* podría pasar. Por esta razón, el *estado de conciencia alterado* es esencial para que un individuo común tenga un golpe de genialidad, o, más bien, es una condición necesaria pero no suficiente: como se mencionó anteriormente, la persona debe contar con una capacidad intuitiva óptima para captar el significado arquetípico de la información pasada y con apertura mental para aceptar dicha información.

Nota para el lector:

A continuación, se definirían los estados de conciencia ordinarios y los estados de conciencia alterados (o no ordinarios). Dichos estados definen ciertas condiciones de la tríada cuerpo, Mens y Espíritu.

Cuando lea los próximos capítulos, observe la Il.12: Profundidad del Estado de Conciencia en las apostillas Gráfico Estado de Conciencia (⇒).

Veremos como un estado de conciencia ordinario será el estado ideal para vivir la experiencia de la vida; mientras que los breves y esporádicos estados de conciencia alterados, cuando oportunamente y propiamente introducidos, pueden resultar experiencias espirituales importantes para forjar la propia espiritualidad y podrían ayudar tanto a construirse como a recorrer el propio Anandayana.

Distinguiremos entre estados de conciencia alterados superficiales y estados de conciencia alterados profundos. Podremos ver cómo puede surgir un Golpe de Genialidad en un estado de conciencia alterado profundo; mientras que para que ocurra una Experiencia Mística, no solo es necesaria una mayor profundidad del estado de conciencia alterado, sino un estado de conciencia meditativo o un estado de conciencia enteogénico, que puedan procurar resultados espirituales equivalentes aun siendo extremadamente diferentes.

Cabe señalar que para formar y recorrer el propio Anandayana, no es necesario tener experiencias espirituales de estado de conciencia meditativo o enteogénico; sin embargo, dichas experiencias espirituales conforman el Anandayana del individuo que las vive, lo que hace que forme y fortifique una espiritualidad sólida.

Dicho esto, hay que subrayar que cualquiera que logra vivir una Experiencia Mística a través de un estado de conciencia meditativo o enteogénico, sufre un cambio psicofísico-espiritual que afecta categóricamente y profundamente a la existencia del propio individuo.

Estados de Conciencia No Ordinarios

Pasamos de un estado de conciencia ordinario a un estado de conciencia no ordinario, también conocido como estado de conciencia alterado, cuando la percepción sensorial se altera de alguna forma y la mente no sigue las estructuras ordinarias de funcionamiento.

Hay varios *estados de conciencia alterados*, desde los más superficiales, como durante una relación sexual, mientras vemos ciertos tipos de publicidad en la televisión o cuando nos concentramos en una lectura, a los más profundos, que pueden ser un estado hipnótico, un estado meditativo o un estado inducido por el consumo de ciertas drogas.

Un *estado de conciencia alterado (no ordinario)* puede tener diferentes contextos, entre los más interesantes se encuentran los ámbitos culturales, los terapéuticos, los recreativos y los espirituales.

No es seguro que un *estado de conciencia alterado profundo* sea más útil que un *estado de conciencia alterado* más superficial. Aunque si bien es cierto que en un *estado de conciencia alterado profundo* la mente accede a más arquetipos, de forma más fácil y desde fuentes más diversas, es necesario también tener en consideración que la mente en un *estado de conciencia alterado profundo* modifica el propio modo de formular pensamientos: los pensamientos formulados en el *estado de conciencia alterado profundo* se pierden, se olvidan o se filtran cuando se vuelve al *estado de conciencia ordinario*.

El *estado de conciencia alterado profundo* desbloquea las barreras limitantes de Nuestra Realidad Virtual, abre otras dimensiones a la mente a las que la propia mente puede acceder. Una vez que se vuelve al *estado de conciencia ordinario*, a la mente le cuesta (o es incapaz) reconstruir esas percepciones, ideas o pensamientos que se tenían en el *estado de conciencia alterado profundo*.

Según las personas que vuelven al *estado de conciencia ordinario*: - Creía que estaba formulando pensamientos elaborados y logrados durante un *estado de conciencia alterado profundo*, pero ahora no creo que fuera cierto... -, sin embargo, ¡era cierto! Era cierto, solo que la mente estaba funcionando de forma diferente y no puede traducir los recuerdos de dichos pensamientos en el *estado de conciencia ordinario*.

Un ejemplo simplista e improbable: supongamos que el señor Pinco, en un *estado de conciencia ordinario* solo puede entender español y, durante una experiencia en un *estado de conciencia alterado*

profundo ha formulado pensamientos lógicos en griego, un idioma que le es totalmente desconocido. En cuanto la mente del señor Pinco vuelva a su *estado de conciencia ordinario*, todos los recuerdos de aquellos pensamientos y conceptos formulados en griego ahora son inaccesibles, puesto que la mente del señor Pinco no tiene los conocimientos para traducirlos y no puede vincular los recuerdos en griego a los significados consumados. El señor Pinco declarararía ahora - ¡Ah! Durante el *estado de conciencia alterado profundo* pensaba que conocía y podía pensar en una lengua incomprensible, pero no es posible, se trataba de una ilusión/sueño/imaginación/fantasía... -

Son muchos los varios factores que determinan el tipo de *estado de conciencia alterado* según el tipo de inducción. Nos centraremos solamente en algunos casos específicos.

Los métodos más comunes para alcanzar un *estado de conciencia alterado profundo* en la búsqueda de un “golpe de genialidad” son la meditación y el consumo de drogas enteógenas (vea *Enteógeno* ⇒). Mientras que tener un “golpe de genialidad” durante la meditación requiere un esfuerzo considerable, practicar mucho y, probablemente, un cambio en el estilo de vida hacia la morigeración, el consumo de *drogas enteógenas* es más simple y directo. De ese modo, los Beatles lanzaron Revolver y otros álbumes posteriormente gracias al consumo de LSD, al igual que el Dr. Kary B. Mullis declaró que sin sus experiencias alucinógenas no habría podido descubrir la reacción en cadena de la polimerasa (PCR), un descubrimiento que le valió el premio Nobel en Química en 1993. Los chamanes de todo el mundo adquieren conocimientos de plantas y medicinas naturales cuando consumen drogas naturales enteógenas.

Poseemos instrumentos que, si los usamos esporádicamente y concienzudamente, nos permiten experimentar de forma breve un *estado de conciencia alterado profundo*, que es un paso fundamental para la "estadía-al-tanto" espiritual de un individuo y para su crecimiento espiritual.

Los *estados de conciencia alterados* son fascinantes y útiles para ciertos propósitos, pero debe tenerse en cuenta que el *estado de conciencia ordinario* es el estado ideal para poder disfrutar de la vida, para experimentar y gozar de lleno la experiencia de la existencia cotidiana.

Meditación

Recordemos que las mismas experiencias místicas que se viven en un *estado de conciencia enteogénico*, conseguido con la iniciación de una Ceremonia Enteogénica, se pueden vivir sin consumir sustancias enteógenas, a través de prácticas ascéticas como la meditación (il.12: *Profundidad del Estado de Conciencia* en las apostillas ⇒).

Un *estado de conciencia meditativo* es un *estado de conciencia alterado profundo* obtenido a partir del método de meditación “exacto”.

El método de meditación “exacto”, en pocas palabras, consiste en la anulación de las actividades de la mente vaciándola de cada pensamiento.

En lo sucesivo, utilizaremos las palabras “meditar” y “meditación” cuando nos refiramos al método de meditación “exacto”, mientras que con “concentración profunda” y “concentrarse profundamente” nos referiremos a cualquier otro tipo de meditación que hayan propuesto gurúes, religiones, centros de meditación o monasterios, y que en realidad no consideramos una forma de meditación.

- La mente no puede hacer nada por la meditación. Así como la luz y la oscuridad no pueden entrar en contacto, ocurre lo mismo con la actividad mental y la meditación; la meditación es la ausencia de actividad mental. - [41]

-Si sigues una metodología para meditar, no estás meditando.
- [42]

Concentrarse profundamente en la respiración, en un lugar del cuerpo, en un punto imaginario, en cualquier energía o centro energético, en una entidad o en cualquier otra cosa, puede ser un

ejercicio óptimo de relajación, puede ser un buen método para comenzar una reflexión profunda o puede ser un método interesante para comenzar una sesión de hipnosis o terapia psicológica, pero no es el método de meditación “exacto”.

Una concentración profunda es un ejercicio óptimo para aumentar la capacidad de concentración, desarrollar el nivel de estar-al-tanto y puede ser también un ejercicio propedéutico antes de empezar a meditar.

Incluso observar cómo la mente se vacía de pensamientos es una forma de concentración profunda, aunque se acerca más al método de meditación “exacto”.

Recordamos que todo lo que nos rodea es Realidad Virtual; toda Nuestra Realidad Virtual es la Realidad Virtual que percibimos y con la que interactuamos, y concentrarse profundamente en cualquiera de sus elementos es anclarse a ella. Incluso cuando nos concentramos en cualquier cosa que no pertenece estrictamente a Nuestra Realidad Virtual, pero se vincula a ella de cualquier forma a través de nuestros conocimientos o creencias, por ejemplo, un punto energético o una emoción, siempre nos lleva a anclarnos a Nuestra Realidad Virtual.

Cuando nos concentramos profundamente en cualquier parte de Nuestra Realidad Virtual o cualquier otro aspecto vinculado a esta, nuestra mente, de alguna forma, no puede abandonar los constructos psicológicos que bloquean el *estado de conciencia meditativo*.

Mientras que al practicar la meditación, es decir, al vaciar la mente, la mente no puede anclarse a nada de Nuestra Realidad Virtual, por lo que se puede acceder al *estado de conciencia meditativo*.

Muchos psicoterapeutas, incluidos los hipnólogos, que utilizan metodologías en *estado de conciencia alterado* en los pacientes, antes o durante la inducción al *estado de conciencia alterado*, hacen uso de metodologías muy similares a las que se han indicado anteriormente para alcanzar una concentración profunda, es decir, metodologías que se basan en el control de la respiración y la concentración en cualquier aspecto.

Prácticamente, la persona que practica métodos de concentración

profunda pensando que está “meditando” se auto-induce a un estado similar al de la hipnosis (conocida como auto-hipnosis). Si la persona que practica un método de concentración profunda consigue alcanzar un *estado de conciencia alterado profundo*, también podría tener visiones o alucinaciones de cualquier tipo, que, aun así, son muy diferentes a una experiencia mística.

De hecho, la mente, llevada a un *estado de conciencia alterado profundo* con dichos métodos de concentración profunda, alcanza un estado pseudo-hipnótico y se abandona a sí misma (sin la ayuda de un hipnólogo). La mente, vagando en las propias fantasías, experiencias o conocimientos culturales, puede crear así un sueño lúcido, que el practicante interpreta como visiones o alucinaciones. Un sueño lúcido no tiene nada que ver con una experiencia mística. Es más, la persona que refiere tales experiencias de sueño lúcido, nunca declara haber tenido iluminaciones sobre nuevos conocimientos, sino que siempre cuenta visiones que confirman teorías que ya se conocía o, por lo menos, ya se había escuchado anteriormente.

Alcanzar un *estado de conciencia alterado profundo* mediante la práctica exacta de meditación, requiere una práctica constante a lo largo de los años, unas condiciones de vida ideales, un estado avanzado de Anandayana y capacidades individuales considerables que no son comunes en las sociedades consumistas y capitalistas, donde el tiempo se considera dinero.

Incluso con una práctica constante y adecuada de la meditación, sin expectativas y siguiendo todas las indicaciones del caso, nadie puede garantizar al practicante que vaya a alcanzar una experiencia mística eventual. Sin embargo, el practicante beneficiará de muchos otros aspectos positivos de la práctica constante de la meditación: mayor capacidad de concentración, ampliación de la estar-al-tanto de forma general, una visión más nítida del mundo, una sabiduría más profunda, mayor familiaridad con la práctica del *Aquí y Ahora*, facilidad para tener intuiciones útiles y la eliminación del estrés, que es el origen de muchas enfermedades.

Búsqueda Meditativa

La búsqueda de la experiencia mística genuina a través de la práctica de la meditación seguramente sea un objetivo noble. Las personas que dedican su propia vida a dicho objetivo pueden ser definidas como Buscadores Meditativos; buscadores para los que cultivar la búsqueda de una experiencia mística significa adentrarse en un sector que no se ha definido con propiedad.

Alcanzar una experiencia mística a través de un *estado de conciencia meditativo*, es un camino largo, gradual y absolutamente incierto: pocas personas consiguen vivir tal experiencia.

A diferencia de los Buscadores Enteógenos, los Buscadores Meditativos no corren riesgos serios, ya que su camino es largo y gradual: el tiempo juega a favor de los Buscadores Meditativos, puesto que les permite adaptarse psico-espiritualmente a las experiencias nuevas conforme avanza su camino.

El Buscador Meditativo que vive experiencias místicas, puede desarrollar con el tiempo capacidades mentales que permiten interpretar en un *estado de conciencia ordinario*, aquello que se ha vivido en un *estado de conciencia meditativo*, aunque siempre de forma aproximada.

Sin embargo, esas adaptaciones psico-espirituales naturales que el Buscador Meditativo desarrolla tienen recursividades evidentes, que inciden en la vida social del Buscador Meditativo: con el paso del tiempo, al trascender cualquier problema de su Anandayana, asumirá una vida espartana, que lo llevará a aislarse para buscar más contacto con la naturaleza y consigo mismo.

El estilo de vida eventual del Buscador Meditativo es bastante diferente de la vida austera que promueven algunos religiosos, que se encierran en comunidad o monasterios, en la que se privan de algunos placeres de la vida, siempre en grupo para apoyarse entre ellos.

Drogas

Nota importante: el lector asume toda responsabilidad por el posible consumo de sustancias ilegales.

Droga: una palabra que infunde miedo.

Los medios de comunicación, las escuelas, las religiones y, en general, todo el sistema socio-religioso, nos repiten constantemente que la palabra “droga” equivale a pecado, a mal, a peligro, a degeneración y a muerte.

Nos contaron historias de personas que se fueron a la deriva por consumir “droga”, personas que han destruido su propia vida y la vida de las personas que aman por haber entrado en un túnel sin salida. Personas que han comenzado una maldita dependencia debido a una situación inicial difícil, para reencontrarse en una situación extremadamente degenerada y casi sin esperanza.

El sistema socio-religioso nos ha inculcado por la fuerza tanto la negatividad de la palabra “droga”, que en cuanto la oímos, suena una alarma interna que nos alerta e infunde miedo: de hecho, tiene un efecto más fuerte que la palabra “nacismo”, “terrorismo”, “homicidio”, “masacre” y otras palabras con significados extremadamente negativos.

Desde pequeños, el sistema socio-religioso nos inculca que la “droga” se debe evitar a toda costa, que debemos mantenernos alejados, que nunca la tomemos... las consecuencias se conocen bien y son irremediables: dependencias física y psicológica inevitables que provocan un sufrimiento seguro al pobre drogadicto y a sus seres queridos, si es que no provocan graves daños mentales permanentes y incluso la muerte.

En Europa es normal ver a un padre que sonrío mientras le da palmaditas en la espalda al hijo que está con resaca, como señal de aprobación por haber pasado una noche como “adulto” emborrachándose con sus amigos, y luego ver al mismo padre que monta en cólera al enterarse que el hijo ha consumido marihuana.

Acabemos rápidamente con este falso mito nefasto aclarando un par de conceptos.

Con el término “droga” definimos una sustancia psicoactiva (o estupefaciente) capaz de inducir a la dependencia, tolerancia y adicción.

El café y el tabaco son drogas con acción psicoanalítica, por lo tanto, pertenecen a la misma familia de drogas de la cocaína. El alcohol es una droga con acción psicoléptica, pertenece a la misma familia de drogas del opio.

En las sociedades modernas, la gran mayoría de la gente consume café, tabaco y alcohol que, por definición, son drogas; por lo tanto, por definición, la gran mayoría de las personas son “drogadictas”.

Está científicamente demostrado que la dependencia física y psicológica al alcohol, al tabaco y al café es mayor que la dependencia al LSD, a la marihuana, al MDMA, a la mescalina y al popper.

Cuando hablamos de drogas, no se infravaloran los daños físicos directos. Los daños físicos que causan el alcohol (al hígado, al sistema cardiovascular, al estómago, al esófago, al intestino, al páncreas, al cerebro) y el tabaco (daños cardiovasculares, a los pulmones, a la piel, al estómago, al cerebro, a los huesos, al sistema reproductivo) son mayores que los que causan el LSD, la marihuana, el éxtasis y el MDMA.

La única diferencia entre las “drogas legales”, como el alcohol, el tabaco y el café, y las “drogas ilegales” es que las primeras están aceptadas socialmente y son fuente de grandes ingresos económicos.

En estas divisiones absurdas jurídicas y culturales entre las drogas que son legales y las que no, sería necesario tener en consideración

que algunas de las drogas ilegales tendrían usos terapéuticos importantes, como es el caso de la marihuana en el tratamiento del cáncer. Afortunadamente, la tendencia está cambiando en cierta manera, pues ya hay algunos países en los que se están legalizando algunas de estas drogas, incluso el LSD para enfermos terminales y los tratamientos contra el alcoholismo.

Si muchas drogas ilegales provocan menos dependencia que las drogas aceptadas socialmente, causan menos daños físicos y tienen varios usos prácticos, entonces la pregunta sería por qué están prohibidas.

Enteógeno

La etimología griega de enteógeno es “que genera a Dios (o a la inspiración divina) en su interior”.

Algunas sustancias, químicas o naturales, entre las que se incluyen LSD, DMT, mescalina, DPT, THC, psilocibina, psilocina, alcaloides, se definen como enteógenas por las experiencias espirituales intensas que se pueden vivir al consumirlas, incluso cuando se trata de personas incrédulas y escépticas.

Algunos podrían definir la *sustancia enteogénica* como un compuesto alucinógeno, psicodélico, psicomimético, místico-mimético, onirógeno, psicotógeno, fanerotimo con otro sinónimo dependiendo del campo de discusión, ya sea química, farmacéutica, psiquiatría, etc.

El doctor R. Strassman destaca claramente la importancia de definir correctamente la sustancia en cuestión con el término apropiado^[43]: participar en una “ceremonia enteogénica” puede conducir a experiencias espirituales (vea *Ceremonia Enteogénica* ⇒).

Entre las experiencias de consumidores de sustancias *enteogénicas*, es común escuchar que se han sentido en contacto con “el gran espíritu” o con “el orden cósmico” o que han sentido

que “la naturaleza y ellos eran uno”. Muchos han experimentado vivencias extracorpóreas (el acrónimo en inglés OOBÉ). Muchos consideran que las sustancias *enteogénicas* son un poderoso instrumento para entrar en contacto con lo divino.

Cuando se utilizan sustancias *enteogénicas* en los tratamientos, los pacientes declaran poder ver su propia vida desde un punto de vista introspectivo y, de esa forma, haber podido resolver sus propios problemas.

Algunas personas afirman haber tenido sus propias iluminaciones reales por el uso de sustancias *enteogénicas*, como Steve Jobs, fundador de Apple, o el profesor F. Crick, que ganó el premio Nobel de Medicina en 1962 por haber descubierto la estructura del ADN, aparentemente gracias al consumo de una sustancia *enteogénica*; o el profesor K. B. Mullis, anteriormente nombrado, que ha confirmado que sin el consumo de sustancias *enteogénicas* no habría encontrado la mejora de la PCR, un paso histórico en la biología, gracias al cual ganó el premio Nobel de Química.

Lo que más desconcierta es el gran número de personas que han afirmado haber tenido experiencias tan profundas e importantes gracias a sustancias *enteogénicas* que les han mejorado la vida.

La mayor parte de estas sustancias *enteogénicas* actúan a nivel de los neurotransmisores, aunque la ciencia aún no conoce completamente su método de acción.

Nunca se ha encontrado un efecto nocivo o tóxico en la mayoría de las sustancias *enteogénicas*.

Muchas sustancias *enteogénicas* son de naturaleza vegetal; incluso la DMT, que se produce también en el cuerpo humano, tiene una estructura molecular similar a la del neurotransmisor llamado serotonina y se encuentra en circulación en cantidades mínimas, aunque no se entiende aún la razón por la que el cuerpo produce DMT.

Otras sustancias *enteogénicas* que se encuentran comúnmente en la naturaleza y que cuenta con una estructura similar a la DMT son la 5-MeO-DMT y la psilocina, que en nuestro cuerpo se transforma en psilocibina en cuanto se consume.

Las personas que antes se preguntaban por qué había drogas nocivas como el café, el alcohol o el tabaco circulando libremente en la mayoría de los países mientras que otras drogas, en este caso las sustancias *enteogénicas*, no, ahora tienen que sopesar otros elementos: la mayor parte de las sustancias *enteogénicas* son inocuas y no crean dependencia, tienen aplicaciones potenciales en tratamientos psiquiátricos y médicos, son fuente de inspiración, aumentan la sensibilidad desde varios aspectos, proveen de importantes experiencias espirituales y momentos de profunda inspiración.

En el caso de que el lector aún no tuviera una respuesta clara sobre el motivo por el que las sustancias *enteogénicas* estén prohibidas por prácticamente todos los gobiernos del mundo, quizás encuentre una sugerencia en la declaración del Dr. Alexander T. Shulgin, un farmacólogo pionero que declaró lo siguiente con respecto a sus primeras experiencias con la mescalina en los años 50:

- [...] aprendí que hay mucho dentro de mí... No hay ninguna duda de que la información que he obtenido no estaba en la mescalina... Entendí que el universo entero está en la mente y en espíritu. Podemos decidir no acceder a él o podemos negar su existencia, pero indudablemente está dentro de nosotros y hay sustancias químicas que pueden hacerlo disponible -.

Seguramente el Dr. Shulgin tuvo una experiencia mística *enteogénica*. Si todos hubieran tenido tal experiencia profunda con sustancias *enteogénicas*, ¡muy pocas personas seguirían necesitando las religiones!

Ceremonia Enteogénica

Hay mucha literatura con respecto a “sustancia *enteogénica*, el Set y el Setting”.

Obviamente la sustancia *enteogénica* no es la que produce la experiencia espiritual o la iluminación. La sustancia *enteogénica* simplemente es una llave de acceso para liberar la mente de los modelos y las estructuras ordinarias y, por lo tanto, pasar de un *estado de conciencia ordinario* a un *estado de conciencia alterado profundo*.

La experiencia con una sustancia *enteogénica* depende mucho del tipo de persona que la consume, es decir, de su cultura, de su preparación, de su estado anímico cuando la consume, de sus expectativas y de otros factores que, todos juntos, definen el Set. Seguramente, una persona que está recorriendo su propio Anandayana tiene todas las características en regla para contar con un Set ideal, que se ha moldeado finamente para obtener experiencias místicas a partir de una Ceremonia Enteogénica.

El Dr R. Strassman siempre presta mucha atención al ambiente, es decir, al Setting, en el que se consume la sustancia *enteogénica*. Para asumir una Ceremonia Enteogénica, se debe crear una situación apropiada para la persona que va a participar según las propias exigencias del caso: ya se trate de una habitación solitaria y silenciosa, de una comunión en una sala de meditación, de un aislamiento en la roca de la cima de una montaña o de la inmersión en la naturaleza en un centro ceremonial disperso en la jungla. La importancia del ambiente (o mejor dicho, el Setting) es fundamental y no debe infravalorarse nunca.

El *estado de conciencia enteogénico* es un *estado de conciencia alterado profundo* en el que se verifican las condiciones ideales de

“sustancia *enteogénica*, el Set y el Setting”, o bien las condiciones ideales para una Ceremonia Enteogénica.

Un individuo puede vivir una auténtica experiencia mística en un *estado de conciencia enteogénico*.^[44]

Concretamente, para tener una experiencia mística durante una Ceremonia Enteogénica es necesario que se den todas las condiciones ideales para la “sustancia *enteogénica*, el Set y el Setting”.

Solamente con un *estado de conciencia enteogénico* o un *estado de conciencia meditativo*, se puede conseguir romper los esquemas de Nuestra Realidad Virtual, entender sus constructos y acceder a dimensiones impensables, como, por ejemplo, a acceder a partes del Conocimiento Universal, y incluso se puede conseguir a encontrar la notoria “iluminación”: estas experiencias son parte de las posibles experiencias místicas.

Estado de Conciencia Eenteogénico

Un *estado de conciencia enteogénico* provocado por una Ceremonia Enteogénica genera una condición que aún no está completamente clara para nadie: el individuo pierde los conceptos de espacio y tiempo que, como hemos visto anteriormente, son virtuales. Las estructuras mentales cambian y la mente comienza a pensar de forma diferente, siguiendo esquemas lógicos que en absoluto se pueden describir en un *estado de conciencia ordinario*.

Las experiencias místicas que se viven en un *estado de conciencia enteogénico* cambian el recorrido de la vida de aquellos que las viven, abastecen de inspiraciones y enseñanzas. La mayor parte de esas experiencias místicas vienen en forma de visiones, es decir, imágenes que aparecen en la mente.

La ciencia no consigue entender en qué área del cerebro y de qué forma aparece la reproducción de las imágenes captadas por nuestros ojos y transmitidas al nervio óptico; la ciencia anda a

tientas aún más cuando se trata de intentar entender cómo aparece la reproducción de las imágenes que se añaden en un *estado de conciencia enteogénica* en un ambiente oscuro, cuando no existen señales significativas que provienen del nervio óptico.

A pesar de que la ciencia no tenga ninguna teoría creíble, etiqueta de forma arrogante las imágenes que aparecen durante un *estado de conciencia enteogénico* en un ambiente oscuro como recuerdos emergentes o como resultados de un estado mental confuso y refuta, a priori, cualquier otra explicación que provenga de otras fuentes, como, por ejemplo, los mismos chamanes, que dedican la vida al estudio no ortodoxo de sustancias *enteogénicas*.

El chamán auténtico generalmente es una persona que no está sometida a un adoctrinamiento socio-religioso típico de las sociedades consideradas “civilizadas”, por lo que el chamán auténtico se forma con una mentalidad libre de constructos adecuados para el control individual y colectivo. Un chamán auténtico crece generalmente con un estrecho contacto con la naturaleza y se alimenta con productos sanos en general. Un chamán auténtico pasa toda su vida practicando rituales en un *estado de conciencia enteogénico*, por lo tanto, ¿quién mejor que un chamán puede conocer y describir un *estado de conciencia enteogénico*?

Sin embargo, esto no es así. La ciencia, a pesar de su ignorancia sobre el tema, no tiene en cuenta ninguna otra fuente que no sean sus propias inferencias. Si dicho comportamiento lo mostrara un individuo, se le calificaría como una persona cerrada mentalmente, estúpida e ignorante.

No obstante, las empresas farmacéuticas, y no solo estas, se han beneficiado de los conocimientos de los chamanes: se han sintetizado varios productos desde el conocimiento chamánico con fines comerciales.

No obstante, se deben considerar ciertos aspectos a la hora de evaluar a los chamanes como una fuente autorizada de información. Mientras que los escépticos podrían definir las capacidades curativas de los chamanes como fenómenos de auto-curación de los pacientes inducidos por la sugestión psicológica, los incrédulos no

pueden justificar tan fácilmente los conocimientos que los chamanes adquieren en el *estado de conciencia enteogénico*.

A pesar de que son los mismos chamanes los que lo afirman, la ciencia niega que el origen de los conocimientos de los chamanes haya tenido lugar en *estados de conciencia enteogénicos*, aunque no tengan ninguna prueba que justifique dicha negación.

Durante una Ceremonia Enteogénica^[45], los chamanes afirmaron haber estado en contacto con los espíritus, con el “divino”, “La Madre Selva”, “La Pachamama”, “El Gran Espíritu” o con “Gaia”, dependiendo de la cultura a la que pertenecen.

En el capítulo anterior *Espíritu* (⇒) hemos visto cómo el Conocimiento Universal es potencialmente accesible a todos los seres vivos.

Los detalles de los orígenes de los conocimientos chamánicos aún son un misterio que no se puede comprender completamente por las limitaciones que se han ilustrado anteriormente, pero es probable que se puedan atribuir a la misma dinámica que se observa en el capítulo *Golpe de Genialidad* (⇒).

Entre los diversos conocimientos chamánicos de origen “misterioso” también se encuentra la receta del conocidísimo Yagé (o Ayahuasca), una bebida que se usa como sustancia *enteogénica* por los indígenas del Amazonas; véase la lectura de las notas al final del texto *El Misterio del Origen del Yagé* (⇒).

Búsqueda Enteogénica

En las notas al final del texto *El Misterio del Origen del Yagé* (⇒), veremos que la receta del Yagé no puede encontrar sus orígenes en una serie de pruebas de combinaciones de vegetales endémicos. La receta del Yagé es un ejemplo como muchos otros que muestran que los conocimientos chamánicos milenarios son fruto de una búsqueda que tiene lugar fuera de Nuestra Realidad Virtual, una búsqueda que llamaremos búsqueda enteogénica.

Los chamanes verdaderos del Amazonas, que son prácticamente Buscadores Enteogénicos, afirman que son los espíritus de las propias plantas los que proporcionan información sobre cómo encontrarlas, cultivarlas, prepararlas y cocinarlas, incluyendo informaciones sobre rituales y usos de las preparaciones de las plantas. Aunque pueda parecer que estas afirmaciones son ridículas, el hecho es que no hay explicación alternativa para algunos de los conocimientos que poseen los chamanes.

Si bien la ceremonia enteogénica y la búsqueda enteogénica tienen en común el *estado de conciencia enteogénico*, son diferentes. La ceremonia enteogénica es un ritual espiritual, habitual o esporádico, dirigido al crecimiento de la Conciencia Individual. La búsqueda enteogénica consiste en aventurarse en dimensiones desconocidas en busca de cualquier información que pueda enriquecer a la humanidad o, simplemente, al propio buscador.

La búsqueda enteogénica es una actividad noble, pero también peligrosa, que se desaconseja a “aventureros” o “curiosos”, en cuanto que no está exenta de riesgos graves que van desde la salud mental hasta la propia vida.

El Buscador Enteogénico es una persona con una Conciencia Individual desarrollada, seria, sabia y valiente, que sabe evaluar bien los peligros que se presentan. El Buscador Enteogénico desarrolla capacidades mentales que pueden interpretar, aunque de forma aproximada, en un *estado de conciencia ordinario* lo que se ha vivido en un *estado de conciencia enteogénico*.

No hay pautas para la búsqueda enteogénica, pero, independientemente del tipo de búsqueda enteogénica que se quiera emprender, el acompañamiento en el *estado de conciencia enteogénico* de un supervisor o maestro espiritual experimentado en el campo es categórico.

Trascender un Obstáculo

Los obstáculos de un recorrido espiritual completo, en este caso, el propio Anandayana, no se pueden negar, reprimir o suprimir. Si se hiciera, se conseguiría la reacción inversa: surgirían trastornos nuevos y los deseos o elementos de distracción que queríamos eliminar, porque los considerábamos un obstáculo, se amplificarían. No se puede intentar esconder un obstáculo fingiendo no verlo, porque el obstáculo siempre estará ahí: inconscientemente, nuestra atención se dirigirá aún más hacia ese obstáculo.

Solo hay una forma de eliminar un obstáculo de un recorrido espiritual: trascenderlo.

El primer paso para superar un obstáculo es identificarlo. Necesitamos entender cuál es el obstáculo que obstruye nuestro recorrido, analizarlo y comprenderlo para asegurarnos de cómo nos afectará una vez se haya trascendido.

Para poder trascender un obstáculo, necesitamos seguir el concepto que proponían antes Osho Rajneesh y luego Pragnil:

en cuanto se identifica el obstáculo, necesitamos aceptarlo y vivirlo como un elemento natural. Debemos someternos dándonos el gusto al obstáculo de forma casi maníaca, proponiéndolo de nuevo de todas las maneras diversas. Llegará un momento en el que nuestra visión de ese obstáculo, al que nos hemos sometido durante mucho tiempo, dejará de ser un problema; por lo tanto, lo que resultaba ser un obstáculo en nuestro recorrido espiritual, dejará de serlo, dejará de crear deseos o distracciones, por lo que ese obstáculo será trascendido.

Tomemos como ejemplo los dos obstáculos principales en un recorrido espiritual que surgen generalmente en el sistema socio-religioso: el dinero y el sexo.

En este texto, hemos dualizado el sistema de control socio-religioso definiéndolo en sus dos partes principales, la sociedad y la religión, que se encuentran vinculadas intrínsecamente. Cada una de las partes de la dualidad tiene diversos efectos en los individuos que pueden ser vistos como obstáculos en un recorrido espiritual: en general, el obstáculo más importante causado por la religión es el obstáculo del sexo, mientras aquello más importante causado por la sociedad es el obstáculo del dinero.

El Dinero en la Sociedad

Si analizamos bien el control que ejerce la sociedad de forma diversa en las personas, encontraremos que el dinero es el punto común.

Los status-symbol que las personas anhelan pueden adquirirse si se tienen posibilidades económicas. Desear tener una carrera se traduce en la mayor parte de los casos en el deseo de un salario más alto.

Sí es cierto, como afirman algunos psicólogos, que algunos tipos de Egos se extienden a las posesiones que tengamos, por lo tanto, tener mayor poder de adquisición nos conduce a la posibilidad de aumentar dicho Egos.

En muchos casos el dinero es un factor discriminatorio, especialmente en las culturas orientales: un trabajo es mejor que otro si el sueldo es mayor, una persona es mejor que otra si tiene más dinero.

El dinero puede ser un obstáculo para el recorrido espiritual cuando se convierte en el tema de la mayoría de los discursos y pensamientos. Cuanta más importancia se le da al dinero, más se convierte en un problema. El peor caso se confirma en el momento

en el que una persona toma decisiones de vida que se basan en el dinero, incluso es peor si esas decisiones son a expensas de mejores alternativas que se encuentran fuera del aspecto económico.

El método más eficaz para trascender el deseo de tener tanto dinero es someterse dándose el gusto. Se tiene que encontrar la forma de ganar mucho dinero. Decirlo es fácil, pero ponerlo en práctica no lo es tanto.

Muchas personas que alcanzan la condición de ganar más dinero del que pueden gastar, entienden lo inútil que es ese objeto de cambio que llamamos dinero, y trascienden automáticamente el obstáculo del dinero en su camino espiritual.

Dicho esto, hay que subrayar que también existen personas a las que el dinero no les ha obstaculizado su propio camino espiritual. También hay personas, aunque en número limitado, que han conseguido trascender el obstáculo del dinero siguiendo un recorrido propio, sin ni siquiera complacerse en el deseo de tener mucho dinero.

La Sexualidad

De una forma u otra, las sociedades vienen influenciadas por las religiones, que siempre han intentado controlar la sexualidad de las personas a través de libros obsoletos que describen las pautas de la vida sexual según la voluntad de dios. Por lo tanto, queramos o no, todos estamos condicionados mentalmente con respecto a la sexualidad por una creencia religiosa en mayor o menor medida, incluso aquellos que han crecido en una familia laica.

En los mejores casos, cuando dichas influencias negativas son de menor magnitud, los individuos no presentan perturbaciones, pero el concepto que tienen de lo que está bien o mal en lo que respecta a la sexualidad viene definido por la cultura religiosa local de forma inconsciente. Probablemente, estas personas presentan

desequilibrios mínimos que pueden desembocar en perversiones normales, aunque el adjetivo “normal” no se puede utilizar en el campo de la sexualidad.

En los peores casos, cuando el entorno que nos rodea provoca una sexualidad negada, reprimida o privada de alguna forma, las únicas consecuencias son trastornos constantes que desembocan en problemas psicológicos y psicosomáticos.

Probablemente, la sexualidad sea el obstáculo más común de un recorrido espiritual profundo, ya que tenemos arraigados en nosotros conceptos erróneos que se originan en un entorno socio-religioso. Estos conceptos erróneos provocan limitaciones psicológicas, crean deseos y perturbaciones que resultan ser obstáculos para la persona que esté desarrollando su propia espiritualidad.

Como se ha dicho anteriormente, para poder superar un obstáculo, primero debemos analizarlo. El autoanálisis es el primer paso para entender exactamente qué aspectos de nuestra sexualidad crean el obstáculo, tras lo cual se pasa a someter dándose el gusto a esos aspectos. Antes o después llegará el momento en el que, a la hora de pensar en esos aspectos de nuestra sexualidad a los que quizás hayamos sucumbido hace mucho tiempo, descubriremos que no crean ningún problema: no existirán más deseos ni distracciones, no habrá más obstáculos para nuestro camino y, por lo tanto, el obstáculo se habrá trascendido.

Así que, en particular, para superar una característica de nuestra sexualidad que pensamos que impide, limita o ralentiza nuestro recorrido Anandayana, en primer lugar, debemos realizar un análisis introspectivo para entender bien esta característica. Es necesario entender bien el problema que provoca esta característica y analizar nuestra posible condición futura en cuanto se haya modificado esta característica. De esta forma, se obtiene un cierto grado de seguridad de que sea mejor trascender tal característica de nuestra sexualidad.

Atención: debemos y podemos trascender aquello que nosotros mismos consideremos problemático, no lo que otros piensen que es

problemático; aquello que los demás consideren un problema, aunque sea inherente a nosotros, no nos debe importar, pues se trata de su problema.

Por ejemplo:

Si creemos que nuestro obstáculo es la falta de haber mantenido relaciones sexuales con muchas personas, debemos aceptar la promiscuidad y mantener tantas relaciones que nos sea imposible llevar la cuenta de las personas, pues llegará un momento en el que cambiar de pareja sexual no nos atraerá más.

Si pensamos que nuestro obstáculo es el impulso a imaginar partes íntimas de personas, necesitaremos pasar mucho tiempo en playas nudistas, por lo que llegará un momento en el que miraremos las partes íntimas de la misma forma en la que miramos cualquier otra parte del cuerpo y no sentiremos la necesidad de imaginar las partes íntimas de las personas.

Si creemos que nuestro obstáculo es el deseo oculto de mantener relaciones sexuales con una persona del sexo opuesto a nuestra orientación sexual, se tendrá que hacerlo muchas veces, por lo que llegará el momento en el que solo nos interesará el sexo con personas de nuestra orientación sexual.

Independientemente de la característica de nuestra sexualidad que resulte un obstáculo para nuestro Anandayana, hay que trascenderla y así llegará el momento en el que dejará de ser un obstáculo.

Obviamente, trascendiendo un lado de nuestra sexualidad hará que cambiemos nuestra propia sexualidad: nuestra sexualidad estará más en sintonía con nuestro viaje espiritual.

Sexualidad Espiritual

Una sexualidad sana es una parte fundamental del Anandayana de un individuo: la actividad sexual se debe ver de forma plena y

respetuosa para uno mismo y para los demás en todas las fases de la vida.

Una actividad sexual sana aporta muchos beneficios desde el punto de vista fisiológico, sobre todo a nivel hormonal: mantener una vida sexual activa es una parte importante del cuidado del propio cuerpo, por lo tanto es una parte importante de la espiritualidad propia (vea capítulo *Espíritu* ⇒).

Para tener una actividad sexual sana es necesario conocer la propia sexualidad.

La sexualidad de una persona es un aspecto complejo y único, y cambia con el tiempo.

Debemos alimentar y satisfacer nuestro deseo sexual conscientemente, siguiendo las propias exigencias.

La única forma posible para recorrer el propio Anandayana es vivir la propia sexualidad de manera libre, natural y respetuosa.

- Libre, porque la sexualidad debería estar libre de cualquier constructo cultural, social y religioso, y debería gestionarla la persona con total libertad, según su propia moral y sus propias virtudes, y no de acuerdo con las de otras fuentes que no concuerdan con la propia. Nadie debería intervenir jamás en el comportamiento sexual de otra persona, excepto cuando dicho comportamiento no respete a otra.
- Natural, porque el sexo forma parte de la propia naturaleza y, como tal, se debe ver de forma totalmente natural; entre dos personas que se atraen, la atracción sexual es una reacción natural y no debe ser dictada por previsiones socio-religiosas como la pedida de mano, matrimonio o similares, sino tan solo por el deseo natural de los individuos.
- Natural, porque los órganos genitales son parte del cuerpo, como lo son las manos, las orejas y los ojos, y hablar sobre ello o verlos no tendría que ser razón de vergüenza, tabú, escándalo o perturbación sexual. Si nos sentimos entubados a la vista de los órganos sexuales o a escuchar un discurso sobre ellos, sería necesario hacer un análisis introspectivo sobre nuestra propia sexualidad.

- Respetuosa hacia uno mismo: comprender la fase de la sexualidad en la que nos encontramos, ya sea una fase exploratoria, una fase de satisfacción, una fase liberadora o en mutación hacia una sexualidad diferente. Hay que respetar la propia sexualidad independientemente de la fase en la que se esté, gozando sin abusar, e independientemente de la forma: hetero, homosexual, bisexual u otra.
- Respetuosa hacia los demás:
 - Nunca se aproveche de la ingenuidad de ningún ser, sobre todo de los niños;
 - las parejas sexuales deben ser conscientes de su propia sexualidad, ser sexualmente maduras y estar consintiendo;
 - no utilice nunca la violencia, a menos que la(s) pareja(s) este(n) consintiendo y lo permita.

El acto sexual no es tan solo una actividad del cuerpo y de la mente: *Espíritu* y *Mens* también están involucrados energéticamente.

Cualquier acto sexual, por leve que sea, activa un *estado de conciencia no ordinario*. Este *estado de conciencia no ordinario* no es más que el resultado de *manifestaciones* psíquicas de actividades no ordinarias de *Espíritu* y de *Mens*, y se corresponde físicamente con un número elevado de actividades fisiológicas que ocurren durante el acto sexual; tales actividades fisiológicas no son más que *manifestaciones* de actividades energéticas no ordinarias de *Espíritu*.

El acto sexual es causa y consecuencia de una sinergia de *manifestaciones* de *Espíritu* y de *Mens* que es aún elemento de estudio. *Espíritu* y *Mens* alimentan la actividad sexual de forma diferente y, al mismo tiempo, encuentran la fuente de alimentación en el acto sexual.

Incluso la libido se genera a partir de *manifestaciones* de ambos, *Espíritu* y *Mens*.

El orgasmo es una fuente de “recarga de energía”, especialmente para *Espíritu*, mientras que la eyaculación masculina es una forma de “agotamiento de energía” para *Espíritu*.

Aún no se sabe cómo entran en juego *Espíritu* y *Mens* en la

eyaculación femenina^[46], cuyo proceso fisiológico todavía es objeto de estudios científicos.

En las prácticas tántricas y en la sexualidad taoísta, se sugiere la práctica del control de la eyaculación masculina: los practicantes aprenden cómo separar el orgasmo de la eyaculación.

El taoísmo sugiere incluso que se debe evitar completamente la eyaculación para prolongar la longevidad del hombre.

Los beneficios del control de la eyaculación son considerables y están al alcance de cualquier persona que desee experimentarlos: mejoras en el rendimiento sexual, una visión más espiritual de la propia sexualidad, una sensación de renovación energética, experiencias de un nuevo tipo de orgasmo “seco”, beneficios físicos inmediatos y en un período corto.

El control de la eyaculación es una práctica que requiere dedicación y está en línea con el camino Anandayana, pues se trata de una actividad que ayuda al hombre a mejorar el propio control del cuerpo y de la mente sin privarse de placer.

Dado que la práctica del control de la eyaculación no se trata solo de una actividad psico-física, se debe acompañar con un determinado estilo de vida y con cierta conciencia espiritual, para evitar problemas psico-físicos, sobre todo en cuanto a la próstata. Invitamos a todos aquellos que siguen de cerca su propio Anandayana a probar el control de la eyaculación con responsabilidad y conciencia.

Hemos insistido más en la sexualidad masculina que en la femenina, porque hay más literatura sobre el aspecto espiritual en textos antiguos y menos misterio desde el punto de vista médico. Aunque cabría esperar que la ciencia médica del siglo XXI conociera completamente el aparato sexual femenino, aún existen algunos misterios, entre los que sobresale la eyaculación femenina.

La eyaculación femenina, que solo experimenta un porcentaje pequeño y afortunado de mujeres, aún resulta un misterio: no se sabe aún cómo se genera, se ignora para qué sirve fisiológicamente y ni siquiera se conocen las razones por las que solo algunas mujeres consigan experimentarla.

La eyaculación femenina parece no tener relación con la

reproducción. Sin embargo, debe tener relación con las *manifestaciones de Espíritu* y de *Mens*, pero incluso en este caso, nuestros conocimientos son limitados.

La sexualidad masculina y la femenina son extremadamente diversas y complejas.

La sexualidad está en continuo cambio durante la existencia de una persona y el individuo debería aceptar y sucumbir a los cambios de su propia sexualidad durante los años.

No es fácil apoyar al progreso de la propia sexualidad. Excepto algunos afortunados que han crecido en ambientes (semi)neutros para que la sexualidad se desarrolle de forma sana, el individuo se encuentra continuamente en conflicto entre sus propias necesidades sexuales y las incoherencias del sistema que lo ha educado.

Como se ha dicho anteriormente, el Proyecto Anandayana tiene como objetivo proporcionar un conocimiento grosso modo de cómo funciona el universo, con el fin de permitir al individuo obtener aquellos conocimientos necesarios para arrojar luz sobre su propio Anandayana.

Antes de que sea concebible asimilar los conocimientos sobre el universo y, por tanto, poder empezar por el propio Anandayana, es necesario que el individuo adquiera cierto conocimiento sobre su propio cuerpo, su propio sexo y cierta conciencia sobre su propia sexualidad.

Exploración del Sexo

Es imposible que un individuo que no consiga disfrutar del sexo, y, por lo tanto, que no encuentre armonía con su propio cuerpo, encuentre su propio Anandayana. Dicho individuo, en primer lugar, debería comenzar una fase de exploración de su propio cuerpo.

La fase de la exploración del propio cuerpo debería realizarse sin tabúes y de manera natural con el desarrollo físico desde una edad temprana.

La masturbación en el período de exploración es extremadamente importante.

Si un (o una) joven tiene intenciones de disfrutar plenamente en un futuro de una relación sana en pareja, el autoerotismo desde el período del desarrollo físico tiene una importancia fundamental: si no se conoce a fondo el propio sexo, nunca se conseguirá que el compañero sexual lo conozca a fondo y, difícilmente, se conocerá el sexo del compañero a fondo.

Con la masturbación, el hombre joven aprende a entender el orgasmo y la eyaculación, e incluso hasta el control de la propia eyaculación.

Una joven lo tiene más difícil en la fase de exploración. En primer lugar, se enfrenta a fuertes obstrucciones del sistema socio-religioso que deja poco espacio para que pueda construirse una sexualidad sana y consciente. Además, la joven se encuentra ante un universo que es más complejo que el masculino: la exploración de los órganos sexuales femeninos, su funcionamiento y cómo obtener de ellos el mayor placer, son tareas que resultan más difíciles que las de los hombres.

De hecho, el hombre aprende a experimentar el orgasmo y la eyaculación inmediatamente. El siguiente paso para un hombre es distinguir y separar el orgasmo de la eyaculación; tal paso, como se ha comentado anteriormente, es más complejo y requiere más profundización.

Desafortunadamente, algunas mujeres, debido a las condiciones culturales y psicológicas inducidas por el ambiente en el que viven, son incapaces de llegar al orgasmo. Obviamente, el autoaprendizaje del orgasmo sería recomendable que ocurría como consecuencia de la autoexploración de los propios órganos genitales.

Sin embargo, para una mujer no acaba aquí. Como se ha mencionado, la mujer puede explorar su propio sexo más a fondo en busca de la eyaculación femenina. Un porcentaje bajo de mujeres consigue eyacular: hay quienes la descubren por casualidad y quienes la descubren después de una exploración asidua. De todas formas, parece que no existe ningún motivo fisiológico por el que la eyaculación no pueda ser una meta alcanzable para todas.

La cúspide del conocimiento del propio sexo, a partir del cual se puede construir una sexualidad verdaderamente sana, en el caso de las mujeres es la misma que en el caso de los hombres: poder separar el orgasmo de la eyaculación, es decir, conseguir ser capaz de tener un orgasmo con o sin eyaculación por elección.

Cabe señalar que el orgasmo no eyaculatorio de las mujeres que se consigue por elección es muy diferente del orgasmo no eyaculatorio que se debe a una incapacidad de eyacular.

El sistema socio-religioso, en lugar de inculcar la culpa y las prohibiciones, debería, además de enseñar la profilaxis, fomentar la exploración del sexo en los jóvenes ayudándoles a ellos y a sus familias a comprender la naturaleza de la actividad sexual.

Debería ser inadmisibile que un individuo, sea hombre o mujer, se convierta en adulto sin tener pleno conocimiento del propio sexo, pero, desafortunadamente, este es el caso de un porcentaje elevado de personas que pertenecen a aquellas culturas que dependen de un sistema socio-religioso conservador.

Juego

En el capítulo anterior *Alma* (\Rightarrow) se ha mencionado que *Alma* no contribuye de ningún modo en nuestra vida: *Alma* es como un pasajero, aunque no la tuviéramos, no habría ningún cambio. Sin embargo, nos enseña algo muy importante: *Alma* considera la experiencia de la vida a través de nuestro cuerpo un juego didáctico y divertido. La única enseñanza importante que nos ofrece es cómo interpretar nuestra vida: aprender y jugar siempre.

Aprender

Mahatma Gandhi dijo:

- vive como si fueras a morir mañana, aprende como si fueras a vivir siempre -

Aprender es la actividad que alimenta cualquier forma de crecimiento psicológico, intelectual y espiritual.

El conocimiento es un cúmulo de nociones aprendidas.

Conocimiento y conciencia están conectados íntimamente:

El conocimiento permite explorar áreas que la ignorancia oculta; de hecho, las ignorábamos antes de aprender a conocerlas. Al explorar estas áreas, aprendemos más y aumenta la conciencia relacionada con el sector específico.

El conocimiento permite tener más elecciones y más detalles sobre las propias elecciones, la conciencia permite hacer la elección más apropiada.

La conciencia nos indica qué conocimientos debe aprender el

individuo y cuáles no.

La falta de conocimiento hace que la conciencia sea inútil o, mejor dicho, que solo sea útil para sí misma.

El fundamento de la conciencia es el conocimiento. No se puede ser consciente de cualquier aspecto, si anteriormente no se ha aprendido sobre algo inherente a ello.

La importancia de aprender la ejemplifica la propia Conciencia Universal; de hecho, la Conciencia Universal ha creado la Realidad Virtual para conocerse, para aprender.

La razón por la que una persona comienza a recorrer su propio Anandayana es que ha aprendido algunas nociones importantes y la propia conciencia le ha permitido entender la importancia de crearse su propio Anandayana.

Una persona que continúa su propio Anandayana ha decidido seguir aprendiendo. El aprendizaje es una parte implícita de un Anandayana.

Aprender es mejorar.

Si una persona comienza a no aprender más, se queda estancado y no recorre su propio Anandayana.

Una persona que está recorriendo su propio Anandayana, ejercitando el *Aquí y Ahora*, practica constantemente el estar-al-tanto: esta es la mejor forma para disfrutar de manera positiva de cualquier momento de la vida, aprendiendo a cada paso.

Juego Adulto

No es necesario investigar en *Alma* para comprobar en qué medida jugar es importante; solo hay que mirar a un niño.

Un niño explora el mundo a través del juego, aprende, se entretiene y se divierte. Un niño es sereno y encuentra su propia serenidad en el juego... El Anandayana es el recorrido de la serenidad, ¡juguemos, pues!

A veces la vida nos ofrece situaciones tristes, aburridas o estresantes en las que nos es difícil encontrar serenidad. En dichos casos, simplemente es necesario cambiar la propia visión de la situación: es necesario encontrar una perspectiva del juego.

Solo basta con cambiar la visión de la propia situación hacia un aspecto lúdico para sentir en nuestro interior sensaciones agradables: paz, tranquilidad, relajación y serenidad. Lo que antes nos parecía negativo, puede parecernos positivo a través del juego. El juego nos ayuda a ejercitar el *Aquí y Ahora*, al prestar atención relajada a lo que se está haciendo, siempre con estar-al-tanto plena... Es más, se puede considerar como juego el llevar a cabo el *Aquí y Ahora* en lo que se está haciendo.

La única diferencia con respecto a un niño es que el adulto juega conscientemente, por lo que es responsable de sus propias acciones.

Cuando jugamos, todas las presiones, las tristezas, los estrés, las inquietudes y las opresiones desaparecen.

Jugar no significa tomar la situación en la que nos encontramos con poca seriedad, los adultos son responsables: jugar significa hacer que la negatividad dañina resbale.

Resultados de la Práctica

Desde tiempos inmemoriales, el hombre ha buscado el secreto de la felicidad.

La felicidad, tener una vida serena, es el objetivo último y máximo de nuestra existencia. El Anandayana es la respuesta personal de cómo alcanzar tal objetivo.

No se puede conocer los detalles del propio Anandayana hasta que no se realice. Al recorrer el propio Anandayana, el individuo lo modifica, lo refina según sus propias exigencias y los resultados que obtiene.

El principiante, en cuanto ha aprendido las nociones necesarias, comienza a modificar su modo de ver las cosas que le rodean. El sentido crítico se perfecciona mientras que el principiante comienza a practicar aquellas actividades que le hacen sentir bien, o comienza a amarse más. El individuo también comienza a evaluar de nuevo las condiciones y situaciones más difíciles de su vida y, cambiando las perspectivas, las visiones negativas se transforman en positivas, al buscar la belleza y el juego en los detalles simples.

Al comenzar a aplicar el *Aquí y Ahora* en la práctica diaria, el principiante comienza a notar mejoras inmediatamente en todos los aspectos.

Con estos primeros pasos, el principiante comienza a desarrollar la Conciencia Individual y a separarse del control colectivo de la sociedad y de las religiones. Esta separación no será ni forzada ni deseada conscientemente, pero será una consecuencia del cambio del individuo: de hecho, el principiante, al empezar a ver las cosas diversamente y a desarrollar formas de pensamiento y de sensibilidad diferentes a los del resto de personas, automáticamente se alejará de ciertos aspectos de la comunidad de las personas, en primer lugar, de su control.

Esto es el comienzo del desarrollo de la Conciencia Individual, el inicio del Anandayana, el camino de la serenidad.

El individuo, cuanto más desarrolla su Conciencia Individual, le resulta más claro y evidente que el resto de personas se encuentran atrapadas y limitadas.

Desarrollar la Conciencia Individual y separarse de alguna manera del resto de personas no significa cambiar de vida, convertirse en un ermitaño o abandonar la sociedad; significa crear opiniones propias, asumir una visión clara y una forma de inteligencia libre. Pensar libremente y no como nos han dicho, intuir inmediatamente las formas y las metodologías de control sin que otra persona nos lo explique.

Es obvio que un individuo con una Conciencia Individual bien desarrollada y una forma de pensar libre, también consigue obtener privilegios en la sociedad con respecto a aquellos que se quedan con una conciencia colectiva controlada por la sociedad y las religiones. El consumismo, los modelos impuestos, los status-symbol, se convierten automáticamente en aspectos inútiles de la vida. El estrés provocado por el trabajo, por la competitividad de la sociedad, por los plazos de los pagos y por cualquier tipo de aspectos y situaciones, pasa sin causar ninguna alteración.

Así que el individuo con una buena Conciencia Individual se maneja por la sociedad sin estar afligido, y consigue beneficiarse de los aspectos positivos de esta y evitar los negativos sin esfuerzo.

Como ya se ha comentado varias veces, teniendo en cuenta que cada individuo es único y distinto a los demás, el Anandayana de cada persona será único y distinto al de los demás. Nadie puede enseñar a otra persona a crear y recorrer el propio Anandayana. Sin embargo, hay características comunes aproximadamente en todos los Anandayanas.

Elementos Comunes que Constituyen el Anandayana

1. Vivir según el precepto *Aquí y Ahora*
2. Buscar la belleza
3. Buscar el juego
4. Practicar yoga (o similar disciplina espiritual para cuerpo y mente)
5. Practicar (el metodo "exacto" de) meditación
6. Participar en Ceremonias Enteogénicas
7. Realizar actividades físicas (aeróbicas y anaeróbicas)
8. Mantener una alimentación sana, preocuparse de los cosméticos y cuidar el descanso
9. Vivir en armonía, respeto y amor con cualquier ser vivo
10. Tener una sexualidad activa y responsable

Apostillas

La Dualidad Onda-Partícula Resumidamente

Los electrones y los fotones, dos partículas elementales subatómicas, no divisibles, dos ladrillos que constituyen Nuestra Realidad Virtual, es decir, la luz, cuya unidad más pequeña es el fotón, y la electricidad, cuya unidad más pequeña es el electrón. Cuando hablamos de electrones y fotones, nos referimos tanto a las partículas como a las ondas electromagnéticas.

La teoría de la dualidad onda-partícula del fotón y del electrón ha servido para unir dos escuelas de pensamiento a la que pertenecían los grandes científicos de los años 20: la escuela que abrazó el pensamiento de Einstein apoyaba con sus estudios la naturaleza del fotón y del electrón como partículas, es decir, con masa, mientras que la escuela de De Broglie sostenía la naturaleza del fotón y del electrón como ondas, es decir, sin masa.

Estas dos escuelas de pensamiento nacieron a partir de resultados de experimentos realizados en electrones y fotones que dieron resultados exactos en ambos casos, reflejando todas las expectativas teóricas. Sin embargo, las hipótesis de trabajo de las escuelas se basaban en conceptos extremadamente diferentes: como resultado, había experimentos correctos que suponían un peso (una masa) por fotón/electrón y, también, experimentos correctos que no suponían ninguna masa.

Al final, ambas escuelas apoyaron la idea de la naturaleza doble de la onda-partícula del electrón y del fotón como único modo para hacer que todos los estudios y los experimentos discordantes fueran

correctos: en algunas situaciones, reaparecen los cálculos que consideran que el electrón y el fotón tiene masa, en otras, que no la tienen, pero nunca se enfatiza que esta situación es absurda.

Los grandes científicos nunca pueden estar equivocados, por lo que la dualidad onda-partícula da la razón a ambas escuelas de pensamiento.

Si nos paramos a pensar un momento, es más que evidente que esta lógica es absurda, no se necesita un genio para verla.

Tomemos un ejemplo trivial similar: dos grupos de investigadores están estudiando un animal que no se ha visto antes; uno de los grupos afirma que el animal es mamífero y que tiene pruebas para confirmarlo, el otro grupo publica estudios que demuestran que este animal es un reptil. Aunque el animal tenga características de mamífero y características de reptil, es obvio que pertenece a otra clase diferente y nadie se atreverá a decir que se trata de un mamífero-reptil.

Sin embargo, se habla desde hace cien años de dualidad onda-partícula, aunque se trate de una lógica absurda; la dualidad onda-partícula se ha considerado como cierta y cualquiera que haya realizado estudios científicos defiende tal concepto a capa y espada. Lo absurdo del modelo onda-partícula también se hace evidente en las manifestaciones anómalas de electrones y fotones que no se pueden explicar con los modelos físico-matemáticos que se han propuesto hasta ahora.

La teoría de la dualidad onda-partícula se ha popularizado para no admitir los límites de la ciencia oficial sobre el verdadero significado del electrón y del fotón.

Todas las expresiones y fenómenos del fotón y del electrón que se observan en Nuestra Realidad Virtual, solo son una parte de un fenómeno más complejo en el que se incluyen otras dimensiones que no podemos apreciar completamente con nuestros límites. Si consiguiéramos considerar y valorar el fenómeno por su exhaustividad, quedaría clara su naturaleza ni de onda ni de partícula y se resolverían los casos misteriosos de la mecánica cuántica.

Las Variables Inventadas

Las *variables ocultas* son abstracciones utilizadas para hacer de la Mecánica Cuántica una teoría determinista al justificar (justificados a su vez) los teoremas no resueltos de Bell y Kochen–Specker.

Los que defienden las *variables ocultas* afirman que aquellos teoremas que se habrían quedado sin resolver sin las *variables ocultas*, son a su vez demostraciones de la existencia de las *variables ocultas*.

Algo ridículo que se puede comparar con la siguiente analogía: supongamos que existe una teoría que afirme que todos los animales que tienen alas vuelan. Dicha teoría sería errónea en el momento en el que se evalúan aves como los pingüinos o los avestruces. Ahora imaginemos a un grupo de científicos haciendo hipótesis sobre una variable oculta que hace que esas aves no vuelen. Ese grupo de científicos locos podrían afirmar siempre que el hecho de que los pingüinos y los avestruces no vuelen demuestra la existencia de esa variable oculta.

La ciencia es maravillosa, indispensable y fascinante. Todos le debemos mucho a la ciencia, pero en algunos casos, los que hacen ciencia, los científicos, deberían ser más humildes y admitir sus propias limitaciones.

Almacenamiento de Recuerdos en Dimensiones Extra-Mentales

Para hacerse una idea de las *Dimensiones Extra-Mentales* que contiene memorias y conocimientos (el Conocimiento Universal), podemos tomar prestado el modelo del Universo Holográfico de Bohm: en un holograma se puede almacenar muchísima información en forma de un entretejido muy fino de franjas de interferencia (ondas), muchas más de las que en teoría se pueden almacenar con neuronas.

En Nuestra Realidad Virtual, estas ondas en las que se almacena la información son “móviles”, es decir, se pierden en el espacio con el tiempo.

Si supongamos que existe un subconjunto de Realidad Virtual sin componentes temporales, podríamos imaginar franjas de interferencia “inmóviles”, es decir, que no se dispersan por ningún espacio; por lo tanto, aquella información sería accesible si se supiera cómo recuperar esas franjas de interferencia “inmóviles”.

El Conocimiento Universal podría (es obligatorio utilizar el condicional) ser una zona de la Realidad Virtual sin componentes temporales, fuera de Nuestra Realidad Virtual, donde se acumulan todas aquellas franjas de interferencia “inmóviles” inherentes a los recuerdos y a los conocimientos.

En el texto ya se han referido algunas formas para acceder al Conocimiento Universal.

La Relatividad de la Casi-Muerte de Mens

La Relatividad Restringida la publicó el joven A. Einstein en 1905.

En la Relatividad Restringida, que se desarrolla obviamente en Nuestra Realidad Virtual, no se usan los conceptos separados de espacio y tiempo (Realidad Virtual Visible), pero se habla de dimensión espacio-temporal: un concepto que es superfluo a los objetivos de este texto, pero necesario para la apostilla.

Otro concepto principal de la Relatividad Restringida es que la velocidad de la luz en el vacío (3×10^5 km/s), llamada "c", es la velocidad límite en cualquier sistema de referencia de Nuestra Realidad Virtual; es decir, se trata siempre de la misma independientemente del punto de observación en Nuestra Realidad Virtual.

Esa velocidad límite "c" puede parecer absurda para la física newtoniana: imagínese un sistema de referencia en uniforme movimiento con respecto a otro, por ejemplo, una persona en un tren y otra persona sentada en casa mirando el mismo tren que está pasando. Si la persona que está en el tren dispara una bala en la misma dirección a la que va el tren, la persona que está sentada en casa percibe la velocidad de la bala como la suma de la velocidad del tren más la velocidad de la bala percibida por la persona que la disparó. Si, por otro lado, la persona que viaja en el tren enciende y apaga una linterna alternativamente, envía una luz que tiene una velocidad aproximada a la de "c"; ambas personas, ya sea la que está sentada en casa como la que viaja en tren, perciben la luz a la velocidad "c". Según la física newtoniana, la persona que está sentada en casa debería haber percibido una luz que viaja a la misma velocidad que la suma de la velocidad "c" y de la velocidad del tren.

En la Relatividad Restringida se introduce el difícil concepto del “presente extendido”: se pierde el concepto del “mismo instante” entre dos observadores diferentes^[47]. Específicamente, si los dos observadores observan un determinado evento, cuanto más espacialmente alejado se encuentren los dos observadores y más temporalmente alejado es aquello que perciben como “mismo instante”, es decir, más amplio será el “presente extendido” ^[48]. Para la Relatividad Restringida, el presente deja de ser un instante, más bien es un período de tiempo.

En el ejemplo anterior, donde el evento es un mensaje de luz que una persona que viaja en tren envía y que percibe otra persona sentada en casa, se genera un “presente extendido” del evento percibido de la persona sentada en casa. Tal “presente extendido” solo se aprecia matemáticamente por las limitaciones de los sentidos del observador que se encuentra sentado en casa, en cuanto que la distancia espacio-temporal entre el origen del evento y el observador es mínima.

En otro ejemplo, típico de la Relatividad Restringida, se supone que el reloj de un individuo deja de funcionar al mismo tiempo en el que un evento solar genera una luz roja durante un segundo. En este ejemplo hipotético, la distancia espacio-temporal entre el origen del evento y el observador es considerable, de hecho, tal individuo vería dicha luz roja unos 8 minutos después de que su reloj dejara de funcionar: tal período es el “presente extendido” de la observación de dicho evento solar (8 minutos es aproximadamente el tiempo que necesita la luz en el vacío para recorrer la distancia entre la Tierra y el Sol). Por lo tanto, el evento que sucedería en el Sol no ocurriría en el pasado, sino en el presente, mientras que su percepción ocurriría en el “presente extendido”.

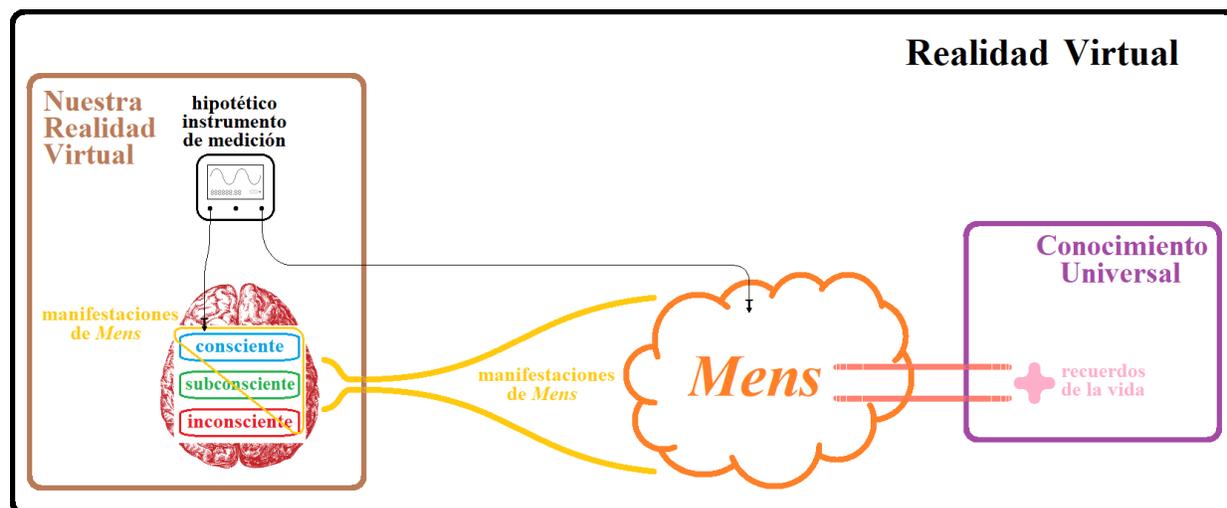
Todo lo que se ha mencionado es aplicable dentro de Nuestra Realidad Virtual, ya sea que la veamos con dimensiones espaciales y dimensiones temporales, o con dimensiones espacio-temporales.

Como se ha comentado anteriormente en el capítulo *La Muerte Brevemente* (\Rightarrow), cuando una persona muere, Nuestra Realidad Virtual para *Mens* se disuelve, es decir, las *manifestaciones* de *Mens* en la mente cesar de existir ^[49]. Este “cese de la existencia” es de

breve duración desde el punto de vista de un observador de Nuestra Realidad Virtual, mientras dura una eternidad desde el punto de vista de *Mens*, cuya estructura espiritual no posee dimensiones espacio-temporales.

Supongamos que, con un hipotético instrumento de medición, se pudiera medir la distancia espacio-temporal entre un punto de observación en solidaridad con *Mens* y la mente del individuo moribundo.

Como se ha dicho anteriormente, *Mens*, al ser una entidad espiritual con su propia estructura más allá de Nuestra Realidad Virtual, de alguna forma se encuentra atrapada a Nuestra Realidad Virtual a través de sus *manifestaciones*, por las que *Mens* desarrolla su propia conciencia teniendo experiencias de vida a partir de a través de la mente del individuo. Durante la muerte, las *manifestaciones* de *Mens* cesan de existir y esto se experimenta desde el punto de vista de *Mens* como una disolución gradual, pero rápida, de Nuestra Realidad Virtual.



II.11: hipotético instrumento entre *Mens* y la mente.

Con el hipotético instrumento de medición que se ha mencionado, independientemente de la medida que el observador obtendría en el momento antes de la muerte, después de ese momento y, por lo tanto, después de la desaparición de la *manifestación* de *Mens*, la medida de la distancia espacio-temporal de *Mens* sería infinita. En resumen, se obtendría una medida finita de la distancia espacio-

temporal antes de la muerte y una medida infinita (ficticia) de la distancia espacio-temporal después de la muerte: durante el proceso de la muerte del individuo, el hipotético instrumento proporcionaría una medida en aumento. Hay que tener en cuenta que la disolución de Nuestra Realidad Virtual desde el punto de vista de *Mens* no ocurre de forma inmediata, sino que se da gradualmente, por muy rápida que sea.

Prestemos atención a un momento particular de la muerte del individuo: cuando Nuestra Realidad Virtual está “casi para” disolverse por *Mens*, exactamente cuando las últimas *manifestaciones* de *Mens* en la mente van a acabar, es decir, cuando el instrumento hipotético mide casi el infinito entre la mente y *Mens*. Llamaremos a este momento "*Casi-muerte*".

Si consideramos la experiencia de la vida del individuo algo hecho a través de la mente como una inmensa sucesión de eventos para *Mens*, con la distancia espacio-temporal que se crea entre la mente y *Mens* durante la muerte, *Mens* presenta un “presente extendido” de los recuerdos de dichos eventos; este “presente extendido” rápidamente se convierte en más extendido y más importante en cuanto el momento *Casi-muerte* se va acercando.

En el momento de la *Casi-muerte*, el “presente extendido” de *Mens* es considerable y la situación de *Mens* es sin duda compleja: *Mens* se encuentra en un “presente extendido” amplio en el que *Mens* casi ha perdido cualquier forma de “contacto” con Nuestra Realidad Virtual casi disuelta desde su punto de vista; al mismo tiempo, *Mens* accede más que nunca a los recuerdos que se encuentran en el Conocimiento Universal de aquella vida que ya se ha extinguido. Hay que tener en cuenta que *Mens* en esta situación de *Casi-muerte* aún tiene *manifestaciones* en la mente del individuo, por débiles que sean, por lo tanto, la mente del individuo aún puede acceder a sus propios recuerdos.

En el momento de la muerte, *Mens* ya no tiene ninguna *manifestación* en Nuestra Realidad Virtual, y mucho menos en la mente apagada del individuo muerto.

Desde el punto de vista de *Mens* de un individuo muerto, Nuestra Realidad Virtual de que antes *Mens* saboreaba a través de sus

manifestaciones, aunque nunca hubiera formado parte de ella, ahora se ha convertido en una infinidad espacio-temporal en la que *Mens* podrá revivir por la eternidad todos los recuerdos de aquella vida que ya se ha acabado almacenados en el Conocimiento Universal, y cada uno de esos recuerdos también se habrán dilatado en el infinito.

| estado del individuo | Valor del hipotético instrumento de medición | Manifestaciones de Mens en Nuestra Realidad Virtual | Percepción de <i>Mens</i> | “presente extendido” de los eventos en Nuestra Realidad Virtual (en relación con el observador solidario con Nuestra Realidad Virtual) |
|------------------------------|--|---|--|--|
| Individuo en vida | valor finito | manifestaciones en la mente | espacio y tiempo de Nuestra Realidad Virtual | casi instantáneo |
| Inicio del proceso de muerte | valor finito en aumento | manifestaciones en la mente | espacio y tiempo comienzan a dilatarse | “presente extendido” en aumento |
| Estado de Casi-muerte | valor en aumento extremadamente alto | últimas manifestaciones de la mente | espacio y tiempo parecen casi infinitos | “presente extendido” extremadamente grande |
| Fin del proceso de muerte | valor infinito | ninguna manifestación de la mente | espacio y tiempo parecen infinitos | “presente extendido” infinito |

No se tiene prueba científica o testimonial de lo que se ha mencionado sobre la dinámica de *Mens* durante la muerte de un individuo, puesto que los fallecidos no relatan su experiencia. Sin embargo, se tiene testimonio de muchas personas que han experimentado una *Casi-muerte*.

Es necesario añadir que probablemente todo el proceso de la muerte vivida por *Mens* que se ha analizado en esta apostilla y en el capítulo *La Muerte Brevemente* (\Rightarrow), no lo desencadena cualquier evento biológico del individuo que está muriendo, sino cualquier otro evento independiente al cuerpo del individuo, aunque aún no se sabe de qué se trata, cómo, por qué, cuándo ocurre ni cosa lo desencadena. Esto resulta evidente por el hecho de que no siempre se llega a la muerte después del momento de *Casi-muerte*: en algunos casos, *Mens* puede volver de aquella casi infinidad espacio-temporal del momento de *Casi-muerte* al retroceder a su estado ordinario de vida con sus *manifestaciones* en la mente del individuo, que (ya) no se está muriendo.

Esta situación solo puede explicarse con la hipótesis de la existencia

de un fenómeno independiente del cuerpo que desencadena el proceso de la muerte de *Mens* que se ha analizado anteriormente sin que el individuo se esté muriendo.

Muchas personas que han arriesgado su vida en un accidente o cualquier otra situación, afirman haber visto pasar todos los recuerdos de su vida en un abrir y cerrar de ojos.

Más allá de lo extravagante de esta afirmación, probablemente estas mismas personas no se han parado nunca a pensar que para recordar toda una vida, por muy breve y monótona que sea, se necesita un cierto período mayor que un abrir y cerrar de ojos.

La explicación de tales experiencias ahí se puede encontrar a partir de lo que se ha descrito anteriormente: por cualquier razón inexplicable, *Mens* entra en un estado de muerte alcanzando el momento de *Casi-muerte*, para después volver a un estado de vida.

En el momento de *Casi-muerte*, ese “presente extendido” que *Mens* experimenta al acceder a las últimas informaciones que provienen desde los últimos contactos con Nuestra Realidad Virtual en la fase final de disolución, no lo perciben los demás en Nuestra Realidad Virtual. Como se ha mencionado en el capítulo La Muerte Brevemente, la disolución (y, sucesivamente, la regeneración) de Nuestra Realidad Virtual por *Mens*, desde el punto de vista de un observador en Nuestra Realidad Virtual es un evento de una duración infinitesimal igual al *Tiempo de Planck*, por lo tanto, el individuo no se puede dar cuenta de este evento muy breve.

Entonces, *Mens*, durante su “presente extendido”, accede a sus recuerdos almacenados en el Conocimiento Universal y los revive; aquella secuencia enorme de recuerdos se comprime y se reduce a un instante (o abrir y cerrar de ojos) de la *manifestación* de *Mens* en la mente del individuo. Por lo tanto, las personas que experimentaron la *Casi-muerte*, en un abrir y cerrar de ojos revivieron muchos recuerdos de su pasado; mientras que para *Mens*, en aquel abrir y cerrar de ojos se formó un “presente extendido” durante el cual hacía pensar que estaba en una casi infinidad espacio-temporal en la que se comenzó a disfrutar de los recuerdos de la vida que estaba terminando, pero que no terminó finalmente.

Ahora, aquellas personas que experimentaron la *Casi-muerte*, podrán entender cómo habían podido volver a recorrer tantos recuerdos en un período muy corto.

Mensajes del ADN

Algunos científicos han intentado ir más allá del caparazón ortodoxo de la ciencia, mencionando algunas tesis que, desde un punto de vista, podrían explicar en parte las ya mencionadas declaraciones de los chamanes sobre los orígenes misteriosos de sus conocimientos.

Experimentalmente, se ha observado durante años que las células emiten un fotón cuyo origen es misterioso. Dicho fotón recibe el nombre de *biofotón* por su origen biológico.

En general, un fotón es un cuanto de luz, es decir, la unidad más pequeña existente de luz. El fotón se puede expresar y describir matemáticamente con la Física Cuántica y, de igual forma que con el electrón, el fotón recibe el concepto dual de onda-partícula: por lo tanto, aunque la ciencia oficial haya reconocido el fotón hace más de un siglo, aún no se sabe si el fotón es una onda, una partícula o algo diferente.

El mismo Einstein investigó y descubrió aspectos importantes sobre los fotones, entre los que se encuentran estudios sobre el efecto fotoeléctrico, pero también afirmó:

- aún estamos lejos de entender el fenómeno... -

y la ciencia moderna aún no ha reconocido haber avanzado algo sobre el estudio de la dualidad onda-partícula desde hace un siglo. El dualismo onda-partícula sirve para devolver los cálculos y calmar las almas inquietas de algunos científicos, pero no se puede decir que se haya resuelto el misterio sobre la verdadera naturaleza del electrón y del fotón.

Como en el caso del electrón, la verdadera naturaleza del fotón aún se desconoce, aunque la del biofotón, fotón emitido por la célula, se desconoce aún más: no se sabe cómo se emite, qué parte de la

célula lo genera, qué estimula su generación ni por qué es emitido. Prácticamente, más allá de su existencia no se sabe casi nada del biofotón.

En cualquier forma de vida, el ADN contenido en todas las células de un ser vivo siempre es idéntico. Independientemente del tipo de tejido, la célula que lo constituye posee el mismo ADN que las células que constituyen otros tipos de tejidos del mismo ser vivo. Como consecuencia, en una persona, el ADN de las células del pelo es idéntico al ADN de las células de cualquier diente y del ADN de las células del dedo gordo del pie. En cualquier planta, el ADN de las células de la raíz es idéntico al ADN de las células del tronco y al ADN de las células de las hojas.

En el ADN de un ser vivo reside el código genético que contiene toda la información de la forma de vida a la que pertenece.

Toda la información de una estructura contenida en cualquiera de sus partes. Este aspecto encuentra una vaga analogía entre un ser vivo y un holograma: cualquier parte de un holograma contiene toda la información del mismo holograma [\[50\]](#), y en un ser vivo, aunque tenga tejidos diferentes, las células contienen el mismo ADN que contiene toda la información de la estructura biológica del ser vivo mismo.

Aunque cualquier célula contiene toda la información del ser vivo al que pertenece, no puede ejecutar todas las funciones del ser vivo, entonces debe pertenecer a un sistema biológico complejo constituido por un número elevado de otras células en las que realiza su contribución (excepto en el caso de los microorganismos monocelulares).

Lo mismo se puede aplicar al biofotón: un biofotón no tiene significado si no se considera como parte de una emisión de un número elevado de biofotones.

El código genético, a día de hoy completamente conocido, se corresponde aproximadamente con el 2% de nuestro ADN. Cerca del 98% del ADN se llama *ADN no codificante* [\[51\]](#) y todavía se desconoce la función de una gran parte de ello.

A modo de experimento, si se extrae el ADN de la célula, la misma célula para de emitir biofotones. Por lo tanto, se piensa que el

biofotón encuentra su origen en el ADN^[52], más concretamente en el ADN vivo, por lo que cuenta con la presencia de la *manifestación de Espíritu* (leer capítulo *Espíritu* ⇒). Algunos científicos han teorizado que podría ser el *ADN no codificante* a generar el biofotón.

Un solo biofotón no tiene ningún significado por sí mismo, pues es un cuanto de luz que lleva información limitada; a grandes rasgos, podemos pensar que un biofotón es una única nota. El trabajo conjunto de todas las células de un cuerpo de un ser humano, aproximadamente cien de miles de billones (10^{14}) de células, cada una genera un biofotón, podría dar vida a mensajes complejos en forma de conciertos de luz.

Otra teoría, aún más audaz que la anterior, plantea la hipótesis de que, si el *ADN no codificante* tiene la propiedad de funcionar como una antena, por lo tanto, es capaz de emitir una señal (el biofotón), podría contar con otra propiedad de las antenas: recibir señales. La consecuencia de esto sería que las células podrían tanto emitir como transmitir señales.

Las conclusiones serían interesantes, por no decir otra cosa. Si permanecemos en la onda de esta teoría, cuando la mente se encontrará en un *estado de conciencia alterado*, durante el cual las recepciones sensoriales del oído, vista, olfato, gusto y tacto se alteran, la mente también se volvería más receptiva a otros tipos de señales, en este caso a los mensajes de los biofotones.

Los mensajes de los biofotones, que generan otro ser vivo, podrían aportarnos información desconocida.

De la misma forma que un concierto no es un conjunto de notas casuales, un mensaje de biofotones no sería constituido por un conjunto casual de biofotones. Un conjunto de 10^{14} biofotones debería ser emitido de forma consciente para poder llevar información arquetípica. El director de orquesta para el mensaje arquetípico de luz sería *Espíritu*, es decir, la parte consciente de la vida en la célula.

Desafortunadamente, la situación no es tan simple, también porque si la suscitada teoría fuera tan completa, se podrían descodificar los

mensajes de un *Espíritu* a otro *Espíritu*: sería suficiente con relevar los biofotones emitidos por seres vivos con fotosensores y registrar el mensaje; con un número elevado de mensajes registrados, sería posible intentar descodificar los mismos mensajes y, por lo tanto, simular una comunicación *Espíritu-Espíritu* entre equipos tecnológicos que emiten fotones y seres vivos.

Como se ha comentado en el capítulo *Espíritu*, los biofotones son una *manifestación* de un evento que ocurre en dimensiones más allá de nuestras cuatro dimensiones espacio-temporales.

Probablemente, el *ADN no codificante* funciona como antena y, probablemente, se pueden recibir los biofotones emitidos por otro ser vivo; no obstante, dichos biofotones no llevarían ningún mensaje. Como se ha explicado en el capítulo *Manifestaciones de Entidades con Otras Dimensiones* ([⇒](#)), el mensaje verdadero y preciso es en dimensiones que nosotros no podemos percibir; los biofotones son tan solo su manifestación en Nuestra Realidad Virtual.

Cojamos como ejemplo un hombre que proyecta su propia sombra en un muro: el hombre vive en 3 dimensiones espaciales, su sombra en 2 dimensiones espaciales; podemos considerar la sombra como una *manifestación* (indirecta) del hombre en las 2 dimensiones espaciales del muro. Sin embargo, no se pueden comprender todas las características físicas de un hombre desconocido con tan solo ver su sombra.

El Misterio del Origen del Yagé

Como se mencionaba en capítulos anteriores *Enteógeno* (\Rightarrow) y *Espíritu* (\Rightarrow), la fuente del conocimiento de la preparación del Yagé resulta un misterio para la ciencia.

Cuando se le pregunta a un chamán verdadero de la Amazonia cómo se descubrió la receta de la preparación del Yagé, la respuesta es la misma que si se le preguntara cuál es la fuente del conocimiento del uso de otras plantas como medicinas. Afirmaría - ...durante el ritual de un “estudio de una planta específica”, el espíritu de la planta es el que enseña ya sea cómo se prepara la planta para que se pueda tomar y el uso del preparado como remedio curativo... -

Con el término “estudio de una planta específica”, desde el punto de vista de los chamanes de la selva amazónica, se entiende un período de varias semanas o meses que se pasa en aislamiento, siguiendo una dieta alimentaria muy restringida, consumiendo cada día el vegetal en estudio y sometiéndose a rituales chamánicos; dicho período termina con un ritual enteogénico para comunicarse con la planta.

Entre los misterios del origen del conocimiento de las medicinas y otros preparados chamánicos, seguramente el más conocido desde los años '70 es el Yagé.

El Yagé, o Ayahuasca (la llamaremos “Yagé” para evitar confusiones con el nombre de la planta), es la decocción enteogénica utilizada por los chamanes del Amazonas para inducir un *estado de conciencia enteogénico* para un ritual chamánico. Lo Yagé se obtiene cocinando raíces picadas de la planta ayahuasca y hojas del arbusto chacruna (*Psychotria Viridis*) de 5 a 10 horas.

La molécula principal psicodélica del Yagé es el DMT (N,N-

dimetiltriptamina). El DMT, muy similar químicamente a la neurotransmisora serotonina, está presente en muchas plantas y también la segrega el cerebro humano.

Cualquier fuente de DMT no tendría ningún efecto psicodélico si se consume por vía oral, de hecho, en el estómago humano hay enzimas monoaminoxidasa que desactivan las moléculas de DMT inmediatamente haciendo que la ingesta sea ineficaz.

Existen sustancias inhibidoras de la enzima monoaminoxidasa (IMAO), por lo que si se consumen dichas sustancias y el DMT, esta puede entrar en la circulación, llegar al cerebro y causar efectos psicodélicos.^[53]

La hoja de la chacruna es una gran fuente de DMT y la raíz de la ayahuasca es una fuente de sustancias inhibidoras de la enzima monoaminoxidasa (IMAO); por lo tanto, solo si se cocinan juntas se obtiene una decocción que puede inducir un *estado de conciencia enteogénico* si se consume oralmente.

El descubrimiento del Yagé está rodeado de varios aspectos misteriosos:

¿Cómo descubrieron los chamanes una sustancia que induce un *estado de conciencia enteogénico* al consumirla por vía oral?

¿Cómo podrían conocer los chamanes la existencia de sustancias inhibidoras de la enzima monoaminoxidasa y de la DMT hace varios siglos, cuando ni siquiera la ciencia moderna las había descubierto?

¿Cómo descubrieron los chamanes que la raíz de la ayahuasca contiene sustancias inhibidoras de la enzima monoaminoxidasa y las hojas de la chacruna contienen la DMT?

¿Cómo descubrieron los chamanes que debían cocinar las hojas de la chacruna (y no sus raíces o su tronco) y partes picadas de la ayahuasca (y no trozos enteros) durante horas para obtener una sustancia activa por vía oral?

Los escépticos que no se creen las afirmaciones de los chamanes deben encontrar una explicación alternativa al misterio de los conocimientos chamánicos para el uso de las plantas.

La explicación más popular entre estos escépticos es la del conocimiento empírico por ensayo y error y la boca a boca.

Los escépticos piensan que el origen del conocimiento del Yagé es consecuencia de una secuencia larga de intentos durante generaciones.

Matemáticamente, es fácil ver que esta afirmación no tiene sentido.

En la selva amazónica, hay 40 000 (4×10^4) especies vegetales diferentes. La combinación de dos de ellas da lugar a 1 600 millones ($1,6 \times 10^9$) de combinaciones diferentes posibles y el Yagé es una de ellas.

La preparación del Yagé dura de 7 a 12 horas, entre la recolección de las plantas, sus preparación y cocción; el ritual, entre 4 y 8 horas. Por lo tanto, si consideramos que cualquiera de las 1 600 millones de combinaciones tarda un día entero, se tardarían 4 383 000 años para encontrar todas las combinaciones posibles.

Se debe excluir la idea de un trabajo conjunto de cientos de hombres al mismo tiempo para probar las diferentes combinaciones de las plantas: hasta no hace muchos años, las comunidades de la selva amazónica no eran demasiadas y la principal actividad no era el estudio botánico, sino más bien la supervivencia. Los varios grupos étnicos hablaban lenguas diversas, la mayoría no contaban con sistemas de escritura y tendían a matarse entre ellos en lugar que pasarse amorosamente recetas experimentales de decocciones alucinógenas; de hecho, las guerras y el canibalismo eran comunes entre diferentes etnias.

La estimación de más de 4 millones de años es una estimación por defecto. Sería necesario tener en cuenta que cualquier especie está compuesta por varias partes, como las raíces, el tronco, las ramas, las hojas, las semillas, los pétalos de las flores, el polen de las flores, etc., cada una con propiedades químicas diferentes. Por esta razón, incluso entre dos vegetales diversos sería posible realizar decocciones diferentes según las partes que se han utilizado de la planta, y cualquier de estas decocciones tendría propiedades químicas y efectos diferentes. Si entre dos plantas no solo es posible cocinar una única decocción, sino varias, la estimación del tiempo necesario para preparar todas las decocciones posibles obtenidas con las combinaciones de todas las partes de las plantas de la selva amazónica, limitándose a decocciones de dos plantas,

sería muy superior a 4 millones de años.

En esa estimación sería necesario considerar un cierto número de especies vegetales que a día de hoy no se han catalogado aún.

Otro factor que hay que tener en cuenta y que aumentaría el número de combinaciones es que algunas recetas chamánicas se hacen con la combinación de tres o más plantas.

¿Cómo enseñaba el chamán anciano al joven los conocimientos de millones de combinaciones experimentadas y de millones de combinaciones que aún no se han experimentado? En el cálculo de los años se debe tener en cuenta un factor que considera combinaciones de las mismas dos plantas a lo largo de generaciones de chamanes.

Un factor no secundario que hay que tener en cuenta es que muchas especies endémicas de la selva amazónica son venenosas, por lo que habría que tener en cuenta los chamanes que han muerto consumiendo una nueva preparación hecha con alguna de las muchas plantas venenosas: la muerte del chamán desafortunado habría sido causa de la pérdida de los conocimientos acumulados que le fueron transmitidos.

Todo esto sirve para demostrar que la afirmación de los escépticos sobre la posibilidad de que la receta del Yagé venga de un largo número de intentos empíricos es una tontería colossal.

La Dieta de los Chamanes Shipibo

La *Tiramina* se considera un "neurotransmisor falso", ya que ingresa a las terminales nerviosas noradrenérgicas y desplaza grandes cantidades de *noradrenalina*, que ingresa al flujo sanguíneo y causa vasoconstricción cerebral. La *Tiramina* podría causar dolor de cabeza, náuseas, migraña, crisis hipertensiva y consecuencias mucho peores.

La *Tiramina* se encuentra en muchos alimentos^[54].

En situaciones normales, podemos asimilar alimentos ricos en *Tiramina* sin consecuencias porque nuestro cuerpo tiene monoaminooxidasa, una enzima que metaboliza (con otras enzimas) la tiramina, haciéndola inofensiva.

Cuando los alimentos ricos en *Tiramina* se asimilan y unas sustancias inhibidoras de las enzimas monoaminooxidasa, llamadas IMAO, están presentes en el cuerpo, la *Tiramina* causa vasoconstricción cerebral.

La vasoconstricción cerebral por *Tiramina* puede tener consecuencias peligrosas pero generalmente se percibe con síntomas secundarias muy subjetivas: desde un simple dolor de cabeza, náuseas, hasta migraña. Por lo tanto, si se está teniendo una fuerte experiencia física de cualquier tipo y al mismo tiempo el cuerpo está procesando *Tiramina* e IMAO, es posible que no se pueda dar cuenta de que se está teniendo esas graves y peligrosas consecuencias. Esta eventualidad podría ser el caso del ritual chamánico con Yagé.

Como hemos visto anteriormente en *El Misterio del Origen del Yagé* ([⇒](#)), unas sustancias IMAO deben ser ingeridas para tener una experiencia enteogénica ingiriendo sustancias ricas de DMT; esto es exactamente lo que sucede cuando toma Yagé, que es una combinación de sustancia IMAO (Ayahuasca) y sustancia rica de

DMT (Chacruna).

La ingesta de IMAO provoca no solo la no metabolización del inocuo DMT, sino también la no metabolización de *Tiramina*, la que tiene consecuencias nocivas como se mencionó anteriormente. Por lo tanto, es extremadamente importante seguir una dieta adecuada sin *Tiramina* durante unos días antes de ingerir sustancias IMAO.

Si bien los efectos dañinos de la combinación de IMAO y *Tiramina* son bastante nuevos para la ciencia, hay una cultura que los conoce desde hace varios siglos: los Shipibo.

Los chamanes Shipibo, una de las culturas chamánicas más antiguas de la Tierra, han aprendido muchos conocimientos peculiares adquiridos, según lo que ellos afirman, a través de Ceremonias Enteogénicas, más conocidas como Rituales Chamánicos con administración de Yage. Ya hemos mencionado uno de los conocimientos chamánicos en *El Misterio del Origen del Yagé* ([⇒](#)), pero hay otro misterio que pertenece solo a la cultura Shipibo.

Antes de participar en un ritual chamánico con la administración de Yagé, un verdadero chamán Shipibo requiere que los participantes sigan una dieta particular durante unos días, generalmente de 2 a 7 días. Por lo general, esa dieta consiste en arroz, yuca y plátano. Muchas otras culturas chamánicas que suministran sustancias basadas en DMT no requieren ninguna dieta.

¿Por qué los chamanes Shipibo piden que los participantes del ritual con Yagé sigan tal dieta? ¿Qué sabe esa cultura ancestral que otras culturas chamánicas desconocen y que la ciencia desconocía hasta hace unos años?

El arroz sin condimento, la yuca y el plátano son algunos de los pocos alimentos sin *Tiramina* disponibles en la selva amazónica. Después de una dieta restringida de arroz, yuca y plátano durante unos días, los participantes en el ritual chamánico toman Yagé sin tener *Tiramina* en el cuerpo; de esta forma, el I-MAO presente en el Yagé activa la DMT presente en el Yagé mismo, y no hay riesgo de efectos adversos gracias a la falta de *Tiramina*.

El origen del conocimiento chamánico de la *Tiramina* pasará una vez más como un evento fortuito para aquellas personas que no quieran pensar racionalmente. Analicemos por qué no debería ser así.

Quienes han probado el Yagé saben lo difícil que es como experiencia física para el cuerpo: náuseas intensas, a menudo vómitos y diarrea. Un ritual chamánico con Yagé es una experiencia espiritual maravillosa, pero también una experiencia física muy dura. Los efectos en el cuerpo de la *Tiramina* debido a la presencia de IMAO, aunque potencialmente muy peligrosos, generalmente tienen síntomas que se limitan a un dolor de cabeza y también son bastante subjetivos. Los participantes en un ritual chamánico con Yagé sin dieta no pueden diferenciar claramente entre los efectos de la *Tiramina* que se sienten durante (o después) del ritual y los efectos físicos secundarios del Yagé.

Como prueba de lo anterior, la mayoría de las personas que tienen una amplia experiencia con los rituales Yagé con diferentes culturas chamánicas, ya sea con dieta y sin dieta, no logran definir una línea clara de distinción sobre los efectos físicos secundarios de estas dos experiencias diferentes.

La presencia de una gran cantidad de *Tiramina* en el cuerpo durante el ritual chamánico con Yagé es físicamente peligrosa, aunque apenas perceptible.

Existe una extensa lista de alimentos ricos en *Tiramina*.

Si los alimentos ricos en *Tiramina* tienen síntomas casi imperceptibles al tomar Yagé, ¿cómo los chamanes Shipibo encontraron esos alimentos sin *Tiramina*?

¿Por qué otras culturas chamánicas han ignorado, olvidado o simplemente no han descubierto la importancia de seguir una determinada dieta sin *Tiramina* antes de tomar Yagé?

El reciente descubrimiento científico de los efectos de la *Tiramina* cuando se combina con los IMAO ha sido fortuito (consulte la literatura inglesa en las notas finales).

Antes de ese descubrimiento científico, cuando alguien tenía migrañas mientras tomaba Yagé (o después de tomarlo) con fines científicos, se culpaba a DMT del Yagé para esa migraña, siendo

DMT un sustancia psicoactiva... ¿Por qué los chamanes Shipibo no hicieron lo mismo?

El conocimiento chamánico siempre se menosprecia de la siguiente manera: cuando la ciencia ignora una determinada cosa, el conocimiento chamánico al respecto es simplemente una superstición estúpida; mientras que cuando la ciencia descubre esa cosa, quizás incluso miles de años después, el conocimiento chamánico se considera el resultado de un evento estadísticamente extremadamente improbable basado en un coeficiente de aleatoriedad que avergonzaría la probabilidad de que el universo se forme a partir del Big Bang.

Los pensadores y científicos racionales deberían dar ahora un merecido crédito a los verdaderos chamanes Shipibo, y especialmente a la importancia de experimentar *estados de conciencia no ordinarios*.

Mensaje Enteogénico

Durante una Ceremonia Enteogénica, los participantes reciben mensajes que generalmente aparecen en forma de visiones.

Estos mensajes no se transmiten a través de imágenes, palabras o sensaciones, sino a través de arquetipos.

La mente del que recibe el mensaje debe estar capacitada para interpretar los arquetipos del mensaje para que su significado esté disponible para el individuo en forma conceptual.

Los colores, los símbolos, las texturas, las formas, los sonidos, las sensaciones, etc. son elementos adicionales de nivel superior a un arquetipo (párrafo *Pensamiento, Estados de Conciencia y Arquetipos* ⇒). Algunas visiones (pero no todas) que aparecen durante una sesión enteogénica son las interpretaciones del cerebro de los mensajes arquetípicos que se reciben^[55]: en la mayoría de los casos, las visiones no tienen un significado específico por sí mismo, sino que son significativas para el cerebro de aquel que las produce. Este concepto está claro para un maestro espiritual verdadero, ya sea un chamán o un gurú, de hecho, nunca intentará interpretar las visiones de otra persona.

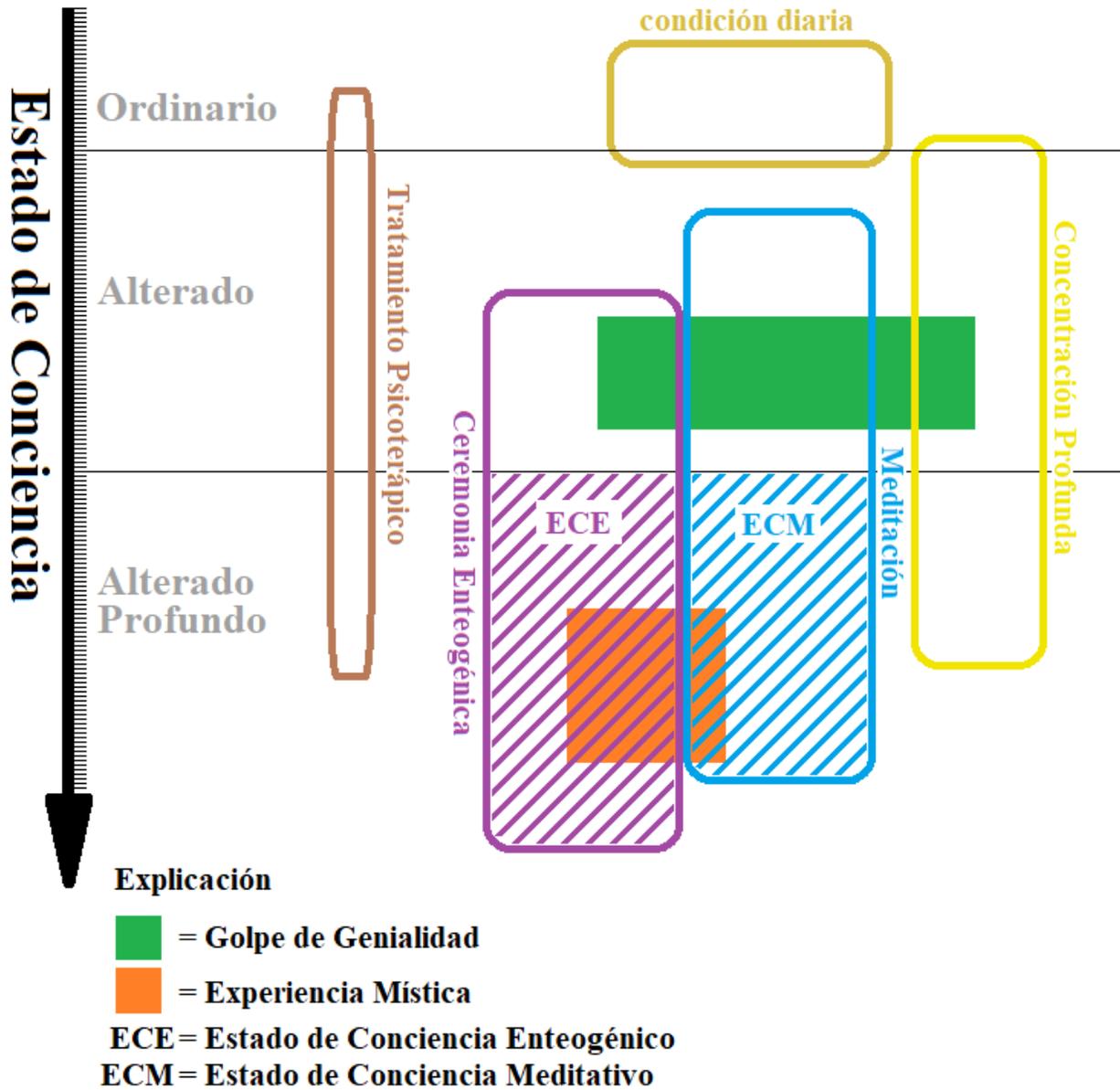
Para poder interpretar el mensaje arquetípico, y poder interpretarlo de la manera más correcta posible, se necesita estar en un estado psico-físico-espiritual particular; además, es esencial encontrarse en un *estado de conciencia enteogénico* que rompa los muros de protección de la psique consciente (erigidos por el *estado de conciencia ordinario*) y predisponga a la mente del participante a la recepción del mensaje arquetípico, como hemos descrito ampliamente en el capítulo *Estado de Conciencia Enteogénico* (⇒). En todo caso, no se puede esperar que de un momento a otro, simplemente al entrar en un *estado de conciencia enteogénico*, nos

encontremos en las condiciones ideales para interpretar un mensaje arquetípico.

Interceptar e interpretar un mensaje arquetípico no es tan fácil como leer un libro. En primer lugar, debe ser una preparación que conste de una fase larga de liberación de todos los constructos que el sistema socio-religioso ha establecido en la mente: hay diversos estratos aislantes que separan nuestra naturaleza de ser humano, capaz de interpretar un mensaje arquetípico, y nuestro constructo psíquico: el adoctrinamiento religioso, la cultura inculcada, los miedos transmitidos, las creencias enseñadas.

Muchas de las estructuras psicológicas presentes en las personas que viven en una sociedad moderna son diminutas o están ausentes para el que, como un chamán del Amazonas, crece en una sociedad con una estructura simple, lejos de los plagios de las sociedades modernas, con una vida rodeada de cosas simples y en estrecho contacto con la naturaleza, en plena armonía con ella.

Gráfico Estado de Conciencia



Il.12: profundidad del estado de conciencia.

Notas

[1] En los párrafos *El Proyecto* (\Rightarrow) y *Aquí y Ahora* (\Rightarrow), se explica la diferencia entre "para la serenidad" y "de la serenidad".

[2] Desde "How brains make up their minds", 1999, Columbia University Press - capítulo Awareness, Consciousness and Causality.

[3] Desde "The God Delusion", 2006 (La ilusión de Dios).

[4] Aplicando el modelo de *onda-partícula* de la *Física Cuántica* al *electrón*.

[5] En el caso de una *reflexión total*, el rayo reflejado y el rayo incidente son iguales.

[6] Si el tratamiento con PNL se realiza con la metodología correcta, el cambio en la Realidad Virtual afectará a los eventos presentes, futuros y pasados.

[7] Desde "La realidad no es lo que parece", véase el capítulo "Misterio" (C. Rovelli, 2014).

[8] Se ha demostrado que algunas de estas culturas adoptaron ciclos lunares incluso sin tener contacto con otras culturas que utilizaban el mismo método, por lo que se puede excluir la influencia debida a otras culturas.

[9] El positrón es, por definición teórica, antimateria, o más precisamente, la antipartícula del electrón.

[10] En sentido estricto, la activación de las neuronas se produce en una especie de cadena de reacción múltiple. Dado un cierto número de sinapsis neuronales, por muy compleja que sea esta cadena de

reacción, tendrá un cierto número de combinaciones posibles que siempre serán menores o, como mucho, iguales, al número de combinaciones posibles que se pueden obtener si cada una de esas sinapsis neuronales se considerara un dígito binario perteneciente a un número binario. Por lo tanto, en este párrafo, se sobrestiman numéricamente el cálculo de las capacidades mnemónicas del cerebro según el *modelo de almacenamiento local*.

[11] “El cerebro solo memoriza la información principal del recuerdo, luego es él mismo el que reconstruye los detalles de dicho recuerdo en el momento en que se quiere acceder a él”: se puede entender por deducciones que es una teoría inverosímil.

Tomemos un ejemplo aproximado como ejemplo de un recuerdo: “El ramo de flores que le di a mi novia en la primera cita”. Suponiendo que la mente solo almacena información clave: 12 flores, flores amarillas, una tarjeta roja con tinta azul, últimas palabras “Te amo”. Según esta teoría errónea, el cerebro debe reconstruir el recuerdo creando de alguna manera los detalles que faltan.

Estos detalles faltantes deben ser los mismos (o casi) siempre que se acceda a este recuerdo.

No existe un algoritmo válido para componer todos los rompecabezas existentes.

De manera similar, para reconstruir los detalles faltantes de una memoria, el cerebro debe seguir un algoritmo lógico específico para ese recuerdo, no un algoritmo genérico válido para todos los recuerdos.

Por lo tanto, para reconstruir los detalles de diferentes recuerdos, el cerebro debe seguir diferentes algoritmos, es decir, debe realizar diferentes acciones.

Pero si un determinado recuerdo debe ser el mismo cada vez que se recuerda, entonces el algoritmo de este debe ser siempre el mismo y, por lo tanto, también memorizado.

Este algoritmo debe extrapolar todos los infinitos detalles que podrían emerger con una regresión bien inducida en un *estado de conciencia alterado*; por lo tanto, en los hechos, especialmente en el ejemplo anterior, de los cinco detalles principales del ramo de flores, el algoritmo debe extrapolar: las palabras exactas del mensaje

escrito en la nota, la mancha de tinta que me hice cuando escribí, los detalles del texto, los colores de la nota en sí, el pliegue involuntario que se quedó en el lazo de las flores, las dos flores que eran más pequeñas que las otras, una flor que no había florecido completamente, la cinta que las unía, y así, sucesivamente. El algoritmo debería generar una gran cantidad de detalles a partir de poca información, por lo que cualquier científico informático excluiría ese algoritmo.

[12] Además de la vaga e incorrecta idea de que un cerebro recrea un recuerdo a partir de poca información almacenada, el *modelo de almacenamiento local* nunca ha propuesto oficialmente una teoría sobre la lógica del almacenamiento de información en las neuronas, es decir, una explicación de la forma en que se almacenan los recuerdos.

[13] La simple acción de mantener el equilibrio requiere un complejo control retroactivo de los movimientos microscópicos de las áreas de las articulaciones del tobillo, la rodilla y la cadera, controladas por muchos músculos, tanto agonistas como antagonistas.

Para cada movimiento microscópico, dependiendo de las condiciones externas e internas detectadas por el aparato sensorial, el cerebro controla el equilibrio del cuerpo de forma semiautomática, en un sistema mecánicamente en equilibrio inestable.

Esta acción aparentemente elemental es en realidad analíticamente compleja.

Algunas interpretaciones del modelo de *almacenamiento cerebral local* predicen que todas las actividades que somos capaces de realizar, como caminar, correr, nadar, coordinar, tocar un instrumento, montar en bicicleta, etc., serían solo una acumulación de recuerdos que, de alguna manera, se convierten en semi-automatismos a los que accedemos en el momento del acto.

[14] Estas actividades de la mente aún están totalmente envueltas en un misterio: no se tiene idea de en qué parte del cerebro tienen lugar y qué procesos cerebrales las generan.

[15] Para tener una idea de cómo los recuerdos y el conocimiento se almacenan en forma de *Conocimiento Universal* en las dimensiones

Extra-Mentales, véase la apostilla (⇒).

[16] En este texto, al mencionar *Espíritu* (en cursiva y mayúsculas), se hace referencia a la entidad espiritual descrita en este manuscrito, mientras que con espíritu se entenderán otras definiciones de acuerdo con la creencia en el contexto.

[17] Los verdaderos y auténticos chamanes del Amazonas están al borde de la extinción, reemplazados por una gran cantidad de falsos chamanes que administran drogas alucinógenas acompañadas de canciones locales, por lo que venden el paquete "viaje chamánico" a los turistas.

[18] Estimación por defecto

[19] Dedicando 18 horas al día, estimando 2 segundos para pronunciar un número.

[20] Desde "The Cosmic Serpent", J.Narby (1998).

[21] - [22] termines españoles

[23] En este texto, con *Alma* (en cursiva y con mayúsculas) se referirá a la entidad espiritual descrita en este manuscrito, mientras que con "alma" se entenderán otras definiciones según el contexto.

[24] Se ha dicho que los eventos eternos, desde el punto de vista de nuestras cuatro dimensiones espacio-temporales, son eventos que ocurren al mismo tiempo desde el punto de vista de un sistema de referencia sin dimensiones temporales.

Consideramos eventos eternos como la duración del universo y la duración de la existencia de *Alma*, ya que quizás podamos estimar una fecha de inicio (el Big Bang), pero nunca una fecha de finalización.

Simplificando, desde el punto de vista de un observador que no tiene una dimensión temporal, los eventos que para nosotros parecen eternos como creación/desaparición del universo y el aumento de la conciencia de *Alma* a través de la reencarnación, son eventos simultáneos, que tienen lugar al mismo tiempo.

Obviamente, la lógica nos dice que el universo no se puede crear y destruir al mismo tiempo, y cualquier *Alma* no puede aumentar su conciencia a través de una serie de reencarnaciones que tienen lugar al mismo tiempo.

Los eventos “simultáneos” de cualquier sistema que impliquen al menos un cambio de un estado inicial A a un estado final B, difieren en un período de tiempo equivalente a la constante de tiempo de Planck, t_p , equivalente a $5,391 \times 10^{-44}$ s.

Así que desde el punto de vista de un observador que no posee dimensión temporal, la duración del universo es equivalente a t_p y la duración del aumento de la conciencia de *Alma* a través de una serie de reencarnaciones es equivalente a t_p .

[25] El final del ciclo de reencarnaciones de *Alma* ocurre en un cierto lapso de tiempo desde el comienzo del ciclo de reencarnaciones. Este marco de tiempo es equivalente a la constante de tiempo de Planck t_p ($5,391 \times 10^{-44}$ s).

[26] La información transmitida por *Espíritu* puede tener diferentes fuentes, no solo Conocimiento Universal.

[27] Hay videos en línea de mujeres que tienen un parto extremadamente agradable, especialmente con el parto en el agua.

[28] Aproximadamente 5.39×10^{-44} segundos. Para obtener un segundo, se debe multiplicar esta constante por aproximadamente 20 millones de billones de billones de billones de billones de billones.

[29] Un paso temporal a través de otras dimensiones temporales de las *Dimensiones Desconocidas de la Realidad Virtual* probablemente contribuye a la experiencia de *Mens*.

[30] Apostilla *La Relatividad de la Casi-Muerte de Mens* (\Rightarrow).

[31] *Cuanto de tiempo*, o el *Tiempo de Planck*, es la medida de tiempo más pequeña que tiene sentido: 5.39121×10^{-44} segundos.

Cuanto de espacio, o Longitud de Planck, bajo el cual el concepto de espacio pierde significado físico: $1,616252 \times 10^{-35}$ metros.

[32] Otra justificación improbable de la posible falta de tales conocimientos o recuerdos podría ser que la Conciencia Individual se encuentre en un *estado de conciencia no ordinario* cuando el individuo no está vivo o, mejor dicho, en condiciones previas a la vida o después de la muerte. Si fuese verdad, o tan solo probable, no debería haber limitaciones legales, morales o de fe religiosa para experimentar *estados de conciencia no ordinarios*, puesto que serían condiciones naturales de nuestra existencia. El análisis de esta justificación improbable sale del contexto del manuscrito, ya que el análisis de todas las teorías improbables requeriría una inmensa carga de trabajo.

[33] Las prácticas hipnóticas de regresión a otras vidas no son de confianza. El individuo que se somete a una sesión del eso tipo, entra en un estado cataléptico en el que todos los canales de entrada se inhiben y la mente se queda a merced de la sugestión e imaginación: lo que se consigue es un sueño vivido, no la regresión a un recuerdo.

[34] Obviamente, este análisis rápido y general no es cierto en todos los casos, pero en él se incluye una gran mayoría de familias.

[35] Desde Biblia cristiana, Mateo 22:39

[36] *La Dieta de los Chamanes Shipibo* (\Rightarrow)

[37] Según investigaciones científicas recientes, parece que el cerebro también tiene cierta capacidad para que las neuronas se regeneren, aunque de forma limitada.

[38] Aquellos que han trascendido el obstáculo de los “bienes de consumo no necesarios” en su propio Anandayana, comprenden muy bien la máxima: - *La satisfacción es riqueza natural, el lujo es pobreza artificial* - (Sócrates).

[39] Desde el punto de vista del estar-al-tanto *Aquí y Ahora*, el estar presente en otros lugares, además del físico, se ha convertido

últimamente en un gran problema debido al abuso exagerado de las redes sociales.

[40] Vea II.12: profundidad del estado de conciencia en la apostilla Gráfico Estado de Conciencia (\Rightarrow).

[41] Osho Rajneesh, The Great Zen Master Ta Hui, Charla #11.

[42] Osho Rajneesh, Beyond Enlightenment, Charla #29.

[43] Desde “DMT: la molécula del espíritu”.

[44] Vea II.12: profundidad del estado de conciencia en la apostilla Gráfico Estado de Conciencia (\Rightarrow).

[45] En cada cultura la Ceremonia Enteogénica tiene un nombre diferente, aunque normalmente se llama “ritual chamánico”.

[46] Vulgarmente conocida como “squirting”.

[47] Desde “La realidad no es lo que parece”, capítulo “El presente extendido” (C. Rovelli, 2014).

[48] Excepto en el caso en que los dos observadores tienen una cierta posición simétrica con respecto al origen del evento.

[49] Las *manifestaciones* de *Mens* sobre la mente se corresponden aproximadamente con el consciente de la mente del individuo, eso si se omiten las contribuciones de su *manifestaciones* en el subconsciente.

[50] A diferencia de una fotografía, donde una parte del imagine contiene solo información parcial de toda la información contenida en la fotografía completa, cualquier parte de un holograma contiene toda la información contenida en el mismo holograma.

[51] En los años 60, el *ADN no codificante* se llamaba *ADN basura*; el término denotaba otro ejemplo de la presuposición de la ciencia: la ciencia no comprendía una parte del ADN y, para no admitir su ignorancia, lo definió como basura.

[52] El origen de la emisión de biofotones aún no se conoce, hay teorías diversas, pero ninguna se ha demostrado científicamente.

[53] Desde "La serpiente cósmica", (J. Narby, 1998).

[54] Páginas de Wikipedia sobre Tiramina con varias referencias: en español [⇒](#) y más completa en inglés [⇒](#).

[55] Si no se confirman las condiciones de una Ceremonia Enteogénica (la tríada óptima "sustancia enteogénica, Set y Setting"), lea el capítulo *Ceremonia Enteogénica* ([⇒](#)), las visiones pueden no estar generadas por mensajes arquetípicos, sino simplemente por la distracción de la mente.

Table of Contents

Proyecto Anandayana

Revisiones

Notas de los editores y distribución

Agradecimientos

Consideraciones Previas

El Proyecto

Terminología Básica

Cómo Proceder

Compendio

Introducción

El Encuentro

Parte I -Gnoseología de la Serenidad

Metodología

Sueño, Alucinación o Realidad

Manifestaciones de Entidades con Otras Dimensiones

Dimensiones Espacio-Temporales

Manifestaciones

Manifestaciones y Ciencia

Dios y el Universo

La Conciencia Universal

Universo Virtual

La Realidad Virtual desde nuestro punto de vista

Génesis

Modificaciones de la Realidad Virtual

Ciencia

El Cerebro

El Modelo (incorrecto) de Almacenamiento Local

Dimensiones Extra-Mentales

Cerebro Holonómico

El Ser Humano

Espíritu

Alma

Reencarnaciones

Otros detalles de Alma

- Mens
- Otras Entidades Espirituales
- La Muerte Brevemente
- Parte II - Nuestro Ambiente
 - Sistema Socio-Religioso
 - La Sociedad
 - La Religión
 - Ver el Control del Sistema
 - La Ilusión de la Vida Eterna
 - La Conciencia de la Entidad Espiritual en las Religiones
 - La Familia
- Parte III - Forjando Anandayana
 - Los Egos
 - Conoce Tus Egos
 - ¿Quién Soy?
 - Amarse
 - Alimentación
 - Cosméticos
 - Descanso
 - Belleza
 - Aquí y Ahora
 - La Estafa de las Metas
 - Aquí y Ahora en la Religión
 - Pensamiento, Estados de Conciencia y Arquetipos
 - Golpe de Genialidad
 - Estados de Conciencia No Ordinarios
 - Meditación
 - Búsqueda Meditativa
 - Drogas
 - Enteógeno
 - Ceremonia Enteogénica
 - Estado de Conciencia Eenteogénico
 - Búsqueda Enteogénica
 - Trascender un Obstáculo
 - El Dinero en la Sociedad
 - La Sexualidad

Sexualidad Espiritual
Exploración del Sexo

Juego

Aprender

Juego Adulto

Resultados de la Práctica

Elementos Comunes que Constituyen el Anandayana

Apostillas

La Dualidad Onda-Partícula Resumidamente

Las Variables Inventadas

Almacenamiento de Recuerdos en Dimensiones Extra-
Mentales

La Relatividad de la Casi-Muerte de Mens

Mensajes del ADN

El Misterio del Origen del Yagé

La Dieta de los Chamanes Shipibo

Mensaje Enteogénico

Gráfico Estado de Conciencia

Notas