VI. Uso, experiencia y percepción de la ayahuasca como terapia psicológica alternativa en contextos urbanos en Guadalajara, Jalisco México

Alejandro Chávez Rodríguez[1]

DOI: https://doi.org/10.52501/cc.224.06

Resumen

Introducción: Actualmente, el incremento de alteraciones psicológicas como parte de la vida moderna y ha permeado en el actor social y ha propiciado la búsqueda de terapias psicológicas ancladas a la posmodernidad; lo cual ha llevado a la población urbana a recurrir a la experimentación de terapias alternativas, como el uso de sustancias para el proceso de sanación psicológica. El consumo de ayahuasca como parte de un ritual terapéutico psicológico-espiritual se ha popularizado en el país, debido a la percepción de rapidez y efectividad que ofrece, sobre todo en comunidades urbanas que ven en el uso y la experimentación, una alternativa a los procesos de atención en el ámbito psicológico y sus problemáticas cotidianas. *Objetivo:* Comprender el uso, la experiencia y la percepción de los usuarios de ayahuasca en contextos ritualistas urbanos en Guadalajara, Jalisco, México. *Metodología:* Investigación cualitativa realizada con el método fenomenológico y con un acercamiento etnográfico. Se utilizó la entrevista a profundidad y la observación participante como las técnicas empleadas en la investigación. El corpus del análisis fue contenido temático inductivo. *Resultados:* El uso de la ayahuasca como terapia psicológica alternativa brinda al paciente/usuario una alternativa eficaz para el tratamiento de problemáticas derivadas de la cotidianidad. Su experiencia y, por lo tanto, su percepción, brindan (en contextos regulados en forma de rituales) alternativas para el tratamien-

[1] Doctor en ciencias de la salud pública, y profesor-investigador del Centro Universitario de Tonalá de la Universidad de Guadalajara (UDG-CUTonalá), México. ORCID: https://orcid.org/0000-0001-5985-4009

to, en conjunto con psicoterapias de la medicina hegemónica, para la mejora de su salud mental. *Conclusiones:* El uso de la ayahuasca en rituales practicados en contextos urbanos ha surgido como una experiencia de afrontamiento que el usuario de este tipo de medicina alternativa consume y recomienda. Las investigaciones en este ámbito permitirán en un futuro regular los tratamientos comunitarios en salud pública para sus usos en comunidades diversas.

Palabras clave: *ayahuasca, percepción, terapia psicológica, medicina alternativa, comunidad urbana.*

Introducción

Los procesos de salud/enfermedad/atención en la población urbana se han complejizado, no sólo por factores propios de las enfermedades y de los sistemas de salud, sino por su interrelación entre los aspectos acerca de por qué la población enferma y los llamados padecimientos mentales. Éstos, al ser de origen biológico, cultural y social, se complejizan debido a su forma de concebir la enfermedad y, por ende, su tratamiento en el mundo de los remedios hegemónicos.

Actualmente resulta claro el incremento de los problemas mentales de la población; esto, como parte de la vida moderna en un mundo altamente globalizado, lo que ha traído consigo la búsqueda de alternativas para solucionar una serie de padecimientos psicológicos, más allá de lo que pueden llegar a ofrecer las psicoterapias ancladas en la visión de la medicina hegemónica (Chávez *et al.,* 2018).

Entre estas alternativas se encuentra el uso de la ayahuasca *(Banisteriopsis caapi),* la cual pertenece al grupo de alucinógenos de origen vegetal y cuya popularización se ha producido a partir del siglo xx de manera importante entre la población occidental. Lo anterior, como ya lo dijimos, debido a la percepción de rapidez y efectividad que el ritual brinda en los procesos de sanación psicología-espiritual en la posmodernidad (Apud, 2015; Apud y Romaní, 2017). Por lo tanto, el objetivo de este artículo es com-

prender el uso, la experiencia y la percepción de los usuarios de ayahuasca en contextos ritualistas urbanos en Guadalajara, Jalisco, México.

Metodología

Estudio de corte cualitativo que consistió en la utilización de dos métodos: etnografía (con observación participante) y fenomenología (entrevista a profundidad), que surgen de una propuesta de acercamiento horizontal epistemológico (Chávez, 2020) el cual dota a la investigación de una particularidad circular que va desde la propuesta paradigmática interpretativa hasta los métodos y las técnicas utilizados.

La etnografía como proceso de acercamiento del campo y la subjetividad participativa del investigador

Se optó por un acercamiento etnográfico inicial, debido a la particularidad de la investigación. Era necesario adentrarse al lugar o al proceso en el cual se llevaría a cabo la ceremonia de ayahuasca, como lo mencionan los usuarios practicantes. En la búsqueda de cumplir con dos objetivos en concreto: presenciar y participar activamente en la ceremonia del consumo de ayahuasca como parte de un proceso de experimentación activa que incluía formar parte del ritual, no sólo como espectador, sino como participante que consumía la sustancia (la parte de la experimentación como visión *etic* objetiva descriptiva), lo cual permitiría suprimir la narrativa del proceso de la ceremonia por el formato del presente artículo.

Por otra parte, se podría tener acceso, previa concientización y consentimiento, a algunos de los participantes, para las futuras entrevistas a profundidad, lo cual conectaría con el segundo método que se utilizó en esta investigación: la fenomenología del uso y la percepción de la ayahuasca (Mella, 2003; Hsieh y Shanon, 2005).

La fenomenología como método aclaratorio de qué es el ritual de la ayahuasca: de lo *emic* al entendimiento simbólico, psicológico y espiritual

Asimismo, se empleó la fenomenología como método de investigación para dar significación a través del discurso del actor y el proceso de develar las acciones y las experiencias que van más allá de los aspectos descriptivos de los sujetos en sus roles sociales. Mendieta y Ramírez (2015) mencionan que la realidad es compartida como subjetiva y objetiva. Dichas realidades son parte del pensamiento, las creencias, las actitudes, las percepciones y las ideas que los sujetos comparten y por ende, dichas manifestaciones subjetivas se transforman en la realidad social y terminan siendo una entidad objetiva y compartida por la comunidad.

La importancia de un método que recae en las significaciones fue relevante para el acercamiento al entendimiento del discurso de los participantes para poder comprender por qué usan la ayahuasca y cómo interpretan y perciben un ritual, lo que va conectado no sólo con aspectos de desarrollo espiritual, sino con elementos iniciales o complementarios de un proceso psicoterapéutico alternativo.

La entrevista a profundidad como llave básica para el entendimiento del lenguaje simbólico interpretativo de un proceso psicológico personal

Como parte de la búsqueda del entendimiento de distintos aspectos del análisis subjetivo y su interrelación con las capas de procesos personales interconectados, se optó por el empleo de la entrevista a profundidad para adentrarnos a los supuestos de los procesos internos a través del análisis lingüístico. Éstos proporcionarían no sólo los elementos discursivos propios del sentir del uso y la percepción del consumo de ayahuasca en un contexto urbano, sino también el metasignificado de los aspectos psicoespirituales relacionados con la participación del ritual.

La entrevista no estructurada a profundidad funciona en su conjunto como un acercamiento subsecuentes que ofrece no sólo la experiencia del

actor en pos de un fenómeno, sino su sentir de manera posicional como actor social y cultural que refleja estilos de vida y, por ende, posicionamientos ante la realidad social y psicológica. De esta manera, el cuerpo de análisis se conecta por medio de las entrevista, y con el objetivo de la investigación

Análisis del contenido como planteamiento de temáticas más allá de lo descriptivo

Como último nivel, se implementó un análisis del contenido, con el fin de analizar temáticas previamente construidas a través de la teoría y que complementaron o diversificaron los resultados encontrados en el discurso de los participantes (Rapley, 2014). No sólo se construían las temáticas generadas de la teoría, sino también del acercamiento previo al trabajo de campo de ciertos informantes que mencionaban su experiencia de manera anecdótica en relación con su experiencia al haber probado la ayahuasca en situaciones particulares.

Los sujetos participantes como parte del proceso de selección: de la practicidad a la confiabilidad del relato

Se optó por la elección de tres sujetos como parte del proceso de selección para que formaran parte de las entrevistas a profundidad. Los dos primeros se seleccionaron el mismo día que fue efectuada la ceremonia. Se logró un acercamiento por medio del *rapport,* características similares de proximidad en el ritual y predisposición de los sujetos para colaborar con la investigación. El tercer participante se seleccionó gracias a una conexión previa de amistad, en relación con el objetivo de la investigación, con respecto a la confiabilidad de la narrativa. Su experimentación con la ayahuasca había sido relativamente reciente y permitía un proceso de reflexividad más allá de la experiencia inmediata, descartando emocionalidad desbordada debido a una vivencia próxima. Asimismo, se optó por este último participante debido al conocimiento del investigador sobre la conducta y el comporta-

Tabla 1. *Características generales de los participantes*

Participante	*Edad*	*Escolaridad*	*Veces de experimentación con la ayahuasca*	*Experiencia en psicoterapia*
Nora	40	Licenciatura	1	Sí
Manuel	32	Licenciatura	1	No
César	26	Maestría	2	No

Fuente: elaboración propia.

miento ético reflejado en el relato del sujeto; lo que añadió la confiabilidad a su discurso (Moriña, 2005).

Consideraciones éticas

La presente investigación se sujetó a lo establecido en el reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud (2014), título segundo, denominado "De los aspectos éticos de la investigación en seres humanos", capítulo I el cual, a través de los artículos 13 y 16, protege la privacidad del individuo sujeto de investigación, y del artículo 14 que considera que se contará con el consentimiento informado y por escrito del sujeto de investigación, así como del artículo 17 que considera investigación sin riesgo cuando no se realiza ninguna intervención o modificación intencionada en los individuos, porque se trabajó con entrevistas.

Descripción de la ceremonia de ayahuasca: relato *etic* en relación con el proceso de inmersión psicológica del consumo del enteógeno

La siguiente descripción forma parte del contexto para entender de los aspectos ritualistas en relación con la visión *etic*. Sin embargo, no pretende ser una descripción densa del consumo de la ayahuasca como ritual, debido al alcance del presente artículo.[2]

[2] Se espera que esta experiencia se desarrolle de manera más extensa en los subsiguientes artículos planeados de la investigación primaria.

La ceremonia se realizó el primer viernes de junio de 2023. Se nos había citado a las ocho de la noche, previa confirmación y depósito para la participación.[3] La preparación para dicho evento fue una dieta durante una semana que consistió en la suspensión del consumo de cualquier tipo de carne roja y pollo, así como de otras sustancias como alcohol y/o estimulantes. Participaron alrededor de 15 personas en una terraza que se ubicaba en un lugar céntrico, al suroeste de la ciudad de Guadalajara. La primera hora consistió en la explicación del ritual, ciertas indicaciones y algunas sugerencias, no sólo para evitar cualquier problema o inconveniente que se pudiera presentar durante el ritual, sino para lograr cumplir con el objetivo de la asistencia a la ceremonia.

El grupo que dirigió la ceremonia estaba conformado por un guía, tres ayudantes y cuatro músicos; si bien cada miembro tenía actividades muy específicas, algunas veces todos podían tener roles diferentes. Junto con la explicación del ritual, la preparación y el desarrollo de éste, la duración aproximada de la ceremonia fue de 10 horas, de las 10 de la noche hasta cerca de la ocho de la mañana del siguiente día. La sesión inició con la primera toma,[4] la música y lo necesario para el control del medio ambiente: luces, preparación de los espacios, incienso, etc. Se les sugirió a los usuarios que permanecieran sentados para una mejor experiencia con el enteógeno. Pasada la hora y media, se les preguntaba a los usuarios si querían una segunda toma, siempre y cuando no tuvieran los primeros síntomas[5] de la ayahuasca.

Durante las próximas siete horas, el proceso de introspección dependía de la capacidad del usuario para dejarse llevar por el impulso inicial propiciado por la sustancia.[6] Además de las vivencias personales experimentadas por los participantes de manera individual, al final se intercambiaron los puntos de vista de lo vivido, desde una óptica psicológica, corporal y fenomenológica. El guía daba su explicación de una forma mezclada entre la espiritualidad y la psicología.

[3] El precio para formar parte de la ceremonia fue de 1 500 pesos mexicanos.

[4] Su consistencia es viscosa y se relaciona con su característico color negro opaco. No hace contraste con su sabor, que es de un amargor profundo, menos intenso que otros enteógenos característicos debido a sus propiedades amargas (peyote).

[5] Los síntomas se describen de manera detallada en el apartado de los resultados.

[6] Al parecer, la activación de la introspección profunda y su conexión con la sustancia se presenta en el momento del primer vómito como una función catártica.

La descripción anterior busca contextualizar al lector para una mejor comprensión de los resultados, los cuales se enfocan en las características de lo vivido y en las narrativas de los sujetos, independientemente del proceso descriptivo arriba expuesto.

Resultados

Los resultados forman parte de las temáticas preestablecidas en los objetivos de la investigación y los derivados/encontrados en las entrevistas con los participantes seleccionados. Las temáticas se centran en las expectativas que tenían los participantes antes y durante la ceremonia de ayahuasca, así como en los resultados directamente relacionados con los procesos espirituales y psicológicos que percibieron al momento de realizar el ritual. Finalmente, se indagan algunas temáticas complementarias que abonarían a estudios posteriores para el entendimiento de otros aspectos fenomenológicos del consumo de enteógenos en contextos ritualistas y urbanos.

Expectativas previas al consumo de ayahuasca

Estos resultados se centran en tres expectativas relacionadas con los procesos y los procedimientos conectados con el acto de consumir ayahuasca en el ritual. Éstos se entrelazan con los objetivos personales y su vínculo con las búsquedas espirituales y psicológicas; sin dejar de lado lo que podría pasar en el proceso: cómo se dará y de qué manera el participante se conectará con él.

Expectativas ritualistas

A: O sea, ¿tenías altas expectativas?

N: Sí, tenía miedo también porque yo nunca siquiera he fumado mariguana. Entonces sí era como que: no le he entrado nunca a nada, entonces, si me quedo pendeja más de lo normal, ¿qué va a pasar? Y bueno, el chavo me

decía que nada, que el DMT te libera, que ni me acuerdo como se llama esa madre, que ni es una droga porque el mismo cuerpo lo produce; entonces estimula la glándula pineal que está asociada a la situación divina, y así, entonces, yo decía: ¡ay qué bonito todo! Dije: ¡a toda madre!, ya puedo ser drogadicta con un propósito, y sí tenía el miedo un poco de qué me va a pasar, y como no iba sola, íbamos otros dos o tres personas… Pero igual en la instrucción dicen que no te quedes cerca de ellos, para que cada uno pueda llevar su proceso y ya pues te presentan al "chamán". Él va a dirigir la ceremonia; era un peruano; sí yo creo que era peruano, y te dicen que vas a pasar a la primera toma.

Expectativas psicológicas

A: Pero ibas con la expectativa de trabajar cosas psicológicas.

M: Sí, muy en el fondo, a pesar de esta cuestión de no creer en muchas cosas…

A: Por ejemplo…

M: No sé; como que iba con los doctores y yo no veía ningún avance en la cuestión de la espalda. A raíz de esta onda de la ayahuasca pues sí sentí cierta mejoría.

A: ¿Pero alguien te dijo que era por lo psicológico o tú te diste cuenta de que cada vez que tenías un conflicto emocional se te manifestaba ahí?

M: No, yo me di cuenta a partir de que empecé a agarrar este cargo, como que ya lo traía; sentía que era una cuestión psicológica que se me iba acumulando con ciertas emociones. Y ya cuando tomé este cargo pues era más lidiar con personas, con jefes, con trabajadores. Cada vez que tenía cierto roce estaba, pues, simón, haz lo que quieras, tú tienes la razón y ahí se me acumulaba y empezaban. Y ahora que he estado saliendo con … pues también diario que teníamos ese conflicto yo decía: no mames aguantar estos güeyes y todavía aguantar a la pinche gente, como que no. Y ahí sentía la acumulación del dolor en la espalda… por algo psicológico, pues.

Expectativas espirituales

A: Y la primera vez tenías expectativas… Bueno, más allá de lo que me habías contado de que a lo mejor era muy fuerte, ¿tenías expectativas muy particulares?

C: No tan particulares, porque realmente no sabía qué me iba a encontrar, la verdad. De ponerme un objetivo pues como era mi primera vez y con lo que me han contado no quiero contaminarme. Quiero estar a gusto en la experiencia, algo así particular ¿no?, dije: yo estoy abierto a lo que venga, a lo que me van a enseñar, me van a enseñar algo malo pues voy a ver cómo lo interpreto.

A: ¿Que habías escuchado?

C: En general cosas medio negativas en el sentido de que era algo fuerte, u otra cosa que me hacía ruido es que dijeran: "No, la ayahuasca es ver el infierno… los demonios". Bueno, no tenía idea, pero a lo mejor te saca muchas cosas malas pues como que todos los que van, es porque tienen algo malo siempre. Es como una constante, porque esas eran las referencias que tenía, bueno, no me voy a anclar tanto en eso, yo voy a experimentar lo que yo sienta. Sí sentía en menor medida miedo de verga, sí estará tan cabrón como dicen, que te va a sacar los demonios… Pero eso nunca me limitó para ir. Pero sí había escuchado eso en mi círculo, que es muy fuerte o de mucho respeto, que es la máxima de los alucinógenos, que no cualquiera le entra. Dije: pues bueno.

Aspectos fisiológicos durante el proceso ritualista: la preparación del cuerpo para el inicio del trabajo psicológico introspectivo

El proceso de asimilación de la ayahuasca se da en la absorción de la sustancia y su resultado corporal. La somatización se va presentando como parte de una etapa preparatoria en el que la participante empieza a manifestar síntomas tales como mareo, alteración de los sentidos, exacerbación de los estímulos ambientales; para terminar en una situación relacionada con la purga (vómito y diarrea) y dar paso al verdadero proceso de introspección profunda: el miedo, la catarsis y el comienzo del trabajo espiritual y psicológico.

N: Nos regresamos y a los 20 minutos de eso ya comencé a sentir ahora sí como si me hubiera empezado a relajar mucho… Y te empiezas a relajar de ay, que a gusto estoy. Creo que más o menos por ese momento el guía empieza a tocar como con una mandolina, no sé, y empieza a cantar que el universo y la madre. La verdad no sé qué cantaba. Yo tenía los ojos cerrados; entonces los abrí después de que empecé a sentir como si me hubieran hecho algo, pero no tocándome sólo pasando las manos; entonces cuando ya no lo sentí abrí los ojos. No te dicen que no los abras; entonces lo vi retirado de mí y empecé a ver que la música salía. Ahí fue donde dije: okey, esto ya hizo efecto. La música salía del instrumento, así como las notitas musicales, con unos colores preciosos , no tanto fosforescentes pero sí como en HD, muy vivos, y yo me reí. Dije: cómo es que están saliendo las notitas musicales de la cosa esa; yo ya le había oído al chavo decir que de pronto empiezas a ver colores muy bonitos. Entonces dije: a lo mejor me estoy sugestionando; todo hasta ahí era muy divertido, estoy muy relajada, qué bonitos los colores que vi, me siento muy en paz…

Miedo y su relación con el proceso de purga: vomito y diarrea

A: ¿No sentiste cosas en el cuerpo?

M: No, nada, en la primera toma nomás de repente el estómago revuelto; entonces cuando me ofrecen la segunda toma me la tomé. En la primera toma yo también había escuchado que sabe bien mal y fuerte… Lo primero que hice fue olerla y lo primero que me conectó fue que huele al agave cuando está muy cocido: me dio ese olor concentrado. Y dije: pues huele… Me lo reventé y dije: no voy a tomar nada más que esta madre, no me voy a meter ni agua ni gajitos de naranja, así como va no voy a tomar ni agua ni naranja: que sola haga el efecto. Pero ni así, eso fue en la primera toma; en la segunda me sentía mareado en cuestiones físicas, pero no me sentía centrado. Me tomé esa segunda y fue cuando empezó esta reticencia que decían: déjenlo que entre, y yo decía: no, ni madres.

A: ¿Tenías miedo?, ¿a qué?

M: Miedo a no sé, a encontrar todas… Encontrarme a mí. En un momento me venían todas las personas con las que he convivido y, de alguna manera he afectado. Por lo general son ex novias o amigas con derechos que querían algo serio conmigo y yo decía: no, ni madres. Todavía estaba consciente, pero decía: no, me van a salir los demonios de estas morras o de la banda que yo he afectado.

A: ¿Y por qué sentías eso, si los habías afectado?

M: Pues yo creo que sí en la cuestión de que querían algo serio, y yo pues no: de lejitos se ven los toros.

A: ¿Crees que el efecto está relacionado con el vómito?

C: Sí, en el sentido de que cuando sientes que ya estás viendo los efectos físicos en tu organismo o lo vomitas y lo sacas y empieza el efecto o si se da la sensación del vómito y logras apaciguarla, ya ese es el umbral de cuando ya te pega. Me acuerdo que cuando vomité ya fue así como que me recorrió todo el cuerpo y dije: ya estoy adentro.

A: ¿Entonces el vomitar está relacionado con entrar al efecto?

C: Ajá. No tanto vomitar; más bien la sensación de vomitar, y si ya la despejas de cualquier modo ese es el umbral de cuando ya te pega, cuando ya viene a ti.

A: Y de ese proceso, ¿estás consciente de todos los demás? Que también están vomitando o experimentando cosas.

C: Ajá, yo lo sentí más como la percepción que quiera poner uno, porque uno está muy clavado en lo suyo; pero como yo soy muy curioso siempre abría los ojos y veía a los demás y les ponía un poco de atención y veía que el de al lado estaba vomitando, a los demás los veía moviéndose o temblando. Se me hacía chido comparar eso y abría los ojos y me sentía en esa comunidad de qué chido, todos estamos experimentando eso. Entonces todos estamos experimentando el mismo efecto y veía a los otros, cada quien en su pedo. Y empezaba yo a hacer movimientos con el cuerpo, y ya que me daba cuenta pues me estaba moviendo con la música; seguía mucho el ritmo de la música con la cabeza…

El gasto energético y corporal por el proceso terapéutico

A: O sea que siempre estabas tenso.

M: Sí, y a la hora de vomitar…

A: ¿Vomitaste a la segunda?

M: No, nunca vomité; yo fui al baño y aventé, en este caso, la medicina

A: ¿Hiciste chorro o normal?

M: No, hice chorro, y apestaba bien culero: gacho, gacho. Y a pesar de que apestaba bien gacho me quedé ahí unos cinco minutos. No sé, pierdes la percepción del tiempo, pero siento que me aventé unos 10 minutos ahí adentro en el baño y fue cuando sentí: esta madre ya me va a pegar, y cuando el vato dijo: saben qué ya se va a terminar la ceremonia…

Aspectos psicológicos y percepciones relacionados con el consumo de ayahuasca

En esta etapa el participante se encuentra bajo los efectos de la ayahuasca. Su conciencia esta acrecentada y puede percibir nítidamente los estímulos a su alrededor; en especial, la música y las indicaciones del guía de la ceremonia. Sin embargo, al mismo tiempo empieza la etapa de introspección profunda: análisis de los recuerdos y aspectos psicológicos significativos que permanecen en la memoria del usuario y que tienen relación con aspectos no trabajados desde la óptica psicológica.

De esta manera, surgen duelos, pérdidas, relaciones disfuncionales y otros "traumas" que el sujeto conecta de manera inconsciente. En cierta manera, el estado de la conciencia acrecentada permite el proceso de introspección y trabajo terapéutico.

N: No, yo estaba muy en mi pedo y antes de eso sí oía a la que estaba gritando o así. En ese momento se desapareció todo. Aunque yo siempre haya tenido conciencia, de donde estaba, cuando me tranquilicé un poco no sé exactamente cual pensamiento me llegó a mi tema con H. No sé cómo llegó…

A: ¿Los pensamientos seguían siendo como cuando uno está pensando en algo y lo va conectando con otra cosa…?

N: Sí, pero mucho más lento. Hay veces que estamos pensando como cuatro cosas a la vez y en ese ínter a lo mucho yo me sentía pensando en una sola cosa. No podía pensar en varias al mismo tiempo… Entonces creo que, si te destapa, la medicina destapa cosas que a lo mejor no quieres ver o saber. Por ejemplo, fue conmigo uno de mis amigos y él tiene mucho miedo de morirse; para él era algo muy fuerte y parte de lo que él trabajó. Dios que inmediatamente, en cuanto se tomó la primera toma, creo que se tomó una y media, dice que empezó a sentir que estaba muerto y que le hablaba a la gente y la gente no le hacía caso. A lo que voy es que a mí me ayudó a sanar, que al final de cuentas, fue lo que me atrajo cuando el chavo me dijo que es una medicina que te ayuda.

¿Es el uso de la ayahuasca un proceso de introspección profunda?

M: Es una introspección muy fuerte, en términos de que la gente no está acostumbrada a pensar en sí misma o se hace muy pendeja y no trabaja eso. Y eso te obliga a pensar y ése es el punto, como que si nunca has trabajado la introspección. Es una cuestión muy reveladora, porque nunca has trabajado en eso, porque de alguna manera ya lo sabes…

A: ¿Pero te llegan imágenes o respuestas? ¿Cómo te llega esa introspección?

C: Me llegó como un… No sabía cómo articularlo hasta que esta vez dijo el guía: traten de hacerse preguntas muy puntuales. También lo dijo la primera vez, pero como que yo lo ignoré. Dijo: hagan una pregunta bien hecha; no piensen mucho; formulen una pregunta. Me quedé con lo del doctorado y la pregunta de investigación tiene que abrazar todo; eso lo trabajé; aparte lo de la investigación. Dije: ah, no mames, sí es cierto. Pero concéntrate en una pregunta, en que pregunta te vas a hacer, como que me distraje del pensamiento de tratar de armar una pregunta y empecé a pensar en mi relación con F.

A: ¿Pero es como una invocación?

C: Estás consciente de que tienes que preguntar algo, pero el hecho de querer hacer una pregunta volvía difícil formularla. Tengo que hacer una pregunta. ¿Cuál? No sé y mejor empecé a pensar por qué terminamos.

¿Es el uso de la ayahuasca un proceso terapéutico?

A: ¿Es terapéutico?

C: Sí, como que me hablara la ayahuasca, no. Nunca he sentido un ente que me hablara, hasta ahorita no. Más bien no sé a quién le hago mis preguntas que yo mismo me respondo., No sé. La segunda vez me imaginaba que alguien me escuchaba, pero pues soy yo solo el que estoy hablando conmigo… la última vez sí fue más terapéutico… Esa segunda vez yo quería alucinar, tener un viaje onírico, pero no se dio nada de eso. La segunda vez fue NO… Vas a ver a tus amigos, sobre todo a tu ex pareja… Fue terrenal sin pedirlo, sólo se dio así y no luché contra eso. Al principio me pegó y vi todo eso; no me quise resistir…

A: ¿Entonces trabajaste la primera vez cuestiones del pasado?

C: Un poquito, sí, es que fue sensorial la experimentación de cosas corporales y mentales. No tienes… como la metáfora de si un bebé nace y ve el mundo es un mar de sentidos. No sabes lo que está pasando, y como estaba consciente de estar en ayahuasca, dije: no me quiero enfocar en asustarme, que todas las sensaciones vengan a mí, y si es cierto lo que dice el guía, ves los tres niveles: estás arriba y luego veía mis relaciones y decía: no, ahorita no estoy listo para trabajarlo, y lo dejaba ahí, y se sentía una paz y decía esto ahorita no…

Aspectos del pasado: cierres no resueltos

A: ¿A qué te refieres?

N: A lo mejor yo y otras personas me llegaron a decir… Quiero encontrar las palabras; creo que es más fácil si te digo lo que él me decía en la conversación. Lo voy a explicar mejor. Ya terminé todo ese choro del porqué, y además de pedirle perdón también fue reclamarle… Me lastimaste un chingo y también a tu familia. Ya cuando él me contesta, no sé si yo lo inventé pero él estaba de blanco. Ah, no, él tenía una guayabera que le gustaba mucho y entonces mi pensamiento así me lo trajo, con una guayabera azul… Él me decía: tú ya debes estar tranquila, tú tienes que estar tranquila porque yo estoy súper bien. El lugar en el que estoy está súper bien y esto no lo hice ni por ti, ni contra ti ni contra mi familia; fue algo que era para mí… Las palabras

exactas no las recuerdo pero fue: el que yo haya decidido irme fue porque era mi necesidad y no tiene nada que ver contigo… Fue casi casi de: no te creas tan importante. Porque yo le decía: es que ya déjame, neta, ya pasaron todos estos años, y él era de no, déjame tu a mí, tú eres la que no me suelta; yo estoy en mi pedo, a gusto, y yo ya estoy mucho más allá de todo esto como de ya no se de los dolores de ustedes y tampoco soy responsable. Me decía eso: suéltame tu a mí, por eso ahí es cuando me refiero que esa respuesta que el me dio a mí no se me olvida ni se me hubiera ocurrido, porque para mí era como de él y sigue atormentándome 10 años después. Me marcó de tal manera que no me puedo olvidar de eso…

A: Eso no me habías dicho.

N: Pues nunca te conté toda la historia. Me llegó ese mensaje en el que él se despide de mí, me da las gracias por lo que vivimos. Pero no de: ah, ya me voy a matar. Fue despedirse y fue muy feo de alguien que sabes que está muerto y estás escuchando un mensaje de voz nuevo. Y dije: ¿cómo me llega tres días después? Se despedía de mí. Entonces sentí la culpa de: no mames, me estuvo marcando y yo tenía el teléfono apagado, una porque no quería contestarle y dos porque quería guardar batería y dije: si le hubiera contestado hubiera sido diferente… Era un mensaje de él justo antes… él se colgó.

Relaciones familiares disfuncionales

A: ¿Pero la veías, alucinabas o te acordabas?

M: Es como desmenuzar a la persona: la ves en tu cerebro y ves todas estas cuestiones en las que ha vivido, el entorno en el que se ha desenvuelto. No la ves como una alucinación, sino como que te viene el recuerdo, pero lo desmenuzas. Y así vi a mi jefa, a mi carnala, a mi tío, a mis carnales. Una cuestión interesante es que a todo mundo le pedía perdón y era el perdón como de un niño. Ya ves que cuando un morrito te pide perdón pues lo ves llorando y te das cuenta de que te lo está diciendo sinceramente y le ves la carita y llora. Yo sentía ese perdón: estaba pidiendo perdón al mundo y a las personas que he dañado…

A: ¿Pero por qué traías ese *trip* de perdón?

M: No sé. Bueno, por ejemplo, con mi mamá y mis carnales soy como de nunca dar un abrazo fraternal, sincero. Siempre está lo de: no te me arrimes tanto. Entonces el perdón venia desde ese punto, como cierto rechazo había mi familia se podría decir…

A: ¿Sí te movió fuerte a ti?

M: Mmm en algunas partes, como en la cuestión de mi mamá y de mis carnales.

A: ¿Ahí lloraste?

M: Sí, sí me agarré llorando, pues cuando te digo que estaba pidiendo perdón, porque llega un punto en el que estás pidiendo perdón y llega otro proceso en el que estás dando gracias a la vida, también veía en un corto periodo de tiempo a T. y a ella la sentía muy aprehensiva como si tuviera un caparazón alrededor. Así la percibía…Y me venía mucho a la mente que ella se abrocha mucho las agujetas, no es como que le daba una vuelta y ya, ella le daba muchas vueltas: tres o cuatro veces. No sé por qué me venía mucho esa onda y decía: no, pues esta morrilla si está bien aprensiva y la veía en su caparazoncito como cubriéndose de todo el mundo y así como abriéndole poquito la puerta a alguien para que entrara, ese era mi viaje.

Relaciones disfuncionales y duelos

A: ¿Cuándo viste a tus parejas, en ese momento o antes?

M: Estaba en el trance y veía primero a S., que fue como de las más recientes, y decía: pues ya fue con esta morra. La vi que entró y salió en ese momento, o sea, pasó y fue esta onda de: pues perdóname, estamos bien y pues ya, que pase otro plan. La mamá de la niña también: ¿sabes qué onda?, perdóname, gracias por todo. Yo creo que con quien más me clavé fue con T. por la cuestión de que, pues estoy con ella, y también una onda que vi fue a mi abuela. Siempre ha habido la cuestión de que si alguien fallece nunca lloro y cuando mi abuela estaba en cama yo veía batallando a toda mi familia y yo decía: pues ya y la vi, no como alucín sino una cuestión de qué fue lo que hice yo por ellá, y pues me tocó cuidarla y cuando falleció nunca le lloré, hasta ese momento en el que la vi ahí. Era un perdón constante: personas que se me

cruzaban en la cabeza en las imágenes a las que yo les había hecho algún daño en ese momento les pedía perdón. Era un perdón así muy sincero…

Catarsis y reinterpretación de la problemática: de lo espiritual a lo psicológico

A: ¿Entonces es una cuestión de introspección, es decir, se arregla la problemática que tienes en el nivel virtual porque solamente es una introspección?

C: No se arregla del todo, pero te da chispazos como luz, lo veo como un laberinto en el que al inicio estaba perdido y la sesión de la ayahuasca te dice por dónde darle…

A: ¿Pero no arregla las cosas, tienes que arreglarlas en la realidad…?

C: Yo lo vi relacionado con la psicoterapia. Nunca he ido pero una terapia o una sesión grupal no te va a hacer el jale. La ayahuasca no te hace el jale, es tuyo, pero te va a mostrar por dónde darle porque uno, si se pierde en las interpretaciones, en ti y en no hablar con personas que te puedan dar su punto de vista… Y hablé lo de mi ex pareja. Es como el ejemplo más claro, pero es como ver otra perspectiva… Es como tener pensado esto desde otra perspectiva y me dio el clic ahí de: no mames, sí es cierto, me dijo el mismo hecho que yo ya tenía interpretado; me lo dijo de otro ángulo y dije: no mames, sí es cierto, lo mismo que hizo él en ese rato, lo hice yo en la ayahuasca. Pensé en esa persona, en mi ex pareja de… Es un laberinto pero la ayahuasca te va diciendo por dónde. No sé si sea de que tú mismo, en esa nueva interpretación o raciocinio, ves que la cosa es real, lo aceptas y, ya sobre eso, lo añades y sigues ese camino, y el que sigue… Le da sentido.

Resultados complementarios: aspectos espirituales del consumo del enteógeno

Mas allá de lo que hemos presentado como aspectos relacionados con el ámbito psicológico, la experiencia del consumo de ayahuasca presenta diversos cuestionamientos en la esfera de lo espiritual; aspectos que pueden ser analizados desde una óptica de la vivencia fenomenológica del usuario

y que permite, en cierta manera, el entendimiento del fenómeno con base en un análisis holístico alternativo.

¿La ayahuasca tiene un espíritu o entidad que guía a la persona en su proceso de introspección?

A: ¿A qué te refieres con el lado espiritual?

C: En el sentido de que mi lado espiritual, no sé cómo darle significado, en el sentido de que siento yo en general… no sé si sea psicológico, pero me di cuenta de cosas personales de cómo soy yo: creo que evito mucho el conflicto con las personas. Siento que pierdo energía peleando, pero siento que esa personalidad evitativa es porque quiero reuir el conflicto y hay cosas que ni yo las he sentido así; pero en la ayahuasca vi que hay cosas que no he sacrificado o no he visto yo en mi postura, pero por no hacerla de pedo digo: simón, güey, lo que digas, pero te estás engañando también tú.

A: ¿Entonces lo resumirías como una sustancia que te ayuda a tener una introspección o crees que tenga un espíritu como tal y te ayuda a entrar en una cuestión de trance.

C: Yo sí creo ahorita que tengo un espíritu, pero no lo he llegado a conocer.

A: O sea el espíritu está…

C: Sí, a lo mejor todavía no tengo la potencia o la madurez o la experiencia para llegarlo a conocer, pero sí creo que está ahí porque si sentía algo, o no sé si es una forma de ese ser ese dios, esa matriz, esa *lattice,* qué se yo, que al momento de lograrlo desaparece, pero al momento de sentirlo, ahí está, yo creo que estaría difícil describirlo.

¿La ayahuasca actúa como un oráculo?

A: ¿La ayahuasca no es un oráculo entonces que pueda ayudarle a ver cosas que van a pasar?

C: Para mí aún no, pero mi compa me ha contado que sí ve cosas que van a pasar; no exacto, pero sí destellos; de: yo creí que iba a durar con esta morra y a las dos semanas me habló… Creo que me hace falta trabajar eso, pero soy

escéptico. La primera vez me dijo: güey, haz esto y esto, que te vaya chido en tu viaje, y me dijo: sí te vi en el trance, y hubo un momento en el que me acuerdo que sí lo vi, entonces lo asocio, pero soy escéptico de: ah, a poco sí. Creo que no es cuestión de una o dos tomas. Si llegas a un nivel vas a empezar a ver cosas… pero… aún estoy escéptico…

Conclusiones

El uso de la ayahuasca como terapia psicológica alternativa brinda al paciente/usuario una opción eficaz para el tratamiento de problemáticas derivadas de la cotidianidad. Su experiencia, y por lo tanto, su percepción, ofrece, en contextos regulados en forma de rituales, presoluciones para el tratamiento, en conjunto con psicoterapias de la medicina hegemónica, y la mejora en la salud mental. Sin embargo, el uso aislado de la medicina alternativa descontextualizada ofrece poca efectividad desde el punto de vista de la mejora psicológica, a mediano y largo plazos (Apud, 2019)

De la misma manera, parece ser que la efectividad en el uso de la ayahuasca para la resolución de conflictos psicológicos va de la mano con la capacidad del usuario para utilizar la introspección como método para analizar y clarificar las problemáticas a las que acudió al ritual. Del mismo modo, el proceso de "permitir" que la catarsis se presente por medio del vómito es de suma importancia para que el usuario pueda tener una experiencia clarificadora en relación con las resoluciones de problemáticas espirituales y, por ende, psíquicas (Loizaga-Velder y Verres, 2014).

No olvidemos que el uso de la ayahuasca en contextos urbanos sigue siendo una experiencia de la medicina alternativa y que, por ende, carece de contextos culturales específicos que validen de cierta manera su eficacia y efectividad, como podría ser el uso de medicina tradicional, que dota de pragmatismo y empirismo este tipo de alternativas para la salud. Su popularidad trae consigue aspectos tantos negativos como positivos, que en un futuro pueden representar aspectos particularmente nocivos en el ámbito de la salud.

Para finalizar, el uso de la ayahuasca en rituales llevados en contextos urbanos ha surgido como una experiencia de afrontamiento que el usuario

de este tipo de medicina alternativa usa y recomienda. Las investigaciones en este ámbito, desde una perspectiva psicológica o descriptiva etnográfica, permitirán en un futuro regular y fomentar, tratamientos comunitarios en salud pública para sus usos en diversas comunidades.

Referencias

Apud, I. (2015). Ayahuasca from Peru to Uruguay: Ritual design and redesign through a distributed cognition approach. *Anthropology of Consciousness*, *26*(1), 1-27. https://doi.org/10.1111/anoc.12023.

——— (2019). Ayahuasca en el tratamiento de adicciones: estudio de cuatro casos tratados en IDEAA, desde una perspectiva interdisciplinaria. *Interdisciplinaria, 36*(1), 133-154. http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1668-70272019000100010&script=sci_arttext.

Apud, I., y Romaní (2017). Medicine, religion and ayahuasca in Catalonia: Considering ayahuasca networks from a medical anthropology perspective. *International Journal of Drug Policy*, *39*, 28-36. https://doi.org/10.1016/j.drugpo.2016.07.011.

Chávez, A. (2020). *Oficios del adulto mayor en Tonalá: investigaciones cualitativas con método biográfico.* Página Seis.

Chávez, A., Orozco, I., y Córdova, P. (2018). Uso y percepción de la medicina tradicional, alternativa y curanderismo en migrantes indígenas de Guadalajara. En A. Chávez, *La juventud y la migración indígena: aproximaciones teóricas y estudios empíricos sobre población vulnerable*. Arlequín.

Loizaga-Velder, A., y Verres, R. (2014). Therapeutic effects of ritual ayahuasca use in the treatment of substance dependence. *Qualitative Results: Journal of Psychoactive Drugs, 46*(1), 63-72. https://doi.org/10.1080/02791072.2013.873157.

Mendieta-Izquierdo, G., Ramírez-Rodríguez, J. C., y Fuerte, J. A. (2015). La fenomenología desde la perspectiva hermenéutica de Heidegger: una propuesta metodológica para la salud pública. *Revista de la Facultad Nacional de Salud Pública, 33*(3), 435-443. https://doi.org/10.17533/udea.rfnsp.v33n3a14

Moriña, A. (2005). *Investigar con historias de vida.* Narcea.

Rapley, T., (2014). *Los análisis de la conversación, del discurso y de documentos en investigación cualitativa*. Morata.

Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud. (2014, 2 de abril). *Nuevo reglamento publicado en el Diario Oficial de la Federación el 6 de enero de 1987* (última reforma publicada). DOF. http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/regley/Reg_LGS_MIS.pdf.

VII. Capital psicológico positivo como factor para desarrollar el bienestar de los trabajadores en empresas mexicanas

Antonio Espinosa Valenzuela[1]
Alfredo Méndez Ramírez[2]

DOI: https://doi.org/10.52501/cc.224.07

Resumen

Introducción: Analizar las representaciones sociales que considera el capital psicológico positivo (CPP) como una estrategia para fomentar el bienestar de los empleados en las organizaciones es una función que los responsables de la salud en el trabajo deben tomar en cuenta. *Objetivo:* Analizar las percepciones sobre el CPP como factor para promover el bienestar psicológico de los trabajadores. *Método:* A partir de un estudio exploratorio en dos organizaciones, con un total de 330 participantes, se analizaron las representaciones en las que se fundamenta la propuesta para incidir en la mejora y el bienestar de los trabajadores con base en el CPP percibido. La resiliencia, la autoeficacia la perseverancia y el optimismo brindan líneas de trabajo para estudios posteriores y se relacionan con la salud y la seguridad en el trabajo. *Resultados:* Se presentó una mayor incidencia en el optimismo y en la resiliencia y se requiere fomentar la autoeficacia y la perseverancia para generar un mayor bienestar psicológico en los trabajadores.

Palabras clave: *bienestar psicológico, capital psicológico, representaciones sociales, entorno organizacional.*

[1] Doctor en educación a distancia y tecnología instruccional y profesor-investigador en la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de San Luis Potosí (UASLP), México. ORCID: https://orcid.org/0000-0001-9429-8087

[2] Doctor en educación a distancia y tecnología instruccional y profesor-investigador en la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de San Luis Potosí (UASLP), México. ORCID: https://orcid.org/0000-0002-9834-0307