

El ABC de la medicina Átmica

Doctores Hiramalini Sheshadri y Harihara Sheshadri

La medicina moderna tuvo sus comienzos como una disciplina vinculada a la materia y al cuerpo, evolucionando posteriormente hacia una medicina cuerpo-mente en el siglo veinte. Entonces la ciencia descubrió la íntima conexión existente entre lo mental, o sea los pensamientos y los sentimientos, y la estrecha relación que mantienen con la enfermedad.

Resumiendo; la medicina mental esta relacionada con los cambios químicos que se producen en el cerebro a causa de nuestros sentimientos y pensamientos, los cuales afectan a su vez nuestros sistemas nervioso, hormonal e inmunológico y conducen hacia la enfermedad o hacia el bienestar.

El siglo veintiuno resulta muy prometedor en este aspecto, en tanto que, con toda seguridad, puede llevarnos a un paso más adelante, al dominio de la 'medicina del alma'; a la cual nos referimos como 'medicina Átmica', pues 'alma' resulta ser una traducción un tanto pobre del concepto 'Atma'.

Así pues, ¿Qué es exactamente la medicina Átmica? Compartiremos con el lector cuanto hemos aprendido a los pies de nuestro Señor, Bhagavan Sri Sathya Sai Baba, el Doctor de doctores. La medicina Átmica se basa en el concepto de que una entidad llamada la 'suprema, infinita, creativa, amorosa y sanadora inteligencia (Atma)' permea nuestro ser por completo, aunque pueda que no seamos conscientes de ello. Por este motivo se define a dicha entidad como la Inteligencia Superior, la cual reside en nuestro subconsciente. Es una realidad constante y contigua a aquella que penetra todo cuanto fue, es y será (Paramatma); en otras palabras, es omnipresente, omnisciente y omnipotente. El atributo de la plena conciencia o inteligencia le otorga la característica de la omnisciencia, la cual se encuentra en cada una de nuestras células. De hecho, en comparación con esta inteligencia infinita, la relativa a nuestros cerebros conscientes no es mayor que la de un guisante. Por ejemplo, ¡la inteligencia Átmica sabe transformar la dosa idli (desayuno hindú) que comemos, en sangre! También conoce cómo crear un bebé desde una simple y única célula.

El Atma obtiene su omnipotencia de la característica del amor que le es propia. El amor es sin duda la más poderosa energía que se ha conocido nunca. Tal y como nuestro Amado Señor nos ha revelado, fue este amor el que originó la creación. El Paramatma anhelaba dar y recibir amor de modo que empezó a crear Atmas, las cuales fueron envueltas en el vestido de la materia. Se cree que los humanos son la joya más preciosa de la creación, puesto que el Paramatma nos bendijo con la capacidad de experimentar, comprender y refundirnos en Él. Una vez más, la energía que puede ayudarnos a alcanzar tal objetivo es el amor.

A pesar de que este amor omnipotente reside de forma latente en el interior de todos, desafortunadamente la mayoría de nosotros tan solo experimenta destellos de él a través del kaleidoscopio de la vida. Comúnmente como el amor de una madre por su hijo, o el existente entre un padre y un hijo, un marido y su esposa, entre hermanos, amigos, maestro y alumno, doctor y paciente, etcétera. Al estar tan preocupados por la Maya (ilusión) de la vida no nos damos cuenta ni experimentamos el poder del amor. Todavía no hemos aprendido a cultivarlo y usarlo para el bien de todos.

La principal razón de tal fracaso es que siempre contemplamos a Dios, el mundo, a los demás y a nosotros mismos como realidades separadas los unos de los otros. Nunca se le ha permitido al amor que hay dentro de nosotros crecer hasta su máxima

expresión y potencial. Las formas-pensamiento del 'Yo', 'mí' y 'lo mío' han estancado este crecimiento de modo que acabamos equivocándonos como criaturas frágiles, faltas de amor y caemos en la desesperación, la enfermedad y el miedo.

Sin embargo, a lo largo de los siglos hemos sido testigos de Grandes Maestros que se atrevieron a ser distintos. Ellos vieron a los demás como parte de sí mismos y su amor podía fluir hacia los demás libremente. Los recordamos como Maestros de Sabiduría que podían hacer lo imposible; como hombres milagrosos. Pero tan sólo ahora estamos empezando a comprender qué es exactamente lo que les otorgaba tal poder. Se trataba del amor incondicional que emanaban; Bhagavan Baba ha revelado que el amor era al poder que estaba detrás de los milagros que obraban. Como doctores, pues, lo que más nos interesará son las prodigiosas curaciones que lograron.

Debido a su racionalismo en la medicina, el hombre moderno ha tendido al descrédito respecto a las sanaciones milagrosas efectuadas por estos Grandes Maestros. No las consideraron ni merecedoras de estudio o investigación. Y cuando se les mencionaba que el amor era el poder que estaba detrás de tales actos, frecuentemente se burlaban abierta y cínicamente. Estos doctores del mundo actual fueron educados para tratar a los pacientes de un modo glacial, sin sentimiento alguno, y a mitigar sus problemas con medicinas concretas y operaciones. El amor no figuraba como concepto en ningún libro de texto médico, ni de anatomía, ni de ninguna otra asignatura. Lo peor era que el único afecto que las mentes occidentales podían concebir era el 'amor' entre un hombre y una mujer, y les parecía ridículo que pudiera curar nada para la mente racional. A pesar de todo ello han habido hombres valerosos que han osado oponerse a lo establecido y declarar desde sus propias experiencias que el amor es la mayor fuerza sanadora que ha existido nunca; doctores como Joseph Murphy, Bernie Seigel, Dean Ornish y Samuel Sandweiss, por nombrar a algunos.

Intentemos ahora comprender cómo el Atma influencia la curación. Los atributos de omnipresencia, omnisciencia y omnipotencia que en ella reposan pueden resolver cualquier problema, por complejo que sea en términos médicos. Su omnipresencia y conciencia conducen a una comprensión o diagnóstico de la enfermedad, mediante las energías y poder necesarios para lograr el cambio deseado hacia una recuperación. En otras palabras, la sanación proviene del amor infinito inherente al Atma. En este punto surge una pregunta de modo natural y es que entonces, teniendo un Atma tan poderosa residiendo en nuestro interior y alrededor, ¿Por qué deberíamos enfermarnos?

Bhagavan afirma que la respuesta a este interrogante reside en las propiedades de la vestidura que lleva el Atma; el cuerpo y la mente. Veamos qué relación tienen estas vestiduras externas con respecto a los tres atributos de la omnipresencia, la omnisciencia (como inteligencia) y la omnipotencia (amor). Con respecto al cuerpo, hablando de la Presencia, en términos cuánticos, físicamente no somos más que conjuntos de átomos que están en una comunicación constante. Por ejemplo, el oxígeno que desprende una planta en Rusia puede llegar a ser inhalado por mi cuerpo, ser exhalado por mi cuerpo como dióxido de carbono, y éste terminar siendo usado para la fotosíntesis de hojas de espinacas en Japón, para terminar como glucosa en su cuerpo mientras ingiere dichas plantas en el vuelo hacia Puttaparthi. De modo que, ¡todos nosotros estamos compartiendo constantemente partes de los cuerpos de los demás! Sin embargo, nuestros cuerpos no tienen la simetría o relación de contigüidad que poseen nuestras Atmas.



Volviendo a la omnisciencia respecto al cuerpo, el Atma provee la inteligencia a todas las células del cuerpo y a lo que consideramos como el centro de dicho raciocinio, el cerebro. Aunque, la ironía está en el hecho de que allá en lo profundo la célula corporal, de la que ni tan siquiera somos conscientes, tiene infinitamente más inteligencia que nuestros cerebros, ¡los cuáles se encuentran vinculados a nuestras mentes de ego! Nuestros cerebros son como las bombillas y el Atma es la corriente. De la misma forma que las de los quirófanos tienen más vatios y dan una luz mas potente en comparación con una bombilla de 40 vatios, la inteligencia mostrada por los distintos cerebros varía. En función de los siguientes aspectos: genes, desarrollo, nutrición, equilibrio entre bienestar y enfermedad, educación y egoísmo... nuestra inteligencia cerebral va a ser de un modo u otro. Pero en las células de nuestro cuerpo, la inteligencia Átmica es la que lo lleva todo a cabo sin ayuda alguna por parte de nuestros cerebros concientes. La súper-inteligencia manifestada por una humilde célula corporal es abrumadora.

Entonces, ¿Cuál es el papel del amor en cuanto al cuerpo? El afecto hacia el propio cuerpo es universal, está en la base del instinto de la supervivencia física. Para activarlo el Paramatma ha creado un cuerpo en el cual todos los órganos cooperan y trabajan para el bien último del cuerpo. Incluso el mayor aspecto del amor, el sacrificio, se encuentra adscrito al cuerpo. Ante el reto del enemigo, los agentes infecciosos, las células blancas corren a luchar y abandonar sus vidas para que el resto del cuerpo pueda sobrevivir. Debería ser un ejemplo para la sociedad, cómo todos los órganos, siendo tan diferentes entre sí, trabajan juntos para el bien común en total armonía.

La mente por el contrario es un asunto muy distinto. La ciencia médica solía creer que la mente es una función del cerebro y que por lo tanto está bajo la jurisdicción de este órgano. Pero los videntes de antaño solían referirse a la mente-cuerpo como a una entidad que penetraba todo el cuerpo físico. La investigación más reciente apunta a que dicha capacidad de la mente a manifestarse por todo el organismo, muy probablemente sea una realidad. Un ejemplo explicativo de ello sería el experimento que se realizó con unos voluntarios a los cuales se les extrajeron fragmentos de células de la mucosa bucal.

Estas células fueron mantenidas con vida en un entorno nutritivo, y se descubrió que respondían de un modo eléctrico cuando sus donantes (los cuales se encontraban a bastantes kilómetros de distancia de ellas) eran estimulados visual o auditivamente.

Esto nos sugiere que es la mente misma la que permea nuestras células, independientemente de una conexión corporal directa. Así pues, podemos afirmar que lo más probable es que la mente tenga una presencia cierta en cada una de las células del cuerpo. ¿Están entonces nuestras mentes en comunión con las mentes de los demás? ¿Puede la mente de una persona influenciar la de otra? Recientemente se realizaron unos estudios con el método de ocultación de información por ambas partes sobre la eficacia de la plegaria en enfermos, en un contexto de hospitalización de la zona de cuidados intensivos UCI. El resultado mostró que los pacientes por los cuales se había rezado obtuvieron una mejoría significativamente mejor que los que no habían recibido dicha atención. Es conocido el hecho de que nuestras mentes pueden afectar el comportamiento de partículas subatómicas y producir cambios en secuencias aleatorias numéricas generadas por ordenador. Todavía no se ha pronunciado la última palabra sobre el asunto, pero sería razonable reconocer que nuestras mentes son ciertamente 'casi' omnipresentes. Los Vedas (escrituras sagradas de la India) afirman que la velocidad de la mente es mayor que la de la luz. Aunque ciertamente la 'velocidad' del Atma es infinita, y este es el motivo de que se

encuentre presente en todas partes y todo el tiempo; en otras palabras, es omnipresente.

¿Así pues, qué es exactamente la mente? La mente está formada por pensamientos. Los iluminados dicen que la mente nos acompaña ya desde el nacimiento llevando consigo las semillas (vasanas) de existencias anteriores. La medicina moderna está a punto de comprender la más que probable existencia de nacimientos anteriores, gracias a la realización de estudios con la terapia de regresión a vidas anteriores, la xenoglosia. Un ejemplo de este fenómeno sería la capacidad que algunos niños pequeños tienen de hablar en lenguas antiguas ajenas a su contexto actual y que no oyeron ni de sus padres ni de su entorno. En este sentido, incluso hay doctores que aceptan que la mente exista desde tiempos remotos. Hay experimentos con ultrasonidos en cuatro dimensiones, ¡que muestran que los fetos también tienen su propia mente! Después del nacimiento, la mente continúa creciendo a medida que surgen pensamientos y emociones a partir de los estímulos sensoriales.

¿Cuál sería la relación entre la mente y el ego? Los pensamientos le ayudan a uno a construir una visión sobre sí mismo y el resto del mundo. Lo realmente increíble es que del mismo modo que un hilo de lana puede enrollarse y convertirse en un ovillo, los pensamientos se agrupan de igual forma y se convierten en el ego, el cual piensa que tiene una existencia e identidad diferenciadas. Olvida pues, que no es más que un cúmulo de pensamientos y asume para sí la personalidad y la propiedad del cuerpo. Los placeres sensoriales experimentados por el ego todavía lo engordan más. Está tan saturado de sí mismo que raramente reflexiona sobre el Atma. Es de esta forma que el hombre tiende a vivir la vida; cómo si fuera un ejercicio de realidad virtual dirigido por el ego. Asumiendo como verdadera la presunción de que el ego es su identidad real. Mientras que el Atma es totalmente omnipresente y el cuerpo-mente casi lo es, el ego es algo que tan sólo existe en nuestras mentes. No tiene una existencia real por sí misma; de hecho no es más que una criatura de la mente. Esto es lo que Bhagavan Baba nos enseña.

¿No es, pues, una tragedia el que nuestras vidas estén conducidas por el ego? Una pregunta: ¿el ego tiene alguna inteligencia? El Paramatma lo ha bendecido con el acceso a la inteligencia del cerebro. De ahí que un corolario natural sea que la gente muy cerebral tienda a ser más egoísta. ¿Tiene amor el ego? Sí, ¡pero tan sólo para sí mismo! Los estímulos sensoriales lo alcanzan a través del cerebro, y puesto que el ego es por naturaleza egoísta, reacciona ante tales estímulos desarrollando pensamientos y emociones egoístas y rajásicos, tales como el enfado, la lujuria, la avaricia, el orgullo, la envidia, etcétera. El siguiente paso es que estos pensamientos y emociones actúan en los procesos psicológicos, neuronales, endocrinos e inmunológicos y he aquí que nos encontramos ante la receta perfecta para la enfermedad. En otras palabras, cuanto más egoístas, mayor el riesgo de caer enfermos. Hay en la actualidad una base científica suficiente para corroborar este hecho.

Afortunadamente, el corazón también puede afectar al ego. No nos estamos refiriendo al corazón físico, sino a la pequeña llama de amor que existe en nuestras mentes, es decir, la conciencia. En los momentos en que ésta se encuentra liberada del dominio del ego, promueve sentimientos de unidad con la creación, empatía por el prójimo, sentimientos de cuidado, solidaridad, compasión, sacrificio, etc., los cuales parten del amor. Los sentimientos de esta naturaleza nos ayudan a reducir el peso del ego y a eliminar los hilos del pensamiento que lo constituyen. De la misma forma que una tela

se deshace a medida que se deshila y se torna transparente, cuando el ego es reducido, se puede experimentar la presencia iluminadora y la inteligencia y amor del Atma; todos reflejados en la mente. Tal y como Baba dice, la mente es la llave. Si engordamos al ego, bloquearemos el Atma, pero si lo que hacemos es eliminarlo, podemos crear ventanas o espacios a través de los cuales el Atma brille. Desde el punto de vista médico la importancia del ego es de tal magnitud que actúa como una barrera al poder natural sanador del Atma. Así pues, la consecuencia natural será que con la reducción del ego facilitaremos la curación Átmica. Hoy en día disponemos de un suficiente número de estudios e investigaciones al respecto que indican que las personas que viven unas vidas centradas en el amor y voluntariosas para trabajar en organizaciones de servicio tienen unas vidas más largas y saludables. En este sentido Prashanti Nilayam es un clásico ejemplo, tenemos tantos voluntarios entusiastas... ¡los cuales siendo mayores de setenta y cinco años son jóvenes y se mantienen fuertes!

Entonces, ¿Cómo podemos obtener una reducción del ego tan sanadora en el contexto de la medicina? Del mismo modo que sólo un diamante raya a otro diamante, sólo los pensamientos pueden usarse para terminar con el ego, el cual después de todo, sólo es un cúmulo de pensamientos. El primer paso es trabajar hacia tal reducción con la Gracia de Swami. El siguiente es que, como doctores, podemos ayudar a aquellos pacientes que deseen seguir el mismo proceso de reducción de ego enseñándoles a rezar con fe y entrega. También podemos acelerar su progreso rezando por ellos nosotros mismos, puesto que tal y como anteriormente comentamos, nuestras plegarias por los demás funcionan. Trabajando en el hospital de Swami hemos experimentado en primera persona una y otra vez esta verdad.

Hace un siglo una señora estadounidense llamada Mary Baker Eddy entendió todo esto a la perfección. Su filosofía era sencilla: Dios es amor y nuestro padre y madre, y como hijos de Dios, nosotros también somos en verdad criaturas de divino espíritu y no meros cuerpos materiales. Del mismo modo en que fuimos creados a imagen de Dios, también se esperó de nosotros la perfección, y por encima de todo; Dios nos ama y va a hacer lo que sea por mantenernos perfectos. La técnica de esta señora era enseñar a aquellos que lo quisieran el aprendizaje y la experiencia de este amor. Y la consecuencia era que todos se curaban del mal que los aquejara. En función de la receptividad de cada uno, a unos les tomaba más tiempo que a otros, pero ella ayudaba con voluntad y esfuerzo a los pacientes con sus plegarias de intercesión. Como era cristiana, sus explicaciones para argumentar la curación divina tenían su origen en la Biblia, pero su visión nunca fue estrecha ni reduccionista. La Biblia se convirtió en el medio para comprender a la divinidad, no en un fin en sí mismo. El fundamento para la sanación era el amor, y la comprensión de que Dios es amor, que somos los hijos de Dios y de que Su amor nos curará si se lo permitimos. Incluso hoy los seguidores de la señora Eddy, llamados practicantes de la Ciencia Cristiana, siguen sorprendiendo al mundo de la medicina con sus curaciones milagrosas.

Bhagavan Baba ha demostrado la existencia de las curaciones milagrosas en numerosas ocasiones. En las manos de los Grandes Maestros la sanación Átmica es instantánea y milagrosa, puesto que a pesar de estar en el plano cuerpo-mente, viven en la constante conciencia del Atma. De hecho nosotros tenemos experiencias con nuestro amado Bhagavan día tras día. La curación Átmica funciona incluso en las manos de doctores normales como nosotros. Aunque la cura no sea ni instantánea ni milagrosa, los esfuerzos persistentes y consistentes por parte del doctor y un paciente que se abandona en la fe y crece en el amor, reduce el bloqueo egoísta que dificulta la

sanación. Esta curación Átmica, pues, ayuda a que cualquier método empleado para la mejoría, ya sea comida, suplementos nutricionales, medicinas y técnicas mentales, funcionen mejor; los pacientes avanzan progresivamente y son felices. Aún más, los doctores y sus pacientes desarrollan verdaderos lazos de afecto. Todo esto puede llegar al punto en que tal como ocurre en el hospital de Bhagavan, los doctores tienen la seguridad de mirar a un nuevo paciente a los ojos y decirle, “Por la gracia de Baba te pondrás bien.” y efectivamente ¡se ponen bien!

En un caso muy reciente experimentamos la maravillosa curación del amor (¡un término secular para definir la sanación Átmica!) en un sitio llamado ‘El árbol Banyano’, una casa para mujeres indigentes y mentalmente enfermas, dirigida por un grupo de jóvenes chicas con espíritu idealista. Allí llevaron a tres de las personas en mayor estado crítico hospitalizadas en nuestra clínica. Su cuadro era terrible, estaban en la piel y los huesos debido a la malnutrición, destrozadas por enfermedades que les afectaban a múltiples órganos. Encamadas y llenas de llagas, además de enfermas mentalmente. Parecían los seres más patéticos existentes en la tierra. Me pregunté a mí mismo si no sería algo más benévolo el permitirles que fallecieran. Pero entonces miré la fotografía de Baba que había en la pared y me sentí de repente inspirado para decir lo siguiente: “Formaremos tres equipos, puesto que cada una de ellas precisa de mucho cuidado y uno o dos cuidadores no podrán con todo. Hagamos entonces una llamada para obtener voluntarios para formar dichos equipos. Lo que ya sabemos es que están terriblemente enfermas, pero démosles por lo menos todo el amor que podamos. Podemos hablarles y rezar por ellas, cantarles y hacer otras cosas aparte de suministrarles las sondas nasogástricas y las medicinas que requieren. Démosles lo mejor de nosotros.

Llegados a este punto, las trabajadoras sociales y las cuidadoras que habían entrado con un aspecto triste y derrotado se iluminaron. Dijeron, “¡Sí doctor, vamos a intentarlo!” exclamaron con el entusiasmo de la juventud. Para serles honesto, dudé de que las mujeres llegaran a sobrevivir, pero sentí que aunque así fuera, lo menos que podíamos hacer por ellas era darles todo el amor y cuidado que pudiéramos, y por decir algo, intentar remover los cielos intentando una recuperación. Se formaron los tres equipos con alrededor de ocho voluntarios, y así empezó el ‘tratamiento de amor’. Yo solía llamar a menudo para ponerme al corriente de la situación de las mujeres. Finalmente, ¡LAS TRES SE RECUPERARON MILAGROSAMENTE! A mi modo de ver se trataba claramente de un caso de curación Átmica a través del amor. Le di las gracias a Baba; las chicas hicieron lo mismo con la forma que adorasen y los que no eran tan religiosos simplemente le dieron las gracias al misterioso poder que surgió de algún lugar, o sea, de las múltiples vestiduras y formas que el Paramatma viste y usa.

Así pues, aquí es donde debemos afirmar que como doctores que trabajan en el hospital de Bhagavan Baba nos sentimos afortunados de un modo singular, puesto que no ocurre tan frecuente que el Paramatma asuma una forma humana y camine junto a nosotros, y es lo que Bhagavan es – el Paramatma hecho hombre, el Purna (completo) Avatar de Dios! Nosotros los doctores, tenemos la oportunidad de ver en cuerpo físico a nuestro creador y Aquél que es quien REALMENTE cura a nuestros pacientes. Y debo añadir que también a nosotros, puesto que El también elimina los sufrimientos debidos a nuestro propio ego. En términos de medicina, es el Doctor de doctores, ¡Sai Vaidyanatheswara! Ahora que nos adentramos en el ochenta año de Su advenimiento, tan solo tenemos que decirles lo siguiente a nuestros colegas de la profesión; - ¡No se demoren ni un momento más! ¡Recen por la oportunidad de estar en la presencia del Señor! ¡Experimenten la sanación Átmica en primera persona

desde el Paramatma mismo! .Que Su gracia nos acerque a Él. Sai Ram y que Dios les bendiga.

La plegaria debe emanar desde el corazón, donde Dios reside y no desde la cabeza, lugar en el que las doctrinas y las dudas están enfrentadas. La plegaria tiene una gran eficacia. Los visionarios védicos rezaron por la paz y la felicidad de toda la humanidad. Cultiven esa visión universal. –

Baba