



---

## **Ayahuasca. Una medicina que cambia nuestras vidas.**

Por Genís Oña.

**Resumen:** El objetivo de este trabajo es analizar los cambios que provoca en la vida de los sujetos el consumo de Ayahuasca. Los participantes fueron 100 individuos (63 hombres y 37 mujeres) de procedencias y edades distintas. Los resultados obtenidos confirman que el consumo de Ayahuasca repercute positiva y significativamente en muchas áreas de nuestro campo socioemocional. Dichos cambios responden a distintos procesos complejos (autoanálisis, maduración personal, integración, etc.) llevados a cabo gracias a la introspección profunda y en definitiva a los elevados estados de conciencia a los que se accede (Herrán, A., 2006).

**Palabras clave:** Ayahuasca; enteógenos; medicina; emocional.

**Title:** Ayahuasca. A medicine that changes our lives.

**Abstract:** The objective of this study is to analyze the resulting change in the lives of the subjects the consumption of Ayahuasca. The study included 100 subjects (63 men and 37 women) from different backgrounds and ages.

The results confirm that the consumption of Ayahuasca causes changes in the social and emotional fields of the subject. These changes respond to different complex processes (self-reflection, personal growth, integration...) conducted through deep introspection and ultimately to the heightened states of consciousness (Herrán, A., 2006).

**Key words:** Ayahuasca; entheogens; medicine; emotional.

## Ayahuasca.

Cuando hablamos de Ayahuasca, nos referimos al enteógeno, posiblemente, más potente que existe en el mundo. Compuesto básicamente por la liana *Banisteriopsis Caapi* y la planta *Psychotria viridis* o Chakruna, provoca efectos sorprendentes en nuestra mente.

Dejando a un lado la historia de la Ayahuasca vinculada al uso milenario por parte de los pueblos amazónicos, este brebaje está siendo estudiado en todo el mundo debido a su increíble potencial terapéutico. Toda esta investigación, estimulada también por la nula toxicidad de la sustancia y los riesgos inexistentes de adicción o de adquisición de tolerancia.

El tratamiento de las drogodependencias con Ayahuasca está obteniendo resultados mucho más positivos que los tratamientos convencionales; y así del mismo modo cuando se trata de ansiedad, depresión o trastornos de la personalidad.

Estamos, por tanto, ante una poderosa herramienta, de la que poco sabemos, y de la que en un futuro podrían obtenerse grandes beneficios en toda clase de enfermedades. Pero, ¿a qué precio? Para responder esta pregunta hemos realizado este pequeño estudio.

Cuando hablamos de la aplicación de Ayahuasca en psicoterapia o en ceremonias chamánicas, no solo podemos explicar los beneficios que ha tenido para cierta patología. El uso de este enteógeno provoca profundos cambios en la personalidad del sujeto, pues también permite un autoconocimiento muy intenso. Resumiendo: la Ayahuasca no solo cura a la gente, también les cambia la vida.

## Método.

Para realizar este estudio se utilizó el método de auto-informe basado en cuestionarios repartidos entre consumidores de Ayahuasca. En los mismos se les pedía a los participantes que relataran cambios percibidos en el campo emocional y en sus relaciones interpersonales, además de preguntas generales o de valoración de la experiencia.

- **Muestra.** Los cuestionarios se repartieron por distintas redes sociales relacionadas con grupos consumidores de Ayahuasca, como por ejemplo el

grupo religioso del *Santo Daime*. Participaron 100 individuos (63 hombres y 37 mujeres) de edades y procedencias distintas.

- **Instrumentos de obtención de la información.** El método de auto-informe a través de cuestionarios nos permite un acercamiento directo y sin filtros a la información deseada. Representa una oportunidad para los sujetos de expresar su propia percepción acerca de estos procesos, que pocas veces se encuentra en investigaciones dentro del campo médico.

---

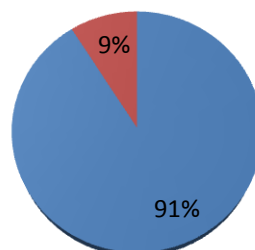
## Resultados.



El primer gráfico muestra el porcentaje de individuos que experimentaron conscientemente un cambio a nivel emocional directamente ligado al uso de la Ayahuasca.

### **Encuestados que informan de un importante cambio emocional después del consumo de Ayahuasca.**

- Experimentaron cambios emocionales importantes.
- No experimentaron ningún cambio importante.



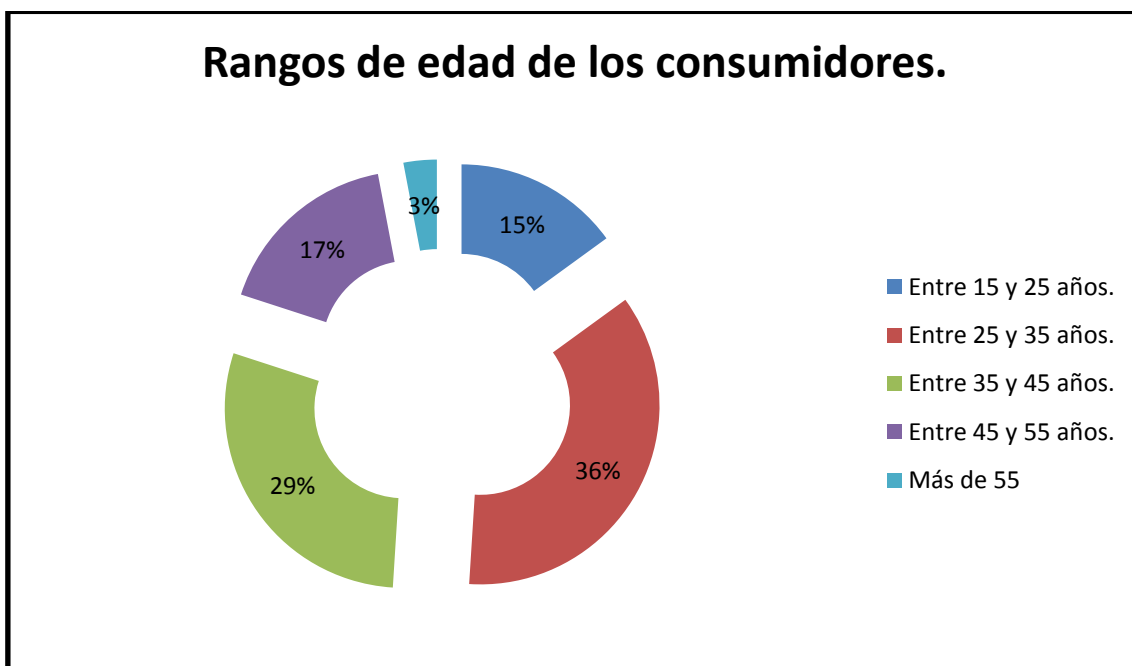
Como podemos observar, los resultados son indiscutibles. El 91% de los sujetos cree que la Ayahuasca les provocó cambios importantes en su esfera emocional.

Un dato interesante es que el 63% de los que afirman haber notado ese cambio, informan que ocurrió desde la primera ceremonia o durante el mismo día en que tuvo lugar.

Nos damos cuenta pues del poder de este enteógeno, el cual solo necesita tres horas en nuestro cuerpo para revolucionar toda nuestra personalidad y sistema de creencias.

Cuando los encuestados comentaban dichos cambios, hablaban de "*sensaciones de reconciliación con la vida*". Afirmaban que "*estos cambios se notaban inmediatamente, y con el paso de los días incrementaban y se hacían más patentes*". En general recuerdan que la Ayahuasca aporta "*claridad y madurez, y esto dura para siempre*". No obstante, muchos también enfatizan el hecho de que el cambio siempre estuvo en ellos, "*la Ayahuasca solo actúa como un sensibilizador, mostrándote la verdad, el Amor*".

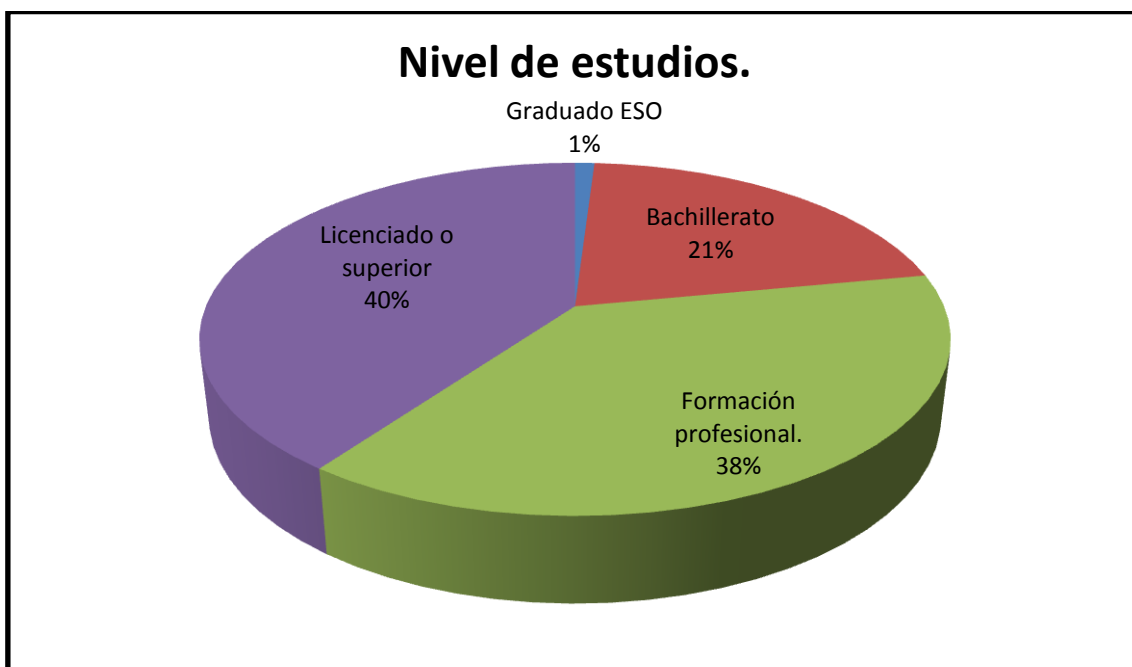
El segundo gráfico nos revela los distintos rangos de edad de los consumidores.



A simple vista se observa que los grupos de edad de entre 25 y 45 años son los más numerosos, aunque en general las muestras son bastante homogéneas, pues encontramos un 15% de menores de 25 años, e incluso un 3% de mayores de 55.

Con esto podemos concluir que el uso de Ayahuasca no tiene edad. Como herramienta terapéutica o de autoconocimiento, despierta el interés de jóvenes, adultos y ancianos.

Con la siguiente gráfica podemos clasificar a los encuestados según su nivel de estudios.



Son datos muy claros, que dicen mucho del perfil de las personas que se interesan por experimentar con Ayahuasca. El 99% en este caso ha cursado estudios post-obligatorios, y el 40% del total son licenciados o doctorados. No son para nada sectores marginales ni clases sociales bajas, como se tendería a pensar instintivamente, al hablar del consumo de una determinada "droga".

Una de las cuestiones que tuvieron que responder los usuarios de Ayahuasca, consistía, precisamente, en definirla. Más allá de un enteógeno, de una planta sagrada o de un brebaje del Amazonas, qué representaba para ellos. Las

respuestas fueron muy interesantes y pueden leerse toda clase de opiniones. Adjuntamos las más significativas.

*Voluntario 1: Medicina para el alma. La apertura a la verdadera Realidad y a la Existencia. Una de las muchas herramientas para despertar de este "Matrix" y avanzar en nuestro Viaje Universal, pues solo somos eso, viajeros del universo con una experiencia humana.*

*Voluntario 8: Es la mayor concentración del espíritu de la naturaleza en todo su esplendor.*

*Voluntario 21: Medicina que cura el alma y algo más que es difícil de describir con palabras.*

*Voluntario 32: Es un espíritu poderoso, sabio, amoroso que nos ayuda a entrar en contacto, primero con nosotros mismos y después con el universo.*

*Voluntario 35: Medicina, una verdadera medicina. Puede realmente sanar dolencias y enfermedades al permitir a las personas encontrar su origen (su causa) y también es muy buena para prevenir, ya que vuelve a conectarnos a nuestra esencia más profunda evitando que caigamos en estados no deseados.*

*Voluntario 39: La ayahuasca es, sin más, una combinación mágica.*

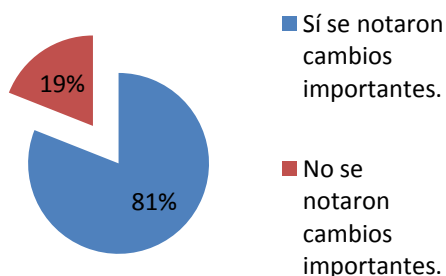
*Voluntario 62: Un ser sagrado, infinitamente sabio, benévolo y poderoso con el que nos conectamos mediante la planta.*

*Voluntario 76: Pasar las 5 horas de ritual en lo más maravilloso que había ocurrido en mi vida hasta ese momento.*

Ninguno de los encuestados se conocía entre sí, y es sorprendente la similitud de respuestas en este aspecto. El concepto de "medicina para el alma" aparece decenas de veces. Todos perciben la Ayahuasca como una oportunidad para conectarse con la Tierra y con la madre naturaleza. Muchos coinciden también en la oportunidad que ésta nos da para "ver", para no solo conocernos a nosotros mismos sino al mundo, a la Realidad. También es muy frecuente otorgar a la Ayahuasca una conciencia propia, como si se tratase de un espíritu, de un ente vivo, una "maestra" que nos enseña.

Los sujetos tuvieron que informar sobre si habían notado algún cambio en su relación interpersonal con sus amistades, con sus padres, o en la percepción de su trabajo.

## Relación con las amistades.

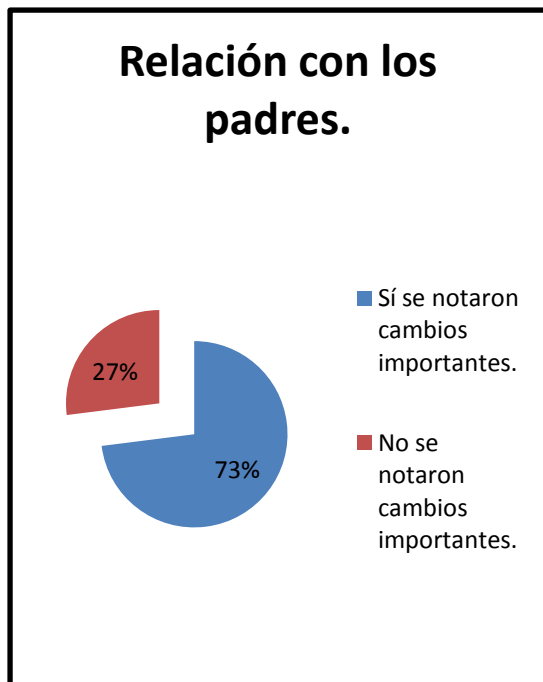


La mayoría de los encuestados, un 81%, al preguntarles sobre las relaciones con sus amistades, informaron de cambios sutiles o intensos.

Uno de ellos explica: *"Tú cambias y todo cambia, no miras nada con los mismos ojos, mejor dicho ya no miras con los ojos, solo con el corazón {...} al principio es muy difícil, ni ellos te comprenden ni tú les comprendes, luego con el uso de la planta vas obteniendo humildad, confianza, paciencia, comprensión y compasión, y todo eso se lo aplicas a todos, incluido a uno mismo. Al final todas las relaciones cambian, y la primera la de uno mismo."*

En general se alejaron de las amistades "venenosas" o de las que no les aportaban nada en su vida. La empatía con respecto a sus amistades aumentó, con lo que a muchos les permitió cuidar más las relaciones e intentar ser comprensivos. Hay encuestados que explican que después de las ceremonias, necesitaban llamar a algunas de sus amistades para aclarar y arreglar cosas que no se habían cerrado bien, ya que eso era un impedimento para ellos mismos.

La respuesta del voluntario 84 también aparece muchas veces, relatada de distintas formas: *"Han cambiado mis relaciones con todo el universo. Ahora me conecto con todo bajo perspectivas diferentes, todo habla, todo transmite, todo está vivo"*. Por último, el voluntario 92 expone: *"Todo cambia, pasas a tener una percepción de la verdadera naturaleza de las cosas. Claro que he cambiado de amigos, el principal amigo que he encontrado soy yo mismo, por lo cual en los 2 últimos años he estado en Sudamérica con los Shipibo, o en ceremonias en Europa, o en monasterios en Tailandia."*



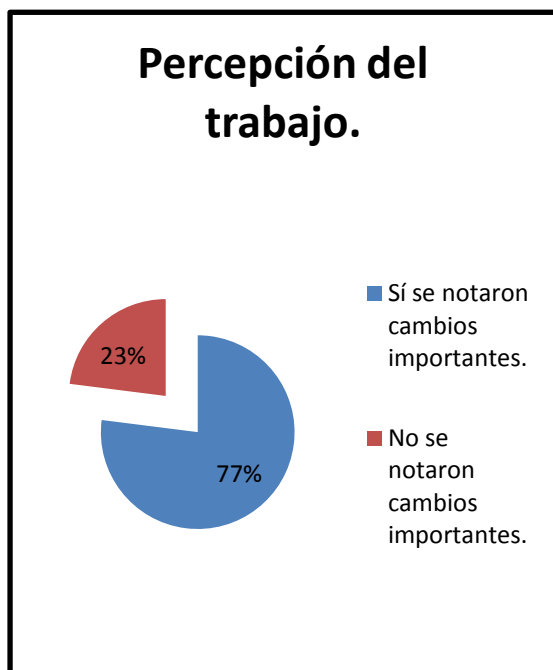
Lo mismo sucede con la relación con sus progenitores. Dicha relación es una de las principales causas de conflictos o desórdenes emocionales en nuestra sociedad, y a veces es difícil intentar cambiarla y arreglar muchos asuntos pendientes. Para ello, la Ayahuasca parece ser también eficaz, pues el 73% de los encuestados pudieron resolver y mejorar dichas relaciones.

Los encuestados se refieren a ello diciendo que *"la relación con ellos es más cordial y comprensiva"*.

Uno de ellos nos cuenta: *"En una toma noté que una masa como el "chapapote" impedía que le dijera a mi madre que la quería, después de "vivir" como expulsaba eso, y pasados unos días, pude expresarle mis sentimientos. Parece mentira."*

Otro de ellos explica: *"Los acepto más... de hecho reviví una parte de mi vida intrauterina... no fui una hija deseada, pero en ese estado de conciencia pude comprender que eso no me generaba dolor... más bien compasión hacia ellos. De verlos tan desconectados uno del otro y tan poco amor hacia sí mismos"*.

Este último testimonio explica que revivió su estancia intrauterina. Como éste hay dos casos más en los cuestionarios. La Ayahuasca también es capaz, por tanto, de inducir experiencias a nivel perinatal, muy sanadoras y fructíferas en muchas ocasiones, tal como nos recuerda Stanislav Grof.



La última de estas tres gráficas nos dice que el 77% de los encuestados percibieron de forma diferente su trabajo después del consumo de Ayahuasca. Estos cambios se dieron en muchos sentidos.

Muchos de ellos afirman que ahora ven el trabajo como una forma de realizarse en este mundo, no como una simple fuente de ingresos.

También se afirma haber desarrollado más creatividad, dedicación, o la reducción total del estrés.

Los hay que dejaron inmediatamente su trabajo, al considerarlo demasiado "degradante" o vacío, y dedicaron su vida a ayudar a otra gente con Ayahuasca.

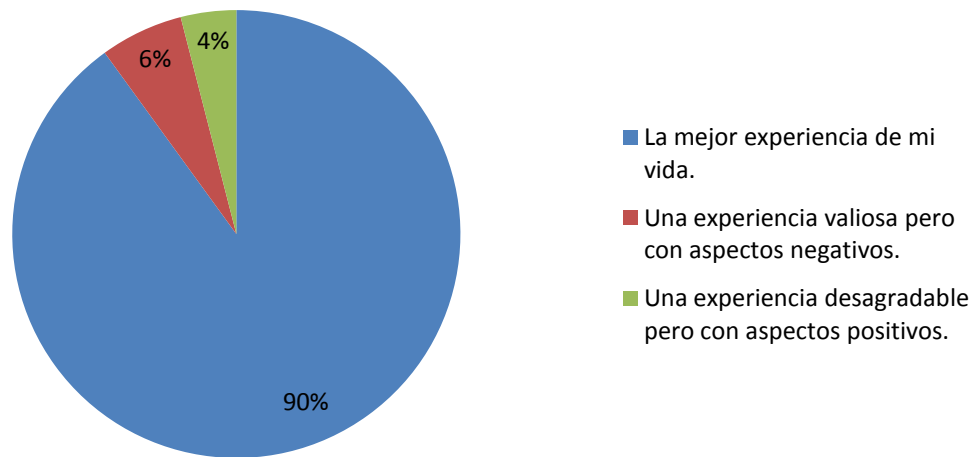
El voluntario 51 escribe: *"Sí, ahora he aprendido a diferenciar lo esencial o importante de lo superfluo, y además las relaciones laborales han mejorado a gran escala."*

Otra opinión distinta nos ofrece el voluntario 57: *"Claro, he dejado de trabajar en el concepto mayoritario del término. Ahora TRABAJO para mi corazón."*

Y por último el voluntario 74 nos dice: *"En cierto modo me ha beneficiado, soy arquitecto y desarrolla mi capacidad de dibujo, de imaginar, pero a su vez en la parte práctica de la vida me da mucho más por divagar y ser menos efectivo. En mi caso quizá a veces tendría que cerrar puertas y no abrirlas."*

El siguiente gráfico representa la valoración que hacen los encuestados de la experiencia con Ayahuasca.

## Valoración de la experiencia con Ayahuasca.



El 90% de los usuarios califican esta experiencia como la mejor de su vida. Las frases que repiten muchos sujetos son: *"la Ayahuasca está mejorando mi calidad de vida"*, *"te hace valorar más la vida, te descubre la verdadera felicidad y el verdadero amor..."* o *"Con Ayahuasca solo puedo hablar de curación y crecimiento."* Los que reportan sensaciones desagradables o malestares (el 10% restante), alegan que se trata de un "terremoto" psíquico, extremadamente fuerte, y que en muchas ocasiones la Ayahuasca "te muestra cosas que no deseas ver". También se reportan sensaciones físicas molestas, como el vértigo o la saturación de los sentidos (la Ayahuasca agudiza increíblemente el oído y el olfato).

Para ampliar este dato se les pidió a los participantes que dijeran lo que más valoraban o recordaban de las ceremonias con Ayahuasca, para ser más explícitos. Ponemos algunas de las respuestas más interesantes.

Voluntario 2: *"La amplitud de miras. La cantidad de información recibida, el punto de inflexión que aparece cuando después de haber celebrado las ceremonias mis tensiones y complejos interiores son disueltos."*

Voluntario 3: *"El descubrimiento de que solo percibimos una pequeña parte de la realidad."*

Voluntario 4: *"Se me reveló una frase que la he visto escrita mil veces y no le prestaba atención: DIOS ES AMOR. Allí donde veo escrita la palabra "dios" la sustituyo por "amor" y todo cuadra..."*

Voluntario 31: *"Sentir por primera vez que todos somos uno, lo cual cambia tu vida para siempre, todo merece mi más alto respeto porque todo es o ha sido parte de mi."*

Voluntario 32: *"Son muchas, lo que se podría llamar la visión del amor fue lo más hermoso que he sentido en mi vida, en otra ocasión me mostró la alegría y su fuerza, me ayudó a atravesar mis miedos más profundos con ese amor y esa paciencia únicas."*

Voluntario 34: *"La VIDA es lo único serio, todo lo demás es accesorio, va y viene, la vida es el regalo que hay que saber cuidar y aprovechar, hasta el último suspiro."*

Voluntario 57: *"La información adquirida a borbotones y masiva, la abstracción espacio-tiempo, el buen sentimiento y el desligamiento del ego."*

Voluntario 62: *"Volví a ver la vida como la veía en mi infancia, sentí que me había dormido muchos años, perdiéndome muchas cosas."*

Voluntario 68: *"Todo cuanto he podido aprender, ha sido mucho pues llevo muchas sesiones hechas en 15 años. Quizá lo más significativo ha sido VER la parte de Dios que hay dentro de todos y cada uno de los seres vivos."*

Voluntario 69: *"La sensación de naturalidad, el sentirme como "en casa", la grata sensación de vínculo con la Ayahuasca y el reino vegetal, y el Todo."*

Por último, los voluntarios también tenían que describir cómo percibían la vida, cómo se la planteaban después del consumo de Ayahuasca.

Como en la pregunta anterior, hay respuestas muy interesantes y profundas. Adjuntamos las más representativas.

Voluntario 2: *"Sí, como una manzana, estoy esperando a mi madurez, pues que así sea y mientras, disfrutaré de los rayos del Sol."*

Voluntario 8: *"La vida... es un regalo divino, que se nos ha dado para aprovecharla y sacar el máximo provecho de nuestras experiencias, disfrutar... Mi objetivo es entender un poco más cada día el mundo y el universo, y ser feliz."*

Voluntario 11: *"Vivir....cada día necesito menos y tengo más calidad de vida."*

Voluntario 14: *"La vida es una experiencia muy subjetiva es como un juego donde tenemos que ir confrontando obstáculos para aprender a experimentarla de una forma más consciente e ir aprendiendo de qué trata todo esto. Desde ahora me planteo la vida de una forma más tranquila y tratando de ir mejorando en lo que pueda."*

Voluntario 33: *"Yo estaba muy enojada con la vida, sentía que no tenía sentido, que era algo inútil, sufriente, sentía también una soledad existencial por haber dejado de creer en dios, pero a partir de la experiencia con ayahuasca, pude sentir el poder de la naturaleza, la fuerza infinita, que todo lo crea, y eso me colma, me hace vivir una vida maravillada por el milagro de la naturaleza."*

Voluntario 39: *"De una forma completamente distinta, he comprendido que los malos momentos y las tragedias son en realidad momentos de la vida preciosos, y que de ellos dependen nuestros momentos más felices. He aprendido que sufrir no es malo, que es una parte preciosa a su manera de la vida. Creo que vivimos por amor y para darlo."*

Voluntario 56: *"Simplemente la vivo haciendo lo que he venido a hacer, soy curandero e ingeniero en sistemas, se puede decir que de las tecnologías arcaicas y modernas."*

Voluntario 66: *"La vida es experiencia, es diversidad. Fíjate que la vida por el mismo amor a la vida a través de la naturaleza evolucionó en tantas formas, hay tanta diversidad... Eso es hermoso. La vida es una energía pura."*

Voluntario 71: *"La vida, antes era una mochila, bien pesada, a partir de la Ayahuasca es una bendición y voy por ella bien liviano, increíblemente suelto, con la mente relajada y atenta a seguir las señales que se me presentan para cumplir con mi misión en esta pachamama divina."*

Voluntario 72: *"La vida es maravillosa..."*





## Conclusiones.

Este pequeño estudio está basado en datos subjetivos, en opiniones directas de los consumidores, por lo que no tiene ningún rigor científico. No obstante, nos sirve para escuchar y prestar atención a los consumidores, y ver de un modo sincero, sin filtros de ningún tipo, cómo les ha cambiado la vida en aspectos fundamentales.

Después de ir viendo todos los resultados, una de las primeras conclusiones que se extraen es que el perfil de los sujetos que se interesan por la Ayahuasca es ejemplar. Se trata de gente con estudios, inteligente, trabajadora y sensible. Todos gozan de una inteligencia emocional que se demuestra en todas sus respuestas. Conocen sus emociones, sus problemas, saben las raíces que pueden tener, saben a qué se deben. Pero además tienen la capacidad para trabajar sobre ellos y arreglar todo lo que haga falta, mediante el autoconocimiento y la introspección, para ser felices. Todos tienen claro lo que son, quienes son, y qué quieren hacer en esta vida.

En otras preguntas se les pedía que expresaran su opinión sobre temas como las drogas en nuestra sociedad o la religión. La gran mayoría está en contra del consumo de drogas tal como lo conocemos en Occidente, sobre todo en lo concerniente a químicos y estimulantes, aunque están totalmente a favor de la despenalización. En cuanto a la religión, hay pocos sujetos que sigan dogmas establecidos, y los pocos que se nombran se refieren al chamanismo, a la cosmovisión Inca o al budismo. La mayoría han desarrollado una espiritualidad propia, conscientes de que ésta no puede “congelarse” y representarse en una enseñanza siempre estática.

En las ceremonias con Ayahuasca son frecuentes las experiencias transpersonales. Hemos visto un testimonio sobre una experiencia a nivel perinatal, pero se pueden observar otras en los cuestionarios, como la experiencia de unidad y conciencia cósmica, muerte-renacimiento psicológico o incorporeidad. Todas ellas con un gran valor, no solo “didáctico” a nivel interior, sino sanador cuando hablamos de tratar desórdenes mentales de cualquier tipo.

Concluimos afirmando y confirmando que la Ayahuasca cambia nuestras vidas a mejor. Mejora nuestro bienestar, evolucionamos positivamente como seres humanos, y nuestra empatía y altruismo incrementan considerablemente, lo que nos conduce a ser personas más equilibradas y conscientes, que al fin y al cabo es a lo que aspiramos como seres sociales.