

Hipnosis, Religión, Arte y Cerebro

Entrevista a Martín-Loeches

Jorge Cuadros y Magali Vargas

Manuel Martín-Loeches es Profesor de Psicobiología de la Universidad Complutense de Madrid, y Director de la Sección de Neurociencia Cognitiva del Centro Mixto UCM-ISCIII de Evolución y Comportamiento Humanos; autor de “La mente del ‘Homo sapiens’. El cerebro y la evolución humana”

Jorge Cuadros es Doctor en Biología y **Magali Vargas** es Licenciada en Educación Infantil

Jorge & Magali (Hipnológica): Antes que nada, el agradecimiento nuestro y del Grupo Hipnológica por haber aceptado concedernos esta entrevista, Profesor Martín-Loeches

Martín-Loeches: Encantado de que me hagáis esta entrevista; el agradecido soy yo.



Martín-Loeches

H: Si, como consecuencia de las características del cerebro humano moderno, surge el arte, ¿qué opina acerca de la propuesta de que, a su vez, el arte y la belleza promueven la plasticidad neuronal, en la construcción diaria de un cerebro mejor?

M-L: Curiosa e interesante propuesta, y hasta podríamos decir que la plasticidad neuronal que el arte y la belleza promueven es aquella más relacionada con lo sublime, con lo abstracto, con lo más humano. En realidad, la plasticidad neuronal es algo que ocurre a muchos niveles,

no sólo por el arte o la belleza. La experiencia cotidiana, las actividades que realizamos cada día, modifican nuestro cerebro en mayor o menor grado en función de la profundidad con la que las cosas nos emocionan, nos impresionan. Qué duda cabe que la belleza y el arte nos conmueven, nos emocionan, de ahí que su contribución a cambios sutiles en el cerebro sea probablemente mayor. Además, el arte se puede entender como la puesta en marcha del objetivo más supremo de nuestro cerebro: la búsqueda de conceptos, de abstracciones, de esencias. Pero las abstracciones e ideas que nuestro cerebro encuentra a través del arte son a veces tan irreales, tan imposibles en el mundo real, que no es para nada atípico encontrar que muchos artistas sufren al no ser capaces de plasmar en un medio físico (sea un cuadro, un poema, o una partitura) lo que su cerebro ha producido. Una vez más lo que más mueve el arte son nuestras emociones, y las emociones son el motor de todo.

H: En relación con esto, el síndrome de Stendhal, por ejemplo, está constituido por un cúmulo de fenómenos hipnóticos provocados por un “exceso” de belleza, en lo que correspondería a un “estado de conciencia diferente”; estrictamente, un trance hipnótico ¿esto debería tener un correlato en la actividad de nuestra corteza cerebral y en la neurogénesis?

M-L: Seguro que sí. Yo lo relacionaría además con lo sublime, una de las características de ciertas obras de arte que han preocupado a los filósofos del arte desde al menos el tiempo de los griegos. El arte es capaz de provocar estados alterados de conciencia, y entre ellos un estado hipnótico caracterizado por una desbordante focalización hacia ciertos aspectos, las más de las veces inefables, de la obra de arte. Es la atención por la atención, sin necesidad de lenguaje, el pensamiento en su estado puro. Es un fenómeno que muchas religiones han explotado desde la más remota antigüedad.

H: Estos denominados “estados alterados de conciencia”, que se pueden conseguir mediante sustancias alucinógenas, ¿también se pueden alcanzar, entonces, de manera natural, mediante la inducción de un trance hipnótico, e inclusive de forma espontánea?

M-L: Los estados alterados de conciencia se pueden conseguir de muchísimas maneras, y la historia de la humanidad está llena de ejemplos de cómo el ser

humano ha sabido encontrar esos caminos que están a la base de numerosas experiencias religiosas y, por ende, de la religión misma. Ya hemos hablado del arte como forma de llegar a esos estados. Y no se nos escapa que el arte y la religión están tremendamente unidos, aunque por supuesto no son lo mismo. Incluso en aquellas religiones donde la representación figurativa está prohibida, como el islamismo, el arte aparece en formas geométricas cuya contemplación puede llevar estados alterados de conciencia, como los mandalas de las religiones hinduistas. La música, especialmente la repetitiva, es otra forma muy extendida de inducción al trance en muchas religiones. Y los olores. Un ejemplo muy cercano y cotidiano a nuestra civilización occidental podría ser una iglesia, llena de arte y simbología, tanto en las pinturas de sus paredes como en su estructura constructiva, donde la luz que entra es modificada mediante vidrieras, donde resuenan cánticos y música de órgano, y donde el olor a incienso es fuerte y envolvente. Si no fuera porque, en nuestra sociedad actual, muchos de los que asisten a un escenario como éste se autocontrolan de alguna manera por el “qué dirán” las otras personas que acuden al acto litúrgico, el número de trances y estados alterados de conciencia que se pueden conseguir, sería muy alto.

Otra forma muy extendida de alterar la conciencia es a través del dolor. Algunos santos anacoretas de la época visigoda, aquí en España, llegaron a vestir pieles de oveja con el pelaje hacia el interior, incluso durante épocas de gran calor, con el fin de hacer sufrir al cuerpo. Con el sufrimiento se liberan muchas endorfinas, sustancias que el cerebro produce y de las que son agonistas precisamente las sustancias alucinógenas. El trance hipnótico ya de por sí es un estado alterado de conciencia, y la consecución espontánea de estados alterados de conciencia es fácil cuando se tiene práctica.

H: Comenta en su libro que la “sugestionabilidad” es variable entre las personas, y que esta variabilidad podría tener un origen genético. Además del VMAT2, se han descrito, por ejemplo, polimorfismos de la COMT que correlacionan con una alta hipnotizabilidad. ¿Qué opina acerca de que, como se ha sugerido, las personas altamente hipnotizables, con una predisposición genética específica, podrían también ser altamente eficientes favoreciendo la activación de procesos auto-curativos, un ejemplo de los cuales sería el “efecto placebo”?

M-L: El efecto placebo es una de esas cosas curiosas que, a lo que parece, sólo posee nuestra especie. Efectivamente, tener efecto placebo es muy adaptativo y ventajoso. Su origen parece estar en la credibilidad que tenemos hacia lo que nos dicen los demás, especialmente hacia autoridades y personas en quien tenemos gran confianza. Esa credibilidad, que no es otra cosa que sugestionabilidad y, por ende, hipnotizabilidad, es efectivamente variable, aunque presente en mayor o menor grado en todos los seres humanos. Puede llegar a

ser tan eficaz o más que un analgésico producido por nuestra más reciente y flamante industria farmacéutica. Muchas de nuestras dolencias no son tratadas de manera etiológica, es decir, abordando la causa, sino que simplemente se nos suministran analgésicos para no sentir dolor mientras nuestro cuerpo lucha contra la enfermedad, como forma de salir del paso y poder llevar una vida normal y seguir con nuestras actividades. Esto mismo, como mínimo, es lo que consigue el efecto placebo, de ahí que tuviera ventajas indudables desde el punto de vista evolutivo.

H: Y, esta capacidad auto-curativa, por lo demás natural, aunque variable entre las personas, ¿podría haber servido en los inicios del pensamiento religioso para reforzar la creencia en “lo milagroso”?

M-L: Bueno, eso es lo que dicen y yo estoy de acuerdo. El efecto placebo está muy ligado (aunque no necesariamente siempre) a la creencia en una autoridad. La relación entre autoritarismo, creencia, sugestionabilidad, religión, y efectos de la mente sobre el cuerpo (como el efecto placebo) no parece accidental. Es muy probable que en diversas ocasiones las curaciones (o paliaciones del dolor, en cualquier caso) producidas por el efecto placebo hayan servido de “evidencia” de la eficacia de determinadas ideas o personas con autoridad religiosa. Y como nuestro cerebro, hecho para razonar sólo muy pocas veces de manera lógica, suele mirar más hacia una evidencia que confirme su creencia frente a mil evidencias que la contradigan, el resultado es fácil de predecir.

H: Entonces, independientemente de la existencia o no de Dios, la religión, como el arte, ¿sería el resultado de un cerebro humano, con una gran memoria operativa, capaz de imaginar, capaz de creer en creencias?

M-L: Sin ninguna duda. El arte, la religión y, según algunos (como Richard Dawkins), el mismísimo Dios, son meros productos de nuestro peculiar cerebro. Nuestra gran memoria operativa, es decir, nuestra capacidad para manejar más información mentalmente, puede marcar una diferencia, especialmente a la hora de ser creativos y de buscar causas y consecuencias que no se ven a simple vista. Pero donde mejores frutos ha dado siempre, y sigue dando, es en la tecnología, la ciencia o el arte. No estoy muy convencido de que la memoria operativa al servicio de la religión haya dado frutos loables, al menos no todos. Más bien ha servido para dar respaldo a ideas muchas veces disparatadas desde el punto de vista de la razón e incluso del corazón (si se me permite la expresión figurativa), explotando otra facultad de nuestro cerebro que es la de creer en creencias, algo que es independiente de la memoria operativa. Son muchas las peculiaridades de nuestro cerebro.

