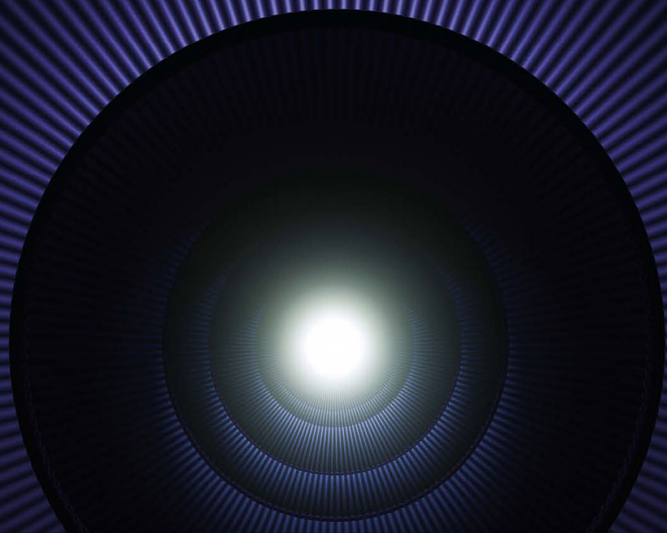


Por el autor del *best seller La Supraconciencia existe*

Dr. Manuel Sans Segarra

La Humanidad en crisis



El Dr. Manuel Sans Segarra, que ha llegado al corazón de más de **500.000** lectores, vuelve con un libro reflexivo sobre la falta de valores que vivimos y cómo transformar la desesperanza en ilusión.



Dr. Manuel Sans Segarra

La Humanidad en crisis

**La Supraconciencia es
la oportunidad para el cambio**

Índice

<i>Prólogo</i>	9
 1. Una mirada viva hacia nuestro planeta	
1.1. Biodiversidad	26
1.2. Ecosistemas	27
1.3. La crisis del cambio climático	35
1.4. La crisis del agua y de la energía	38
 2. Crisis	
2.1. Peligro y oportunidad	44
2.2. La inteligencia artificial	52
2.3. Crisis existencial	67
2.4. Clínica de la crisis existencial	72
2.5. Fisiopatología de la crisis existencial	81

2.6. El ego en el centro de la crisis	97
2.7. El suicidio	107
2.8. La muerte física: el miedo del ego materialista .	121
2.9. El universo es más mental que material	127
2.10. La crisis religiosa	135
2.11. La sociedad en crisis	151
2.12. Oposición al cambio: inmovilismo	159
 3. Hacia una nueva concepción de nuestra mente	
3.1. Nueva concepción estructural cerebral	178
3.2. Nuestra realidad existencial	183
 Conclusiones	207
 <i>Notas</i>	219
<i>Bibliografía</i>	227

Prólogo

La medicina es la más humana de las ciencias,
la más empírica de las artes y la más científica
de las humanidades.¹

EDMUND PELLEGRINO

(1920-2013), médico filósofo

A lo largo de mi vida profesional como cirujano general y del aparato digestivo, especializado en cirugía oncológica, he vivenciado con la máxima proximidad al ser humano en momentos muy críticos: la enfermedad grave que compromete la situación vital, el dolor, el sufrimiento y la muerte en sus distintas modalidades, entre ellas, el suicidio. La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que más de ochocientas mil personas mueren cada año por suicidio;² muchos de ellos se producen en personas con trastornos psiquiátricos conocidos, pero no todos.

En España, diversos estudios epidemiológicos han señalado que el suicidio es una de las principales causas de muerte entre los jóvenes.³ Uno se pregunta: ¿qué hemos hecho con nuestra juventud? Es una etapa de la vida que debería estar llena de proyectos, ilusiones y de gran vitalidad.

Este triste fenómeno también se observa en otros países occidentales. El suicidio toca el núcleo del sentido mismo de la

existencia. Estas personas llegan a considerar la vida como un absurdo, un sinsentido.

La salud del adolescente puede considerarse un reflejo del estado general de la sociedad.

En mi dilatada experiencia como cirujano he tratado a pacientes que han intentado suicidarse ingiriendo sulfamán (ácido clorhídrico —HCl—) y lejía (hipoclorito sódico —NaClO—), situación gravísima por la esófago-gastritis cáustica que provoca. Atendidos precozmente, es posible recuperarlos extirpando esófago y estómago (esófago-gastrectomía total), y en un segundo momento reconstruyendo la continuidad digestiva (esófago-coloplastia), en ocasiones asociada a un injerto libre de yeyuno revascularizado. Pero lo que nos interesa es lo que sucede después de haber logrado rescatar a estas personas de una muerte segura.

En mi experiencia clínica, he observado que muchos de estos pacientes presentan una dinámica caracterizada por la búsqueda compulsiva de placer, seguida de una profunda sensación de vacío emocional. Vivencian un dolor emocional tan intenso que piensan que no hay solución, quieren dejar de sufrir por la desesperanza ante un futuro en el que no encuentran posible salida a su situación. Se sienten solos: sin apoyo e incomprensidos, desconectados de sus semejantes. Es una soledad existencial propia de una sociedad en crisis, que nos desvincula a los unos de los otros a causa de un ego materialista e irrefrenable.

¿Cómo actúa este egocentrismo materialista al que hago referencia y desgranaré, poco a poco, en las páginas del presente ensayo? El egocentrismo materialista que impera en el entorno social persigue conseguir bienes materiales que proporcionan momentos de placer efímero, considerándolos al poco tiempo como habituales, causando una pérdida de interés y precisando cada vez de estímulos más potentes para satisfacerse en una búsqueda ansiosa, entrando en una dinámica compulsiva que se refleja en las compras, la comida, el sexo y el uso (y abuso) de drogas.

La ansiedad y el dolor profundo que refieren mis pacientes les obliga a buscar la única solución posible dentro de la lógica perversa del que sufre sin encontrar remedio: el suicidio. La decisión no es un acto de valentía, sino de necesidad. Esa necesidad que parece valiente en el momento de ingerir el vaso con salfumán.

Al preguntar a estos mismos pacientes acerca de buscar apoyo y ayuda en la trascendencia, su respuesta es taxativa: no aceptan normas dogmáticas, pero reconocen que les proporcionaría un sentido más profundo de la vida; que alguna vez la han buscado, pero que no han sabido encontrarla. En todos los casos hay falta de fe en la posibilidad de una espiritualidad trascendente que les permitiría responder a las preguntas existenciales básicas: ¿por qué existo?, ¿qué sentido tiene todo esto?, ¿qué dejo a los demás?, ¿qué hay más allá de lo visible y de lo individual?

Las dificultades que encuentran para descubrir la trascendencia se deben a que se centran en lo material e inmediato, al exceso de tecnología y la soledad que lleva pareja, junto a la falta de propósito. Los niveles de autoestima caen hasta casi su completa desaparición, causando la ausencia de un yo sólido al que

poder aferrarse. En estas circunstancias, las personas se sumen en una depresión profunda.

El suicidio no es una reparación, es el extremo de la desesperanza. No se trata tanto de querer morir, sino de eliminar el sufrimiento insoportable.

Los adolescentes son más sensibles a las crisis existenciales, por eso son espejo y termómetro de la salud de nuestra sociedad, una humanidad en crisis.

He podido valorar la grandeza del ser humano en los momentos más difíciles de su vida, como es al afrontar la muerte. Todos nacemos con un gran potencial que hemos de desarrollar para ser nosotros mismos, a pesar de nuestro gran opositor, interior e inherente: el ego.

No tener miedo a la muerte es
no tener miedo a la vida.
No es lo mismo estar vivo que vivir.

¿El ego es necesario? La respuesta es sí, pero debe mantenerse controlado y equilibrado. El ego es la imagen que tenemos de nosotros mismos, nuestra identidad, nuestra historia y preferencias. Nos hace sentirnos existentes, nos estimula a defendernos, a tomar decisiones, a expresar nuestras necesidades y a actuar en el mundo. En resumen, a poner límites sanos y cuidar nuestro bienestar.

Pero cuando nos domina e hipertrofia quiere tener siempre la razón, depende de la aprobación de los demás y se compara, provocando orgullo, inseguridad, frustración y ansiedad.

Las armas del ego para evitar nuestra evolución y progresión son la gran ignorancia sobre la realidad existencial del ser humano, la afección por lo material, el egoísmo y el miedo.

El ego no se puede eliminar, se trata de educarlo. No sería saludable prescindir de aquello que nos proporciona un sentido de pertenencia, pero hay que eliminar el ego inflado, el que se excede y se vuelve contra nosotros.

La inmensa sensación de paz, armonía, felicidad y compasión que he visto en aquellos de mis pacientes que, al afrontar la muerte, conocen y vivencian este gran poder (que yo denomino Supraconciencia) es indescriptible. Impresiona ver morir a un ser humano con una sonrisa en los labios, con palabras de consuelo, serenidad y amor para sus allegados.

Cuando domina el ego, este nos convence de que la muerte es el final absoluto, así que es rechazada, no se acepta, lo que genera sufrimiento ante su inevitabilidad, dolor intenso a lo desconocido. Paradójicamente, este miedo a la muerte y al sufrimiento puede llegar a convencer a algunas personas en situación de crisis existencial de que la única solución es el suicidio.

El término Supraconciencia hace referencia a la espiritualidad, la filosofía de la mente y la psicología transpersonal (el área de la psicología que estudia los estados que trascienden al ego). Se trata de un estado de conciencia elevado, de conexión profunda, de unidad con el universo, de intuición, creatividad y sabiduría que no proviene del pensamiento lógico. Y no es casualidad que las distintas corrientes espirituales valoren conceptualmente la Supraconciencia de una forma muy próxima entre ellas.

El cristianismo, como una unión mística con Dios con desaparición del ego y experiencia de amor. El hinduismo, como un estado puro de conciencia con desaparición del dualismo y sensación de paz y lucidez. En el yoga se define también como *samadhi* y corresponde a los estados más elevados de concentración con una mente totalmente transparente.

El budismo lo relaciona con el nirvana, estado de total liberación del sufrimiento. En la mística judía, la Cábala se define como la voluntad divina pura y la intuición. En el sufismo, islam místico, se concibe la Supraconciencia como la pérdida del yo individual (el ego) con claridad, amor universal y conexión directa con lo divino.

La psicología transpersonal considera la Supraconciencia como un estado de conciencia expandida, con intuición y unidad, que trasciende el ego. En resumen, todas las tradiciones espirituales coinciden en que la Supraconciencia se cristaliza en:

- Trascender el ego.
- Percibir la realidad de forma más intensa y profunda.
- Experimentar sensación de unidad.
- Presentar una sabiduría no intelectual.

Diversos estudios en neurociencia afectiva sugieren que las emociones prosociales contribuyen al equilibrio cerebral.

No cabe la menor duda de que la auténtica realidad existencial del ser humano es su Supraconciencia. Se trata de un ser espiritual que, durante un tiempo efímero, se introduce en un cuerpo físico —hecho de materia que presta el universo, originada hace 13.800 millones de años en el *big bang*— para desarrollar

una vida en la dimensión humana con dualismo, localidad y temporalidad, con la finalidad de evolucionar.

Y la muerte... La muerte será según haya sido nuestra vida.

La Supraconciencia determina una dinámica fundamentada en los arquetipos que prefiguraron filósofos como Platón (427-347 a.C.) o Immanuel Kant (1724-1804) y que cristalizan en las ideas del psiquiatra Carl Gustav Jung (1875-1961) con empatía, altruismo, bondad, justicia, belleza y, sobre todo, amor.

Ante esta realidad existencial, me pregunto: ¿cómo es posible tanta maldad, injusticia, pérdida de valores, violencia y guerras? ¿Cómo es posible que permitamos la destrucción del entorno, con graves repercusiones en el equilibrio de los ecosistemas y la biodiversidad?

La no violencia es la mayor fuerza a disposición de la humanidad.

(Atribuido a Mahatma Gandhi,
1869-1948, líder político y religioso)

Es evidente que la sociedad ha llegado a un punto de evolución totalmente contrario a su realidad existencial. La justificación está en el gran materialismo junto al egocentrismo que, con sus potentes armas, consiguen evitar que se manifieste la Supraconciencia. La avaricia impera sobre la generosidad, el egotismo sobre el altruismo.

La humanidad está en crisis. Este estado contradictorio en el que vive el ser humano en la actualidad y que afecta tanto al colectivo social como al individuo en particular ha motivado mi interés en escribir este libro. Es evidente que en el hombre de hoy se establece una clara paradoja al desconocer

su realidad existencial: «Nacer no lo pide. Vivir no sabe. Morir no quiere».⁴

Sé tú el cambio que quieres ver en el mundo.

(Atribuido a Mahatma Gandhi)

El cambio necesario solo será posible cuando exista una masa suficiente de la población conocedora de su realidad existencial, la Supraconciencia. Cuando esta impere, la vida en el planeta no tendrá nada que ver con la que conocemos. La escala de valores no estará regida por el materialismo, las guerras no existirán, el bien común prevalecerá.

Cuando el poder del amor sea más grande que el amor al poder, en el mundo habrá paz.

(Atribuido a Jimi Hendrix, 1942-1970, músico)

El contenido de este libro abordará una definición conceptual de la crisis que presentan las condiciones de existencia de la vida sobre el planeta, en el clima y los ecosistemas. También se comentará la importancia de la crisis sobre el propio ser humano, en forma de trastornos mentales o de una percepción de nuestro estar en el mundo como una sucesión de placeres inmediatos que tratan de tapar el vacío del anterior con el siguiente, en una dinámica angustiosa. Finalmente, se comentará el impacto de las nuevas tecnologías y su repercusión en el ser humano en una visión colectiva y también a nivel individual.

La gran pregunta existencial que se hace cualquier persona es: ¿cuál es el sentido de la vida? La falta de una respuesta «complaciente» es el primer síntoma de la crisis. Podríamos ofrecer varios enfoques desde los que se ha intentado, históricamente, arrojar luz sobre este asunto:

- El filósofo nos dice que el sentido está en buscar la felicidad, conocerse a uno mismo y dejar un recuerdo positivo después del tránsito.
- El religioso trata de hacer todo lo posible para alcanzar la trascendencia, la comunión con la Conciencia Primera Universal.
- El científico valora la vida como una etapa para sobrevivir, reproducirse y evolucionar.
- El existencialista considera que la vida no tiene sentido y es cada persona la que debe crearlo con su dinámica vital.

Estas son las posibles respuestas al sentido de la vida con una visión centrada en la dimensión humana, en la actualidad, estructurada mayoritariamente en una ontología materialista con una identidad egocéntrica. Pero, como mostraré en las páginas de este ensayo, será únicamente contactando con nuestra Supraconciencia como obtendremos la respuesta completa al sentido de nuestra existencia.

Me gustaría dejar un apunte para aquellos que lleguen a este libro sin conocer la trayectoria trazada en los dos anteriores. Mi interés en el estudio de la concepción existencial se inició hace muchos años, más de veinticinco, al descubrir las experiencias

cercanas a la muerte, fenómeno que desconocía puesto que no se cita durante los estudios de Medicina y Cirugía en la universidad. Mi primer contacto fue un paciente que atendí de urgencia, diagnosticado de muerte clínica, que conseguimos recuperar del paro cardiorrespiratorio y que, una vez recuperado, me habló de la que fue en aquel entonces la primera experiencia cercana a la muerte (ECM) de la que yo había tenido noticia.

Mi interés en el fenómeno de las ECM fue *in crescendo*, pero tuve que investigarlas de manera privada, ya que no tenía aceptación entre mis compañeros científicos, que las calificaban de meras alucinaciones. Así llegué a mi etapa «sénior», maravillosa por las posibilidades que me brindaba como investigador, aunque arrastrando cierta nostalgia ante el recuerdo de mi actividad quirúrgica. Fue entonces cuando un amigo, al enterarse de mi conocimiento de las ECM de manera casual, me preguntó si podía entrevistarme para un episodio de su pódcast que después colgaría en las redes sociales.

La respuesta fue algo tan explosivo que nunca lo hubiese previsto. A partir de aquel momento, me pedían que participara en más y más pódcasts, lo que me obligó a estructurar una dinámica de control ante tanta demanda. Gracias a esto he podido comprobar la gran necesidad que tiene la población de explorar su trascendencia, su sentido de la vida en la dimensión espiritual, puesto que en el ámbito material no encuentran respuestas satisfactorias.

Los comentarios que me hacían los pacientes de sus estancias en el mundo astral en las ECM despertaron mi interés personal y decidí contactar y experimentar mi propia Supraconciencia de manera consciente, con la meditación. Hice un curso de meditación avanzada y posteriormente el curso de *siddhis*. Con los años, aprendí a conocer mi realidad existencial.

Durante los momentos de máxima profundidad en mi meditación, me pregunto si debo seguir con la difusión de mi mensaje. Puedo afirmar que la respuesta que obtengo es: «Continúa».

En esta nueva trayectoria vital pedí consejo a dos altas autoridades espirituales. Primero, a su santidad el papa Francisco (1936-2025), el 10 de enero de 2025, antes de su tránsito definitivo a la vida astral, en audiencia privada en el Vaticano. Después, tuve una audiencia con su santidad el Dalái Lama (1935), máxima autoridad religiosa del budismo tibetano, en Dharamsala, al norte de la India, donde reside él y el gobierno en el exilio del Tíbet.

Ambas autoridades respondieron lo mismo sobre mi actividad: me dijeron que con la ciencia llegaba a la conclusión de la existencia de una Conciencia Cósmica Primera (el origen de todas las religiones, Dios, Brahmán, Jehová, Alá, Registro Akáshico, Tao) y su manifestación en cada ser humano, la Supraconciencia o espíritu. Que perseguimos el mismo objetivo, si bien las religiones lo obtienen mediante la fe, la oración, la meditación y la esperanza. Los dos líderes insistieron: que debía continuar, que orarían por mí, y que pensara que encontraré oposición, pero que no desfalleciera.

Efectivamente, la oposición a mi mensaje no se hizo esperar y ha sido frontal e intensa por parte de científicos del propio hospital en el que yo trabajaba (el Hospital Universitario de Bellvitge), así como de filósofos, físicos teóricos y teólogos. No cabe duda de que lo que propongo supone un nuevo planteamiento e impacta en los cimientos del método científico fundamentado en una ontología materialista: la existencia de una conciencia con continuidad fuera del cerebro que persiste después de la muerte clínica. Nuestra auténtica realidad, holística con la Con-

ciencia Primera Universal y, por tanto, eterna, nos permite afirmar que la muerte física no es el fin de nuestra existencia. Hay vida después de la muerte. La muerte solo supone un tránsito a otra dimensión energética.

Pero, últimamente, he podido comprobar una apertura conceptual, con aceptación del nuevo paradigma, tanto a nivel de la sociedad general como en el mundo científico. Las pruebas objetivas, incluso con base científica, y la aproximación a la física cuántica ya no justifican una oposición frontal como la que pude observar al principio. Pienso que esta aceptación abre una puerta a la esperanza y es un llamamiento a la lucha directa contra la gran ignorancia de nuestra concepción existencial, tan acuciante en nuestros días.

DR. MANUEL SANS SEGARRA
Médico, cirujano general y digestivo
Barcelona, 2026