

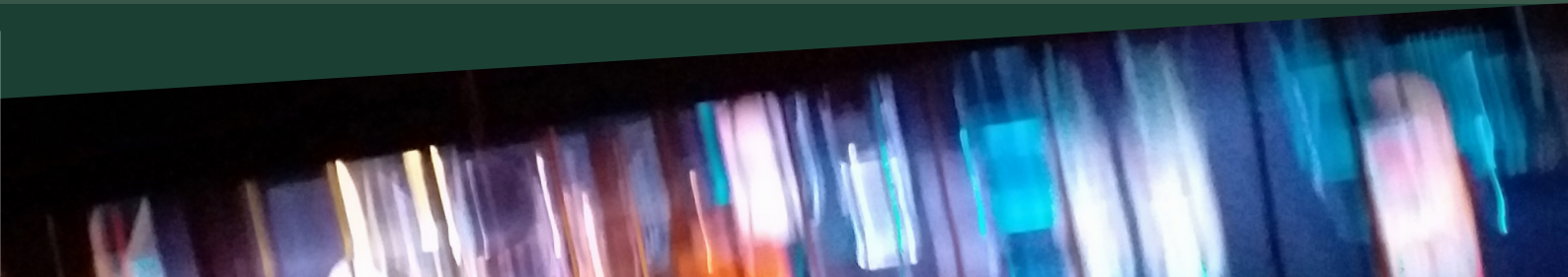
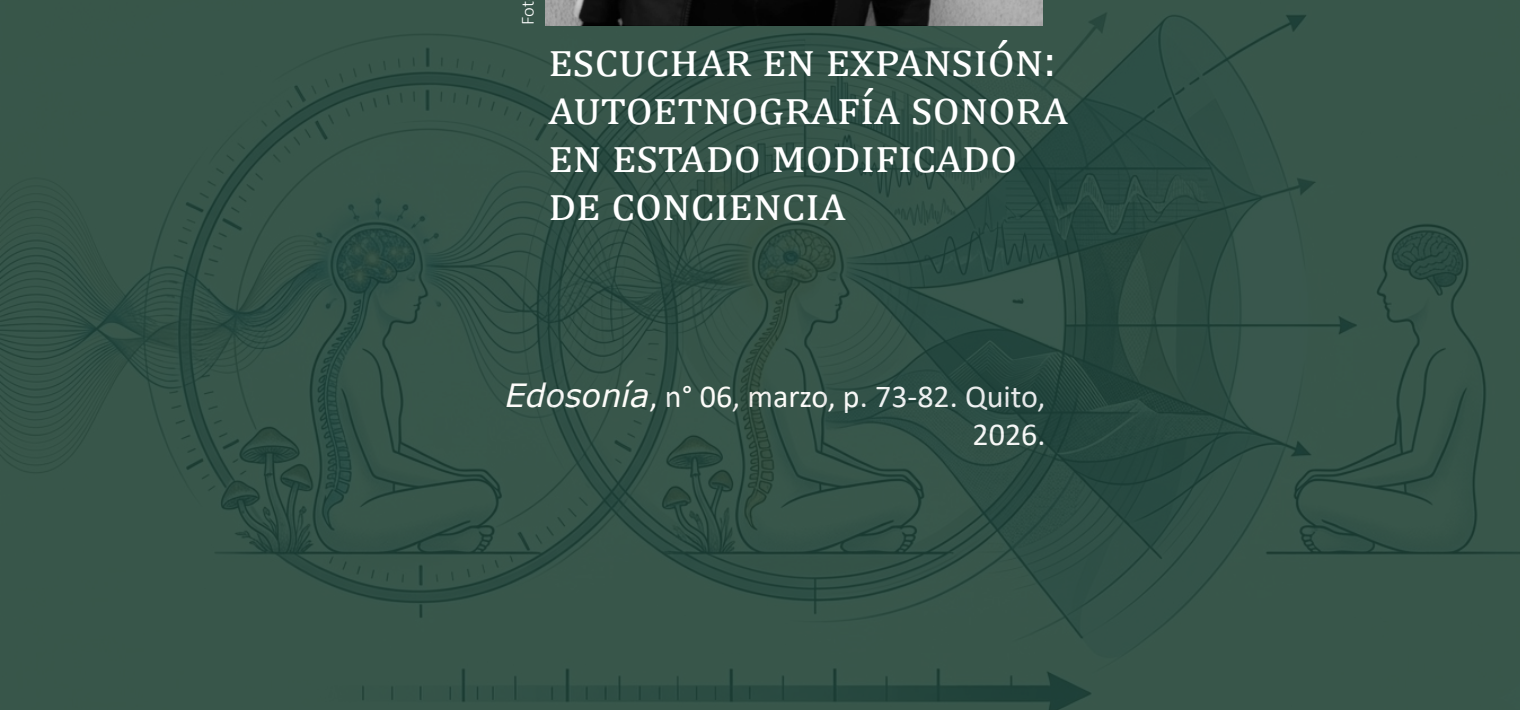
ÁLVARO JARAMILLO



Foto: Cortesía del autor.

ESCUCHAR EN EXPANSIÓN: AUTOETNOGRAFÍA SONORA EN ESTADO MODIFICADO DE CONCIENCIA

Edosonía, n° 06, marzo, p. 73-82. Quito,
2026.



ESCUCHAR EN EXPANSIÓN:

AUTOETNOGRAFÍA SONORA EN ESTADO MODIFICADO DE CONCIENCIA

ÁLVARO JARAMILLO¹

Resumen

Este artículo explora, desde una perspectiva autoetnográfica fenomenológica, cómo se transforma la percepción del sonido y la escucha durante un estado expandido de conciencia inducido por psilocibina. Se documenta una experiencia desarrollada en un entorno controlado con curaduría sonora específica, en la que el autor del estudio ingirió *Psilocybe Cubensis* “Blue Monaco” (3,5g en total) y un segundo se mantuvo sobrio como cuidador. El estudio analiza cómo la música y el silencio son vividos sensorial y emocionalmente, y qué relaciones emergen entre el sonido, el cuerpo y el yo.

Abstract

This article explores, from a phenomenological autoethnographic perspective, how sound perception and listening are transformed during an expanded state of consciousness induced by psilocybin. An experience conducted in a controlled environment with specific sound curation is documented, in which the study author ingested *Psilocybe Cubensis* “Blue Monaco” (3.5g total) and a second person remained sober as a caregiver. The study analyzes how music and silence are experienced sensorially and emotionally, and what relationships emerge between sound, the body, and the self.

Palabras Clave:

Fenomenología, Estados modificados de conciencia, Experimentación sonora.

Keyword:

Phenomenology, Altered states of consciousness, Sound experimentation..

Introducción

La relación entre el sonido y los estados modificados de conciencia ha sido objeto de estudio en diversas culturas, disciplinas y prácticas, desde rituales chamánicos hasta composiciones experimentales. Sin embargo, la documentación cualitativa, sensible y encarnada de estas experiencias sigue siendo limitada. Este trabajo se inscribe en ese vacío, proponiendo una autoetnografía que indaga cómo se transforma la escucha y la vivencia sonora en un entorno expandido por psilocibina.

1 Compositor, multinstrumentista y director musical. En la actualidad es estudiante del Itinerario de Musicología de la CAM. Su trabajo explora la creación, el análisis y la reflexión estética del sonido. Contacto: alvaro_2-a@hotmail.com

El autor del artículo haciendo una exposición para estudiantes y profesores en la Biblioteca de la FAUCE. Quito, 2025.



Marco teórico

El análisis se sustenta en perspectivas provenientes de la psicoacústica², con el fin de observar cómo se modifica la percepción del timbre, la espacialidad y la textura sonora en contextos de estados no ordinarios de conciencia.

Desde la etnografía sensorial, se asume al cuerpo como mediador fundamental del conocimiento y la experiencia.³ La filosofía de la percepción contribuye a la comprensión de la vivencia pre-reflexiva del fenómeno sonoro,⁴ mientras que los estudios sobre psicodélicos ofrecen claves sobre los posibles mecanismos neurocognitivos involucrados, tales como la disolución del ego o la flexibilización funcional de las redes cerebrales.⁵ En particular, la disolución del ego⁶ entendida como la atenuación o desintegración temporal del sentido de identidad individual, frecuentemente asociada a una disminución de la actividad en la red de modo por defecto.⁷ Esta se ha descrito como un estado en el que

2 McAdams, Stephen, y Bruno L. Giordano. "The Perception of Musical Timbre." En *The Oxford Handbook of Music Psychology*, editado por Susan Hallam, Ian Cross y Michael Thaut, 72–80. Oxford: Oxford University Press, 2008.

3 Howes, David. *Sensual Relations: Engaging the Senses in Culture and Social Theory*. Ann Arbor: University of Michigan Press, 2003.

4 Maurice Merleau-Ponty, *Fenomenología de la percepción*, trans. Jorge Gaos (Buenos Aires: Planeta Agostini, 2005).

5 Robin L. Carhart-Harris and Karl J. Friston, "REBUS and the Anarchic Brain: Toward a Unified Model of the Brain Action of Psychedelics," *Pharmacological Reviews* 71, no. 3 (2019): 316–344.

6 Idem.

7 (Default Mode Network)

se suspenden las funciones autorreferenciales del yo, lo cual da lugar a experiencias de unidad, expansión perceptual y receptividad sensorial radical.⁸

Por su parte, la flexibilización funcional de las redes cerebrales alude a un incremento en la entropía neural y en la variabilidad dinámica de la conectividad entre sistemas cerebrales, que se traduce en una mayor apertura a patrones cognitivos y sensoriales no habituales.⁹ Este tipo de reorganización transitoria de la arquitectura cerebral facilita la emergencia de experiencias perceptivas novedosas, sin la mediación constante de filtros predictivos y estructuras jerárquicas de procesamiento. En este marco, la música no se concibe únicamente como objeto de escucha, sino como agente activo en la transformación de la experiencia subjetiva.¹⁰

Así pues, la autoetnografía que sustenta este análisis fue elaborada por un sujeto con formación académica en interpretación musical, composición, dirección y estudiante de musicología, cuya trayectoria especializada informa una escucha situada, tanto desde la práctica artística como desde la reflexión teórica.

Metodología

El diseño fue cualitativo, narrativo y fenomenológico. Se registraron relatos en primera persona, descripciones sensoriales y análisis subjetivos de la experiencia auditiva. En términos metodológicos, la articulación entre estos procesos neurocognitivos y la experiencia subjetiva puede abordarse a través de la triangulación entre datos neurocientíficos y registros cualitativos provenientes de la autoetnografía y la etnografía sensorial¹¹. Por ejemplo, la descripción detallada de cambios en la percepción del timbre, espacialidad y textura sonora durante estados alterados de conciencia puede correlacionarse con patrones observados en neuroimagen funcional, que reflejan la disolución del ego y la flexibilización de las redes cerebrales. Así, las narrativas autoetnográficas —en las que el sujeto documenta sensaciones corporales, estados emocionales y transformaciones en la escucha— permiten enriquecer la comprensión del fenómeno desde un punto de vista experiencial y situar las alteraciones perceptivas dentro de un marco dinámico de reconfiguración cerebral.¹²

Esta integración metodológica contribuye a superar la dicotomía entre la subjetividad y la objetividad, posicionando la música no solo como un estímulo externo, sino como un agente activo en la co-creación de estados conscientes y experiencias estéticas.

8 Carhart-Harris and Friston, *REBUS and the Anarchic Brain: Toward a Unified Model of the Brain Action of Psychedelics*, 316–344.

9 Enzo Tagliazucchi et al., “Increased Global Functional Connectivity Correlates with LSD-Induced Ego Dissolution,” *Current Biology* 26, no. 8 (2016): 1043–1050.

10 Gilbert Rouget, *La musique et la transe* (Paris: Gallimard, 1980).

11 Idem.

12 Tony E. Adams, Stacy Holman Jones, y Carolyn Ellis, *Autoethnography* (New York: Oxford University Press, 2015).

a) Preparación del entorno

Se habilitaron dos habitaciones: una para la ingesta de los hongos y otra, con luces cálidas y un sistema de sonido de alta fidelidad, donde se desarrolló la experiencia auditiva. Se seleccionó una curaduría musical diversa que incluyó obras contemporáneas, académicas y populares, así como fragmentos de silencio. Las piezas incluyeron:

- Alexander Scriabin – *Piano Concerto in F sharp minor*, Op. 20¹³
- Pescado Rabioso – *Artaud* (1973)¹⁴
- Trencito de los Andes – *Zigzag*¹⁵
- John Cage – *4'33"* / Petrenko · Berliner Philharmoniker¹⁶
- Guardarraya – *Zamba Surreal*¹⁷
- Steve Vai – *For the Love of God* (2021 Upscaled Version)¹⁸
- Myrkur – *Live at Wacken Open Air 2016*¹⁹

b) Participantes

Dos personas estuvieron presentes durante la experiencia: la primera, un hombre que ingirió 2 gramos de psilocibina, y la segunda, que no participó en el consumo, sino que cumplió una función de cuidado. No obstante, es importante aclarar que solo uno de los dos sujetos que consumieron la sustancia fue objeto de observación principal y reflexión autoetnográfica: el sujeto masculino que además es el autor de este estudio.

c) Diario Previo

Además del *set* y el *setting*,²⁰ es importante considerar las fases de intención previa²¹ y integración posterior²² para que la experiencia sea significativa. La fase de intención implica una reflexión consciente sobre el propósito de la vivencia, que orienta

13 https://www.youtube.com/watch?v=F734PyD3NAw&list=RDF734PyD3NAw&start_radio=1&ab_channel=ola-vogala

14 https://www.youtube.com/watch?v=LXYZQTt-Kuo&list=RDLXYZQTt-Kuo&start_radio=1&t=3s&ab_channel=Capit%C3%A1nFugitivo

15 https://www.youtube.com/watch?v=skmsub8NMUK&list=RDskmsub8NMUK&start_radio=1&ab_channel=TrencitodelosAndes-Topic

16 https://www.youtube.com/watch?v=AWVUp12XPpU&list=RDAWVUp12XPpU&start_radio=1&ab_channel=BerlinerPhilharmoniker

17 https://www.youtube.com/watch?v=oeHm8gMSTSY&list=RDoeHm8gMSTSY&start_radio=1&ab_channel=Se-sionesAlParque

18 https://www.youtube.com/watch?v=F2V9yqfXIf4&list=RDF2V9yqfXIf4&start_radio=1&ab_channel=SteveVai-Himself

19 https://www.youtube.com/watch?v=8IF1CJNUxG4&list=RD8IF1CJNUxG4&start_radio=1&ab_channel=WackenTV

20 Leary, Timothy, Ralph Metzner, and Richard Alpert. *The Psychedelic Experience: A Manual Based on the Tibetan Book of the Dead*. New York: Citadel Press, 1964.

21 Idem.

22 Idem.

y sostiene al sujeto durante momentos de intensidad o confusión emocional. En esta autoetnografía, el autor abordó la experiencia con una disposición abierta a explorar la percepción sonora, sin expectativas rígidas, en términos físicos, se respetó un estado de ayuno voluntario desde el mediodía, práctica habitual en contextos enteogénicos y que suele favorecer una mayor receptividad corporal y emocional. El cuerpo, así, fue preparado tanto fisiológicamente como simbólicamente para la experiencia.

Posteriormente, la fase de integración permitió procesar emocional y simbólicamente lo vivido, facilitando la traducción de las experiencias sensoriales y emocionales en reflexiones y cambios concretos en la vida cotidiana. Este proceso posterior es esencial para dar continuidad a la experiencia y evitar que se disuelva en el olvido o la confusión.

Estas fases, junto con el *set* y el *setting*, conforman un marco integral que influye directamente en la forma en que el sonido, el cuerpo y la conciencia se entrelazan en estados no ordinarios.

Desarrollo de la sesión: relatos y observaciones

La sesión inició con la escucha del *Concierto para piano en fa sostenido menor*, Op. 20 de Alexander Scriabin.²³ En esta primera obra, el autor manifestó una profunda confusión emocional, la risa desbordada sin un estímulo externo claro. Esta risa fue interpretada, en retrospectiva, como una manifestación de disolución del yo, expresó haber sentido la necesidad de liberar algo reprimido: “Tenía ganas de llorar pero no lo conseguía, solo podía reír y no paraba de hacerlo”. Este sujeto no conocía previamente la obra de Scriabin. En el material videográfico grabado se observa cómo reacciona a los cambios tímbricos, realiza gestos que responden a las texturas sonoras y a las variaciones de carácter musical. Durante esta parte de la sesión, el sujeto manifestó sentir frío, por lo que fue asistido con una cobija. Más adelante añadió: “Sentí que dejé de escuchar la música y mis pensamientos fueron hacia mi interior. Quería llorar pero al momento de hacerlo solo salían risas, y no podía dejar de reír”. En el video se observan risas incontrolables, en correspondencia con esta descripción.

Posteriormente, la escucha continuó con el disco *Artaud* de Pescado Rabioso.²⁴ El sujeto relató haber sentido un aumento de temperatura corporal en comparación con la obra anterior. Además, expresó una sensación de mayor comodidad al escuchar una voz familiar. Esta sensación fue acompañada de una marcada comodidad subjetiva, la cual fue atribuida a la familiaridad con la voz del intérprete, lo que podría interpretarse como

23 El *Concierto para piano en fa sostenido menor*, Op. 20 de Alexander Scriabin pertenece al romanticismo tardío ruso. Fue compuesto en 1896 en Rusia, cuando Scriabin aún se encontraba inmerso en una estética romántica, antes de desarrollar su estilo místico y simbolista característico de su madurez.

24 *Artaud* es un álbum de Luis Alberto Spinetta, grabado bajo el nombre de su banda Pescado Rabioso, publicada en Argentina en 1973. Su estilo combina el *rock* progresivo, el *folk* psicodélico y la poesía surrealista.

un anclaje afectivo que amortigua la incertidumbre sensorial generada por la sustancia. Esta respuesta sugiere que la familiaridad vocal —ligada a experiencias previas y a la construcción de una identidad auditiva— desempeña un rol regulador en la vivencia psicodélica, tal como han señalado Pink. (2009). Posteriormente el estado de ánimo cambió visiblemente: en esta parte del video se lo ve llorando. El propio sujeto comentó: “Escuchar Artaud no fue buena idea”. Pese a ello, se lo observa más calmado que durante la obra de Scriabin.

La siguiente obra escuchada fue *Zigzag* de Trencito de los Andes²⁵, obra con la cual el sujeto tenía mayor familiaridad, tanto sonora como contextual. En este caso, manifestó haber sentido “calor en el cuerpo” de forma más evidente. Luego se escuchó *4’33”* de John Cage,²⁶ interpretada por la Filarmónica de Berlín. Sobre esta obra, el sujeto expresó: “Es hermosa, triste pero tranquila”. Sin embargo, también reconoció que tal vez se dejó llevar por la parte visual del video. Posteriormente se escuchó *Zamba surreal* de Guardarraya, sobre la cual el sujeto manifestó haber encontrado elementos interesantes que antes no había notado. Finalmente, se escuchó el concierto en vivo de Myrkur en Wacken (2016),²⁷ obra que el sujeto conocía. Señaló: “Siento que me transporta a otros lugares o diferentes paisajes”. Posteriormente a la escucha el sujeto experimentó una superposición emocional: nostalgia, ternura, culpa, belleza y tristeza. El efecto se asemeja a lo que Carhart-Harris denomina “hiperconectividad emocional”, resultado de la relajación de estructuras jerárquicas en la red de modo por defecto (DMN).

Interpretaciones posibles de las sensaciones registradas

1. Risa incontrolable

Una explicación plausible se encuentra en la acción de la psilocibina sobre los circuitos de serotonina, especialmente en la corteza prefrontal y el sistema límbico, alterando el procesamiento emocional y reduciendo los filtros sociales.²⁸ La risa puede surgir como una forma de liberación emocional o una respuesta a la incapacidad del cuerpo para clasificar lo que está sintiendo.²⁹ Aunque se asemeja a la “risa patológica”, en este contexto tiene un origen psicodélico.³⁰ La música puede haber potenciado esta respuesta emocional.³¹

25 *Zig-Zag* canción de Trencito de los Andes (Il Trenino Delle Ande), Grupo musical y una asociación cultural italiana dedicada al estudio y ejecución de la música andina.

26 *4’33”* es una obra de la música experimental y *avant-garde* del siglo XX, compuesta por John Cage en 1952.

27 *Myrkur* es un proyecto musical liderado por la artista danesa Amalie Bruun, que fusiona elementos del *black metal* con influencias de la música folklórica nórdica y el neofolk.

28 Robin L. Carhart-Harris et al., “The Entropic Brain: A Theory of Conscious States Informed by Neuroimaging Research with Psychedelic Drugs,” *Frontiers in Human Neuroscience* 8 (2014): 20.

29 Idem.

30 Mendel Kaelen et al., “LSD Enhances the Emotional Response to Music,” *Psychopharmacology* 232, no. 19 (2015): 3607–14.

31 Mendel Kaelen et al., “The Hidden Therapist: Evidence for a Central Role of Music in Psychedelic Therapy,” *Psychopharmacology* 235, no. 2 (2018): 505–19,



La tutora del trabajo, Abigail Ayala. Derecha: estudiantes escuchando la ponencia sobre el experimento autoetnográfico. Quito, 2025.



2. Confusión de sentimientos

La desactivación de la Red de Modo por Defecto genera hiperconectividad emocional y sensorial, lo que permite experimentar emociones aparentemente contradictorias al mismo tiempo. Esto explicaría la simultaneidad de risa, llanto, temor, ternura y belleza. La música, al activar zonas como la amígdala, el hipocampo y la corteza auditiva, puede haber amplificado esta densidad emocional.³²

3. Ganas de llorar y llanto efectivo

El llanto puede responder a un proceso catártico facilitado por la psilocibina. Esta sustancia permite la emergencia de emociones reprimidas, reconexiones profundas con la memoria o con aspectos olvidados del yo.³³ En este estado, el ego se disuelve parcialmente, generando una reconfiguración emocional caótica, en la que la música actúa como catalizador y contenedor del proceso interno.³⁴

Reflexión final: la música como puente entre lo físico y lo metafísico

Una semana después de la experiencia, el autor reflexionó sobre la naturaleza de la música desde una nueva perspectiva atravesada por lo vivido en estado expandido de conciencia. Esta vivencia lo llevó a formular una concepción profundamente fenomenológica y filosófica del fenómeno sonoro:

32 Robin L. Carhart-Harris et al., "The Entropic Brain: A Theory of Conscious States Informed by Neuroimaging Research with Psychedelic Drugs," *Frontiers in Human Neuroscience* 8 (2014): 20.

33 Idem.

34 Idem.

La música —o más ampliamente, el sistema sonoro— es un lenguaje abstracto, sensorial y perceptivo, cuyo sentido no es objetivo ni funcional, sino subjetivo y contingente. No responde necesariamente a una finalidad, ni a una estructura de utilidad, sino a una experiencia interior que trasciende categorías como lo sociológico o lo antropológico. Pertenece a dos ámbitos simultáneamente: el físico, por ser un fenómeno medible y vibratorio, y el sensorial o ideacional, por ser interpretado a través de la percepción y el pensamiento. En esa intersección, se vuelve indefinible: es puente entre lo que existe y lo que no, entre lo que creemos que es y lo que intuimos que podría ser. Así, el sonido se manifiesta y existen en todas las formas posibles —físicas y metafísicas—, siendo múltiples para cada oyente, en cada instante.

Bibliografía:

- Adams, Tony E., Stacy Holman Jones, y Carolyn Ellis. *Autoethnography*. New York: Oxford University Press, 2015.
- Alvarado López, Fernando. *Hongos psilocibínicos: un análisis farmacológico, toxicológico y su consecuencia legal*. Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Estudios Superiores Zaragoza, 2005.
- Barrett, Frederick S., Mendel Kaelen, y Matthew W. Johnson. "Music Programming for Psilocybin-Assisted Therapy: Guided Imagery and Music-Informed Perspectives." *Frontiers in Psychology* 13 (2022). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.813448>.
- Carhart-Harris, Robin L., y Karl J. Friston. "REBUS and the Anarchic Brain: Toward a Unified Model of the Brain Action of Psychedelics." *Pharmacological Reviews* 71, no. 3 (2019): 316–44. <https://doi.org/10.1124/pr.118.017160>.
- Carhart-Harris, Robin L., Leor Roseman, Mendel Kaelen, et al. "The Entropic Brain: A Theory of Conscious States Informed by Neuroimaging Research with Psychedelic Drugs." *Frontiers in Human Neuroscience* 8 (2014): 20. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2014.00020>.
- Grof, Stanislav. *The Ultimate Journey: Consciousness and the Mystery of Death*. Ben Lomond, CA: Multidisciplinary Association for Psychedelic Studies (MAPS), 2008.
- Hernández Heiras, José Luis. "Revisando los 'fundamentos' del método histórico en la historiografía musical: El caso de la música precolombina en México." *AAM* 12, no. 2 (2004).
- Howes, David. *Sensual Relations: Engaging the Senses in Culture and Social Theory*. Ann Arbor: University of Michigan Press, 2003.
- Jerotic, K., Peter Vuust, y Morten L. Kringelbach. "Psychedelia: The Interplay of Music and Psychedelics." *Annals of the New York Academy of Sciences* 1531, no. 1 (2024): 12–28. <https://doi.org/10.1111/nyas.15163>.
- Lebedev, Alexander V., Robin L. Carhart-Harris, Mendel Kaelen, et al. "Finding the Self by Losing the Self: Neural Correlates of Ego Dissolution under Psilocybin." *Human Brain Mapping* 36, no. 8 (2015): 3137–53. <https://doi.org/10.1002/hbm.22833>.
- López-Cano, Rubén, y Úrsula San Cristóbal Opazo. *Investigación artística en música*. 1ª ed. Barcelona: Ediciones Eufonía, 2014.
- Lord, Lucas-Dominic, Suresh Muthukumaraswamy, Robin Carhart-Harris, et al. "Dynamical Exploration

- of the Network Reconfiguration Hypothesis of Psychedelic Brain Action.” *NeuroImage* 199 (2019): 480–94. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2019.06.024>.
- Madison, D. Soyini. *Etnografía crítica: método, ética y performance*. 3ª ed. Los Ángeles: SAGE, 2019.
- Merleau-Ponty, Maurice. *Fenomenología de la percepción*. Buenos Aires: Planeta Agostini, 2005.
- Millière, Raphaël. “Looking for the Self: Phenomenology, Neurophysiology and Philosophical Significance of Drug-Induced Ego Dissolution.” *Frontiers in Human Neuroscience* 11 (2017): 245. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2017.00245>.
- Miyara, Federico. *Acústica y Sistemas de Sonido*. Argentina: Universidad Nacional de Rosario, 2000.
- Pink, Sarah. *Doing Sensory Ethnography*. London: SAGE, 2009.
- Pollan, Michael. *How to Change Your Mind*. Dirigida por Lucy Walker. Estados Unidos: Netflix, 2022. Serie documental, 4 episodios. <https://www.netflix.com/title/80229847>.
- Rouget, Gilbert. *La musique et la transe*. Paris: Gallimard, 1980.
- Tagliazucchi, Enzo, Robin L. Carhart-Harris, Robert Leech, et al. “Enhanced Repertoire of Brain Dynamical States during the Psychedelic Experience.” *Human Brain Mapping* 35, no. 11 (2014): 5442–56. <https://doi.org/10.1002/hbm.22562>.