



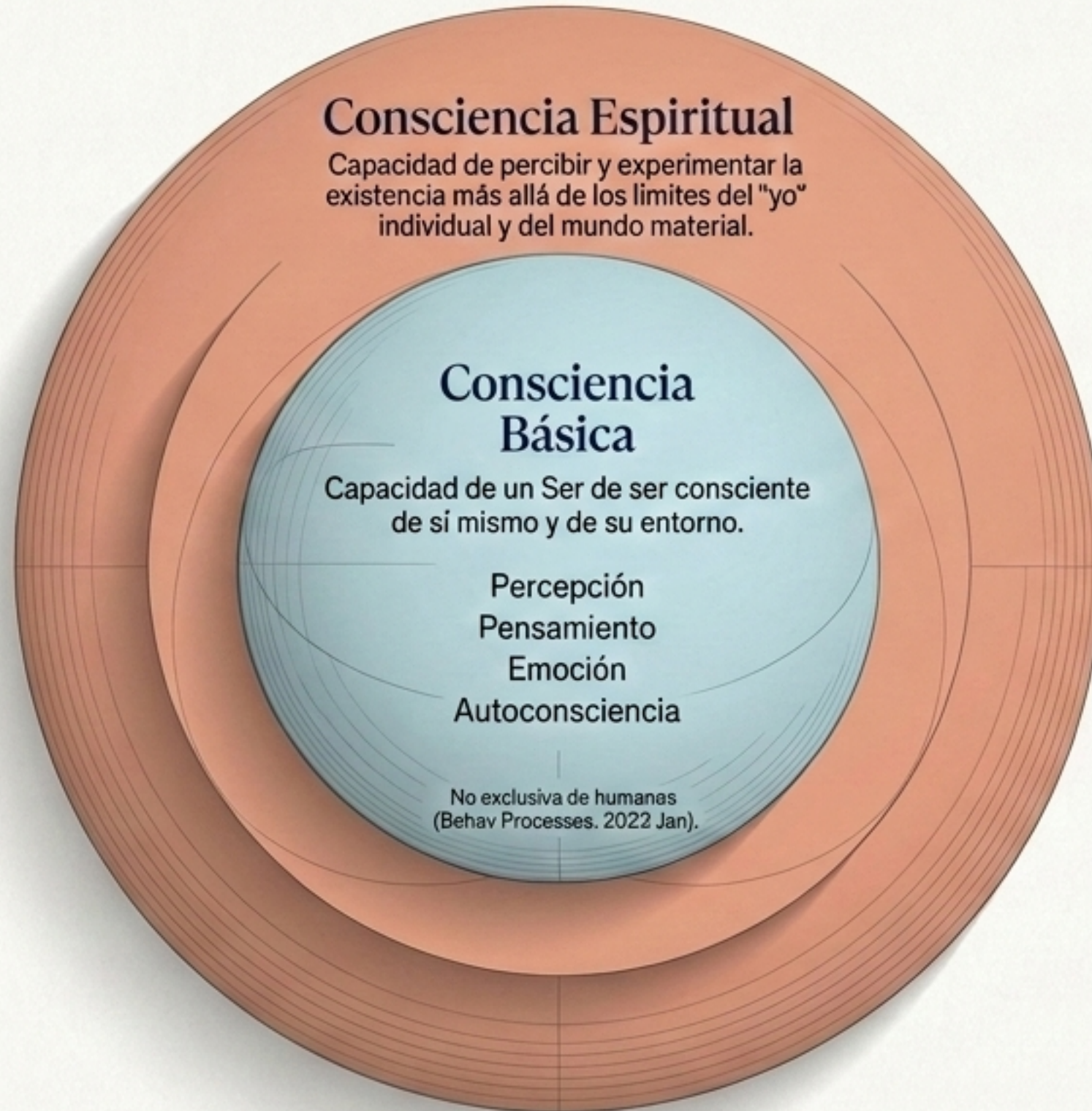
Bases empíricas y neurocientíficas de la consciencia espiritual

Del holobionte al yo trascendente: cómo la biología evolutiva y la neurología validan la experiencia mística

Basado en las investigaciones de John Jairo Vargas (Cafh, abril 25, 2026).



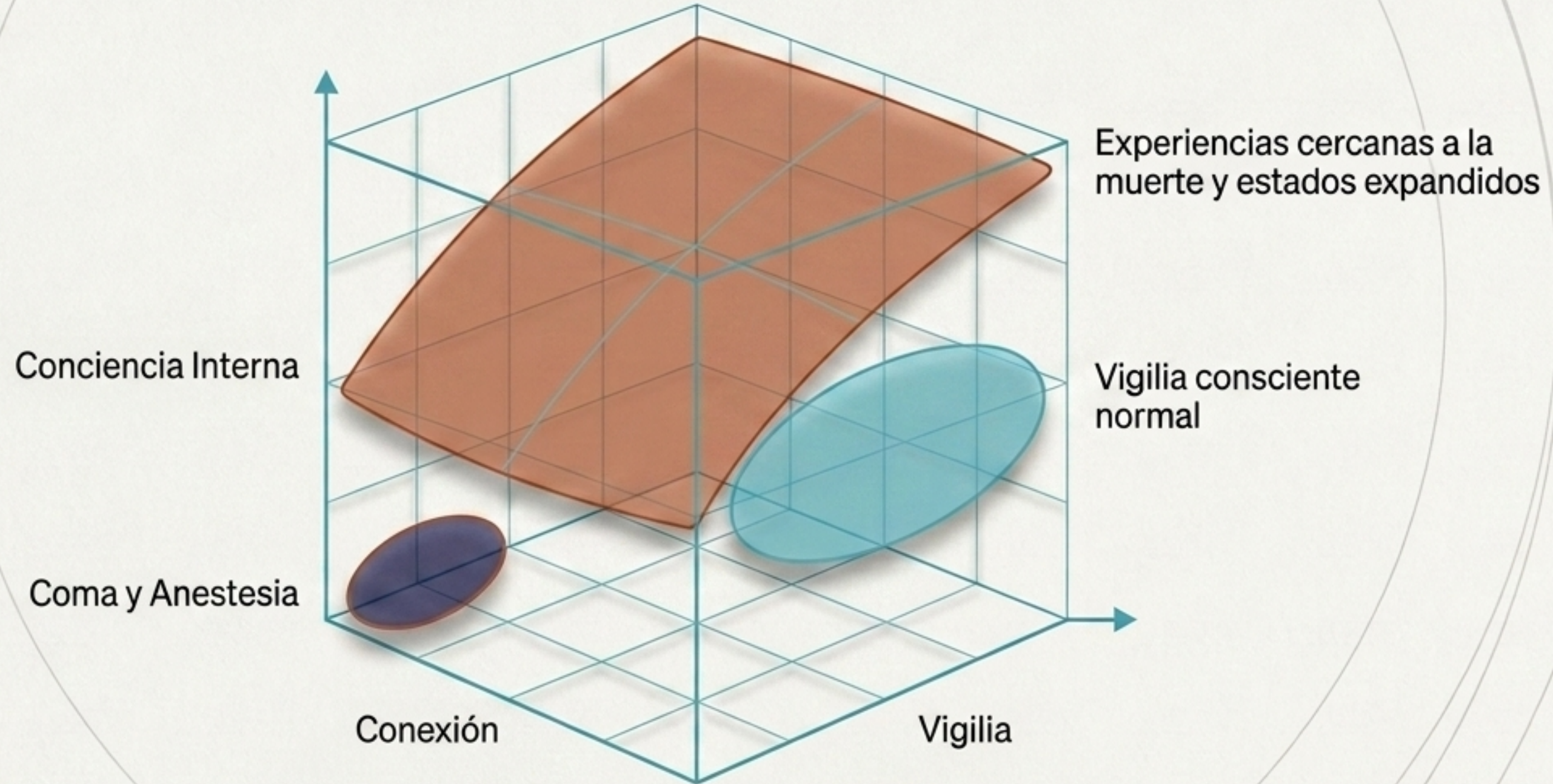
Cartografía Neuronal Fundamentada



“No es solo un proceso intelectual, sino un estado biológico de conexión con algo trascendental.”

Cartografía Neuronal Fundamentada

Dimensiones de la Conciencia: Un Marco 3D



Adaptado de *Trends in Cognitive Sciences*.

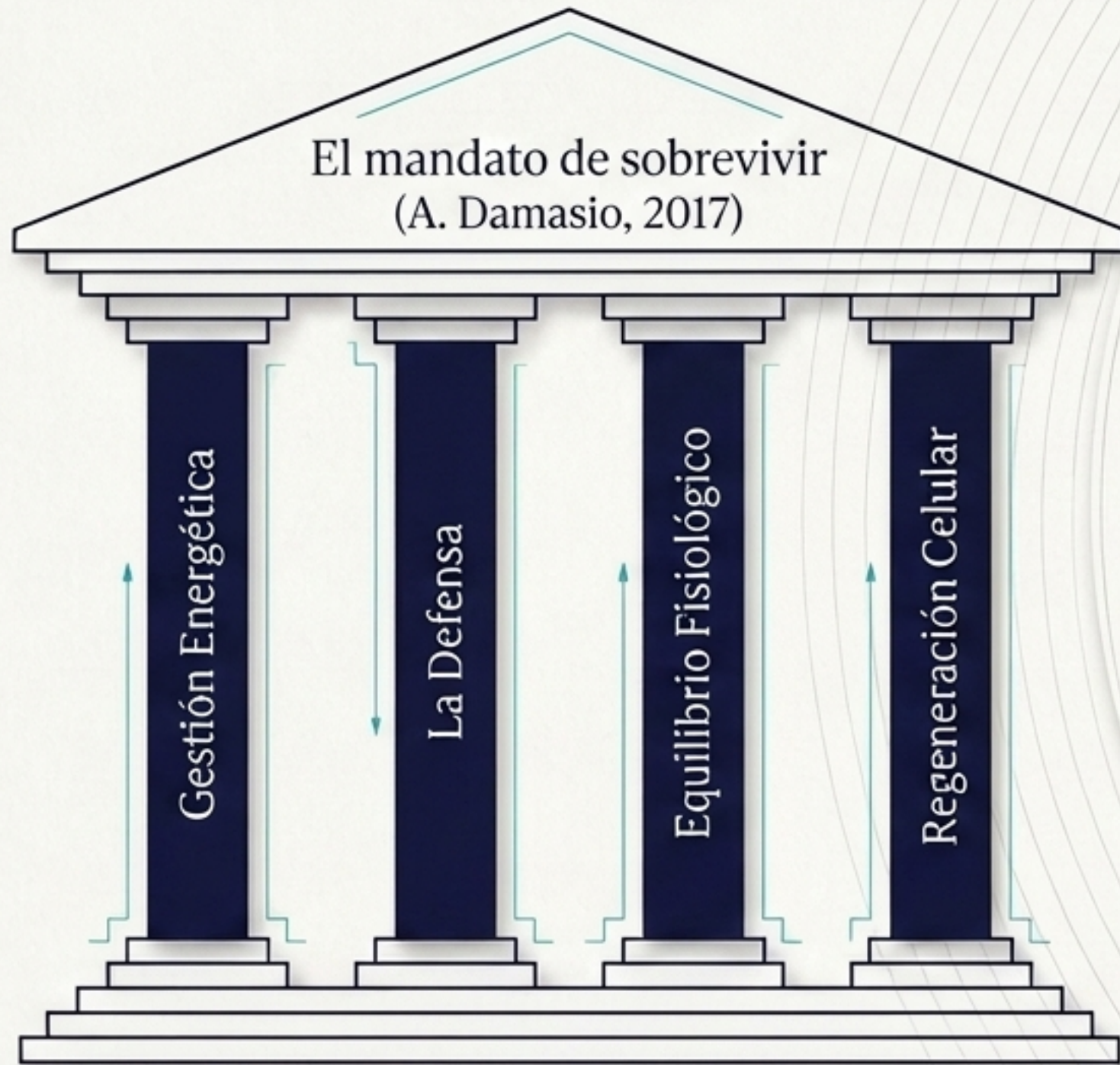
Cartografía Neural Fundamentada



La consciencia no es un producto aislado del cerebro, sino una propiedad emergente de la interacción organismo-entorno.

Nature Reviews Neuroscience, 2022.

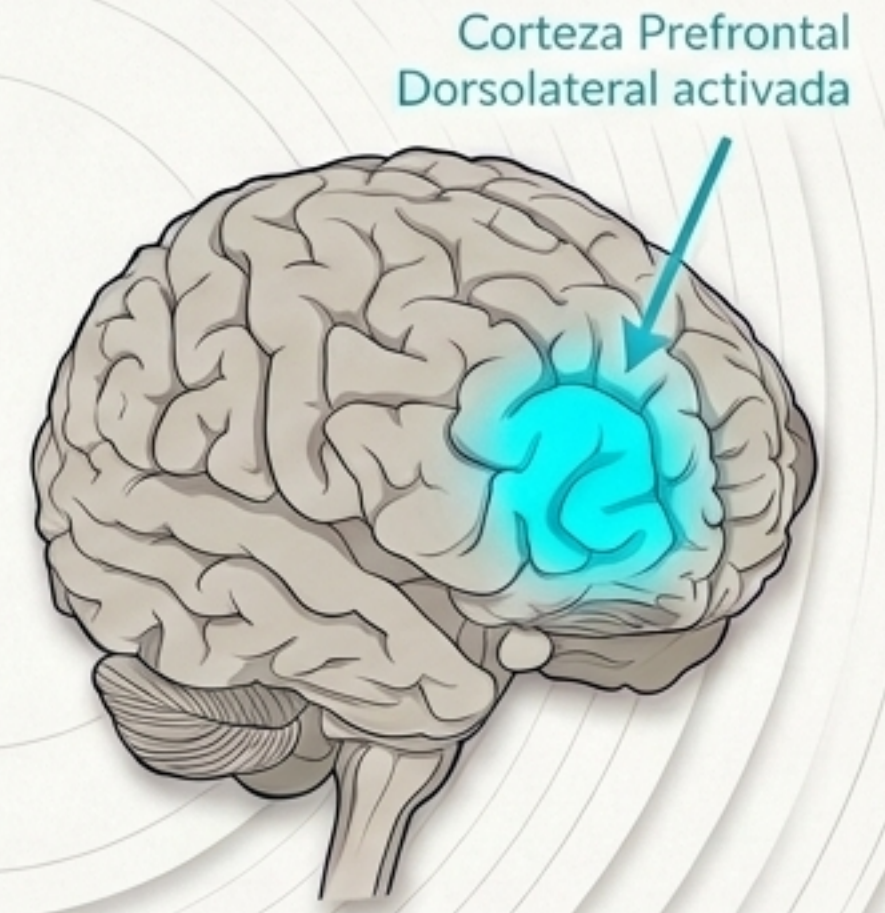
Cartografía Neuronal Fundamentada



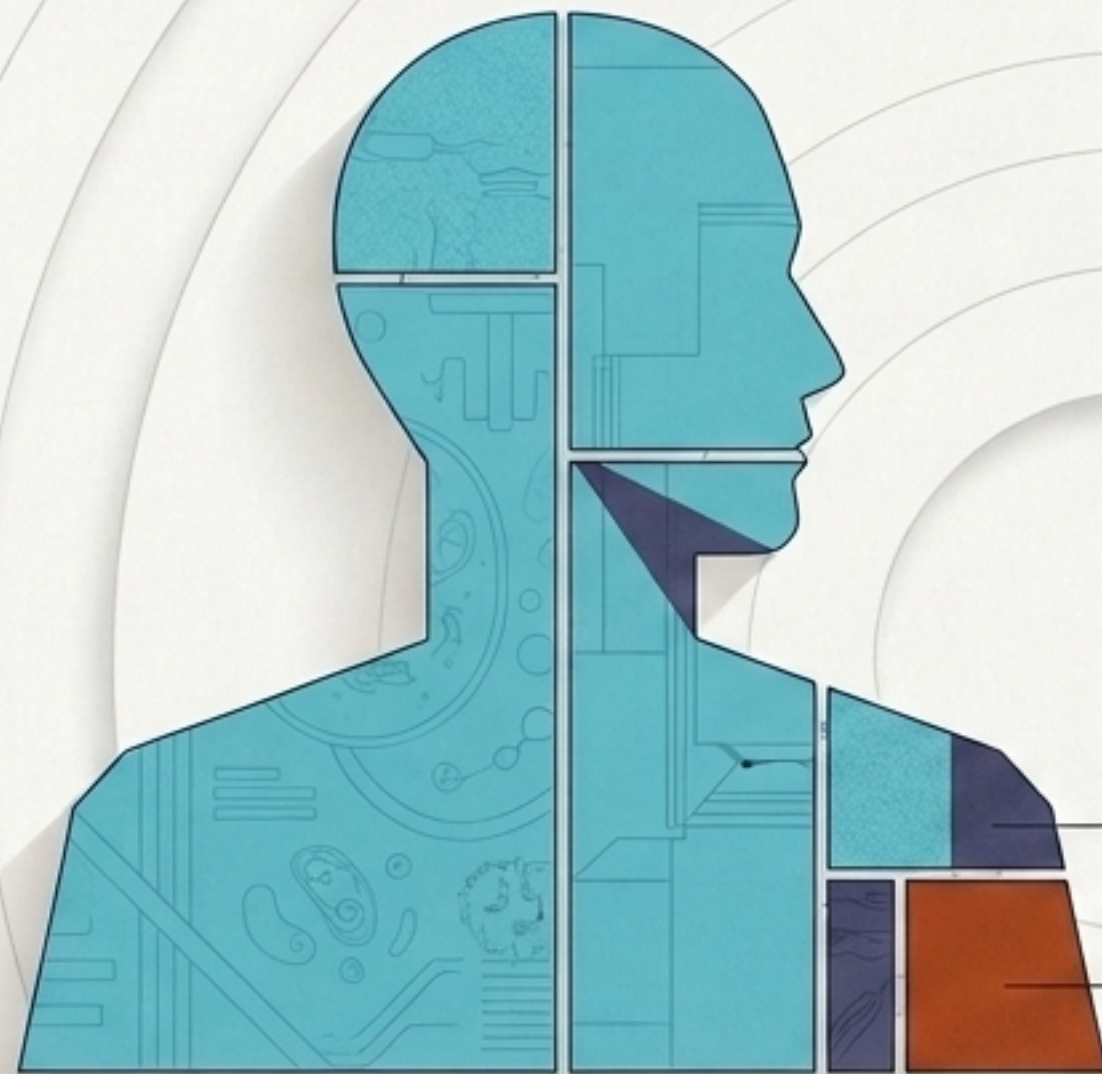
Piloto Automático



Cerebro Concentrado



Cartografía Neuronal Fundamentada



48 BILLONES
de bacterias

60 BILLONES
de virus

MILES DE MILLONES
de hongos

...y solo

30 BILLONES
de células humanas

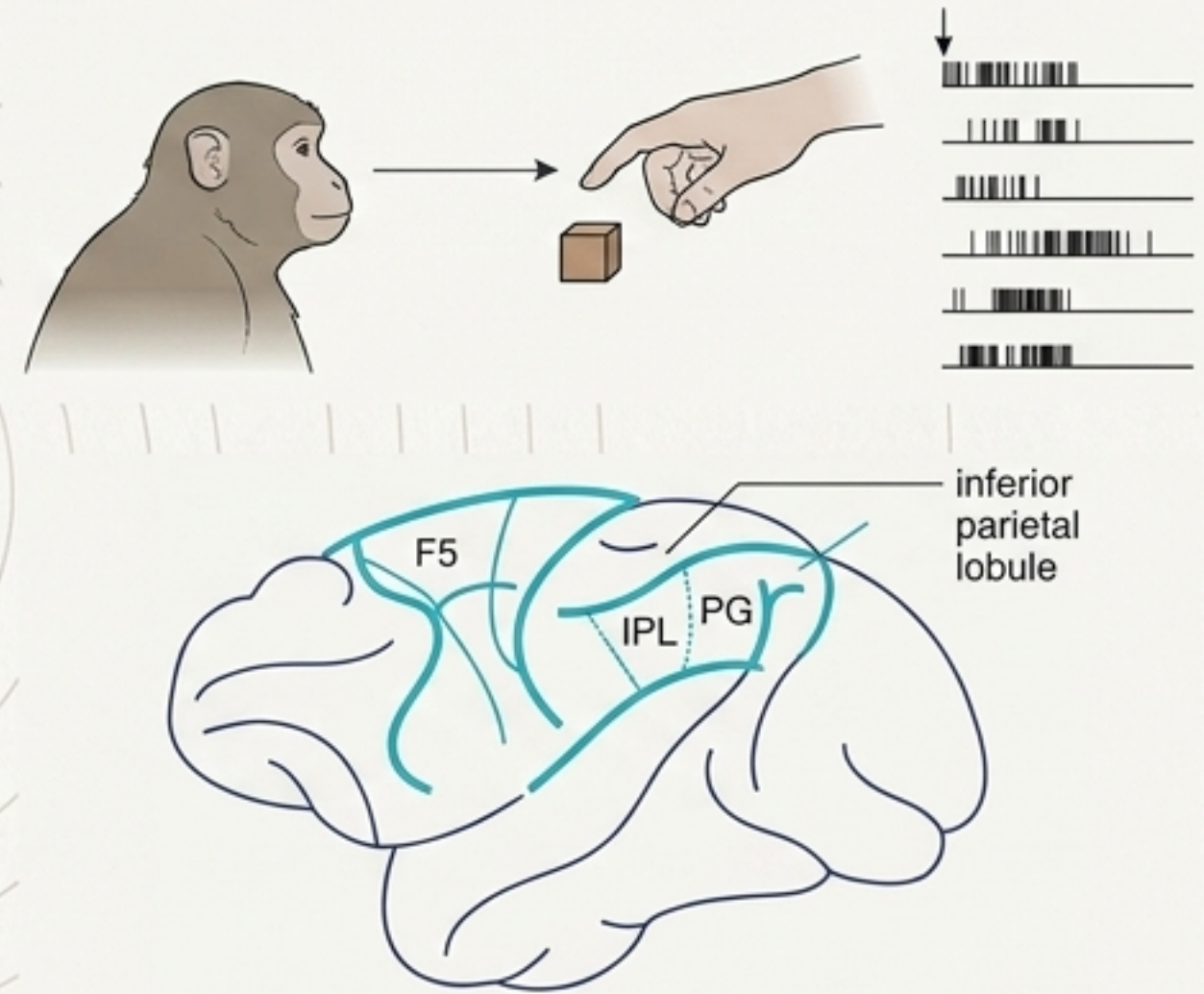
**La consciencia humana es, por definición,
una consciencia de Holobionte.**

Mayer et al. Annu. Rev. Med. 2022

Teoría de la Mente

Estructuras corticales diseñadas para crear una representación mental del estado del otro.
(Psychol Bull, 2021).

Neuronas Espejo



El contagio emocional es fisiológico. Aprendemos y nos vinculamos cuando el cuerpo se relaja. (Eur J Pharmacol, 2008).

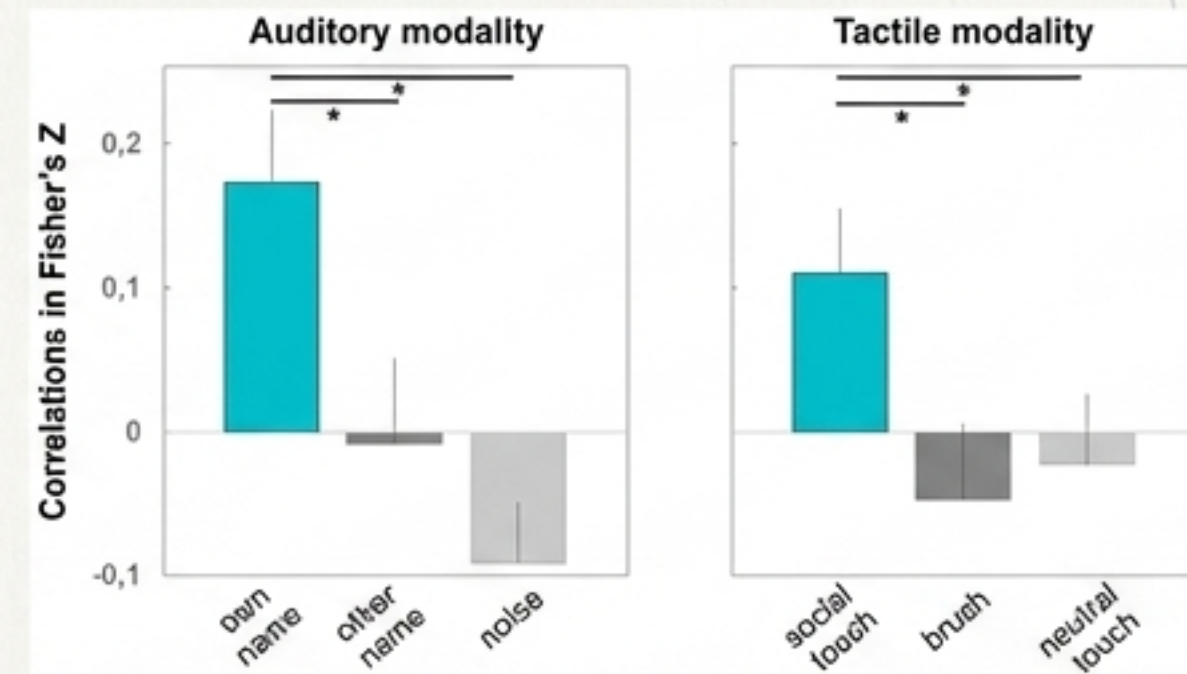
El Dolor Social es Biológico

Biología Comparada: Trauma Visual en Moscas



Las moscas entran en un estado depresivo y mueren antes si ven otras moscas muertas (PLoS Biology).

Neurobiología Humana: El Dolor Social es Físico

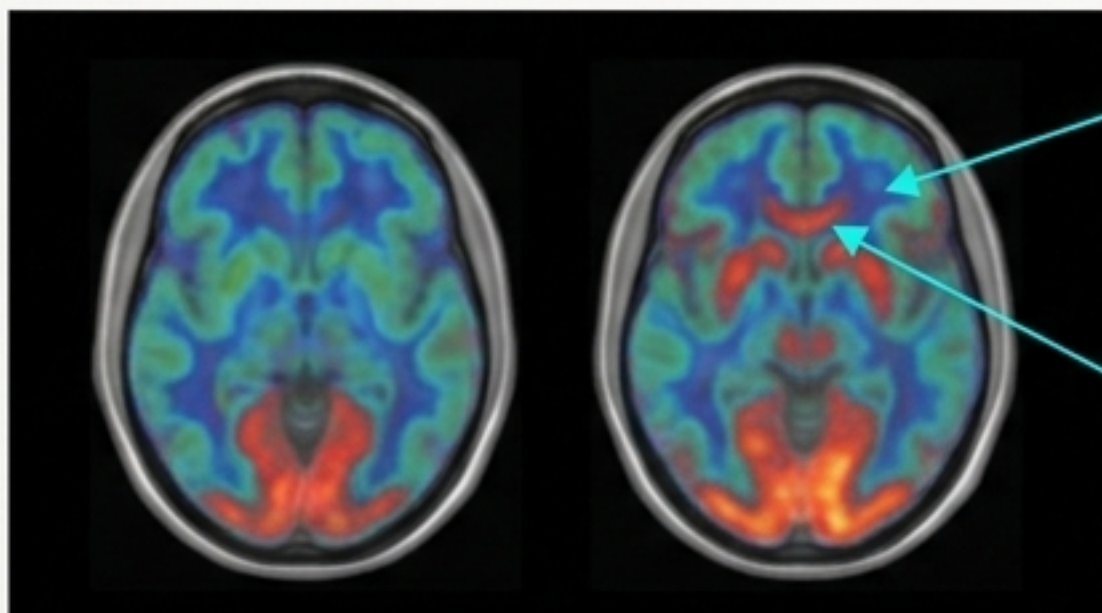


La interacción social activa el cíngulo anterior y eleva la autoconsciencia. (Neuroscience and Biobehavioral Reviews, 2017).

“El cuidar al otro tiene raíces evolutivas antiguas
(*Brasilodon quadrangularis*, PLoS ONE 2019).

El Laboratorio del Espíritu

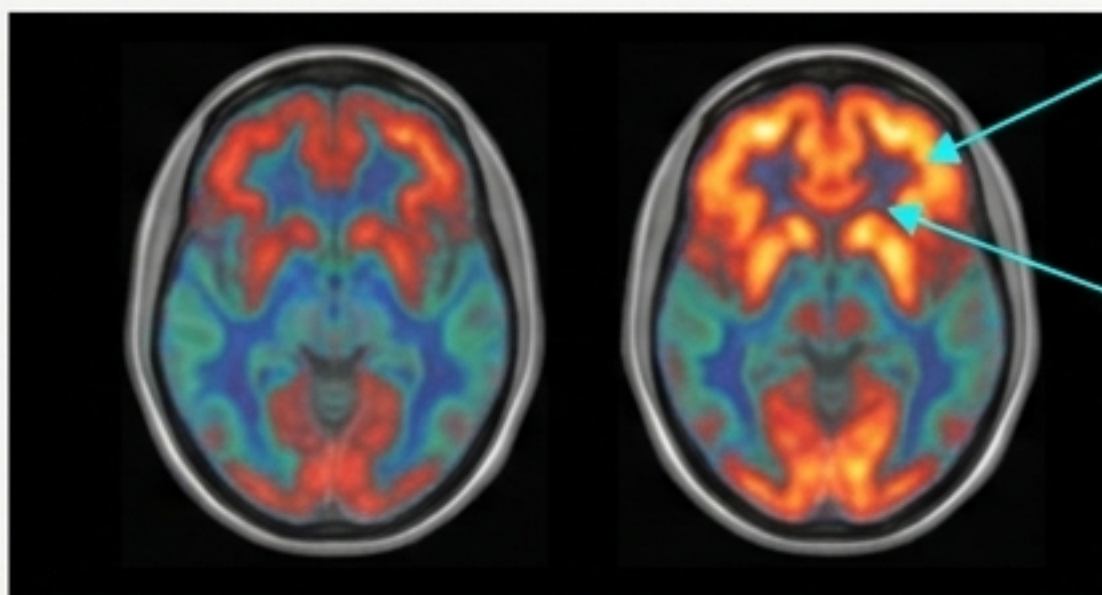
Pre-Programa
de Meditación



Córtex Prefrontal

Giro Cingulado Anterior

Post-Programa
de Meditación



Córtex Prefrontal

Giro Cingulado Anterior

Al rezar o meditar de forma rutinaria, se produce una neuroplasticidad real: activación sostenida en áreas prefrontales y disminución medible de depresión y ansiedad (J Alzheimers Dis. 2021).

El Perfil Biológico de la Consciencia Espiritual

Metodologías (El Entrenamiento)

- Estimular la autoconsciencia
- Apertura a puntos de vista divergentes
- Regulación emocional
- Fomento de la humildad

“Ir más allá de la preocupación por uno mismo (Glück & Brienza, 2025).”

Rasgos Observables (El Resultado)

1. Capacidad de tolerar la incertidumbre.
2. Comprensión de valores ajenos y adaptación contextual de prioridades.
3. Conocimiento profundo sobre estrategias de afrontamiento y la naturaleza humana.



Vivir bien... Morir bien... “La sabiduría de la mor.ida”

Sentirse amado.

Agradecer.

Perdonar.

Dejar ir (Ausencia de sufrimiento físico)

Resultados Clínicos (ECM)

Experiencias Cercanas a la Muerte reportan menos miedo a la muerte y cambio de vida positivo. Nota cautelar: Existen ECM negativas (vacío cósmico), reforzando la necesidad de entrenar la autoconsciencia. (Mo Med. 2014)

Cartografía Neural Fundamentada

Dimensión	Impulso Primario	Base Neurológica	Resultado Conductual
El Yo Biológico	Sobrevivir y Regenerar	Tallo cerebral y homeostasis	Defensa y energía
El Yo Social	Conectar e Interactuar	Neuronas espejo y Teoría de la Mente	Empatía y contagio
El Yo Trascendente	Expandir y Trascender	Neuroplasticidad Prefrontal	Altruismo y sabiduría

Trabajando desde el Holobionte hasta el Altruismo, el cerebro humano está biológicamente diseñado para la trascendencia.



**¿La vida expandiendo la consciencia,
o la consciencia expandiendo la vida?**

Trabajar espiritualmente...
Vivir conscientemente...
Morir conscientemente.