

Gracias Silo

- Relato de experiencia -



*“...Por consiguiente, si te hablo con desinterés
de aquello que hace feliz y libre al ser humano,
vale la pena que intentes comprender...”*

La Mirada Interna, Disposición para comprender.
Silo

Lisandro
lisandrogracia@gmail.com
Parques de Estudio y Reflexión, “Tortuguitas” (CdE).
Buenos Aires, Argentina. Agosto 2016.

Índice:

Comentarios previos.

El Relato_____

Primera parte: Experiencias.

Primera experiencia, año 2014.

- Contexto y descripción.
- “Proyectar” la fuerza a otros.
- Síntesis o re significación “alegórica”.

Segunda Experiencia, año 2015.

- Contexto y descripción.
- La mirada interna se encuentra a sí misma.
- El sin-sentido y la experiencia de Reconocimiento ¿Para qué vivir?
- Su síntesis o re significación “mental”.

Segunda parte: Intento de comprender las experiencias.

- Contraste entre Psicología IV y la experiencia en Sí.
- El Tao Innombrable y otros mitos universales.
- Traducciones.
- Comparación entre las experiencias.
- Un paréntesis, crisis 2009-2010.
- La experiencia como hecho concomitante de la acumulación de actos en una dirección.
- Búsquedas en Lao Tse, Buda y Platón.
- Silo: H Van Doren y un fragmento de El Día del León Alado.

Tercera parte: Síntesis de cómo y qué pasó, la experiencia en sí y en contexto.

- La experiencia en contexto.
- La experiencia en sí.
- La segunda experiencia.

Ascesis_____

Concomitancias en la ascesis.

- Trabajo de Entrada: Transformación del espacio interno de trabajo.
- Estilo de vida: El Mensaje. El Oficio del Fuego. El “yo” cotidiano.
- El Propósito: La conmoción y el reemplazo del paisaje de formación.
- Las producciones: La producción como síntesis de las experiencias en la ascesis.

Anexos

- I. Un cuento y una breve reflexión sobre la belleza.
- II. Charla de Silo con Salvatore sobre la muerte (material informal).
- III. Resumen de Psicología IV y del Paisaje Interno.
- IV. *Cuadernos de Escuela*, “Cuaderno 6, El Telediol de la Fuerza” (material informal).
- V. Máquina árbol (material informal).
- VI. Fragmento de *El Libro Tibetano de la Vida y la Muerte*: Traducción de un paciente post muerte clínica.
- VII. *Los Sermones Medios del Buda*: “Sermón sobre los fundamentos de la atención (N°10)”.

Comentarios previos

Por medio de este trabajo intento transmitir una experiencia y simultáneamente el camino que recorrí para tratar de comprenderla. También es una forma de agradecer lo que viví y de que esto no quede sólo en mi conciencia.

Lo que registré en aquella oportunidad fue tan impactante y significativo que me llevó tiempo integrarlo y encontrar una forma de comunicárselo a otros. Por este motivo el relato no sigue un orden estrictamente cronológico de los hechos. Narro acorde al registro de incertidumbre que viví hasta que comprendí qué había sucedido.

“Gracias Silo” es lo que sentí cuando “concluyó” la experiencia. Fue un agradecimiento inmediato que comenzó en lo profundo de mí y no en un espacio mental cotidiano. Si bien registré agradecerle por haber puesto las herramientas necesarias, también registré, por primera vez en mi vida, agradecerme por haber decidido peregrinar por “su” *Camino*. Comprendí que esto era tan importante como agradecerle a él por habernos dejado esta “escalera” hacia lo alto del “cosmos”.

El relato cuenta con siete anexos que hacen de soporte, de co-presencia y contexto del mismo.

Gracias Silo por tu humildad; gracias a los amigos que iniciaron con él la tarea de Humanizar la Tierra; gracias a todos los amigos de diferentes pueblos y ciudades, edades y “épocas” (dentro del siloísmo) por los intercambios y por continuar en este recorrido hacia la iluminación de los espacios Profundos que ya existen.

Relato de experiencia

Gracias Silo

Primera parte: Experiencias

Primera experiencia, año 2014

Breve Contexto

A comienzos de enero del 2014 viajé al Parques de Estudio y Reflexión “Punta de Vacas” por 20 días con la intención de participar en las Jornadas de El Mensaje de Silo, el retiro de vidrio (del oficio del fuego), compartir intercambios sobre nuestros temas con amigos de otros Parques y dedicarme a un retiro personal los últimos días, ya que me quedaría solo en el lugar. El plan para este retiro era evaluar el año; resumir Psicología IV¹ para intentar comprender a qué se refiere Silo cuando habla de “conciencia inspirada”; unas reflexiones en torno al tránsito al morir; ver cómo podría hacer para tener una experiencia extraordinaria durante ese año en lo cotidiano y no ahí en el Parque; y planificar los próximos años.

Llegó el día en que entré en el retiro personal. El cuidador del Parque me dijo que se retiraba de vacaciones y que por la noche vendría un amigo de Mendoza a reemplazarlo. El resto del día lo pasé resumiendo Psicología IV tratando de comprender qué es la “conciencia inspirada”.

La experiencia

Era de noche cuando terminé el resumen y como ningún amigo de Mendoza se había acercado al Centro de Estudios, bajé a la casita del cuidador a saludar. A medida que me acercaba iba comprobando que en ella no había nadie y que probablemente estaría solo en el Parque y así fue.

En ese momento decidí dejar el retiro personal y “ponerme” en rol de cuidador. Me dirigí al Centro de Trabajo para ver en qué condiciones se encontraba. Estaba todo abierto y decidí pensar que era así porque sabían que nada malo pasaría en el lugar.

Comencé a caminar hacia la Multiuso para ver en qué situación estaba, mientras disfrutaba de la fresca noche. “Típica” noche para estar conversando con amigos. Pero estaba solo y rodeado de muchas piedras, algo que me recordó un proverbio árabe que había leído en la adolescencia y que dice algo así: *uno puede estar al lado de un sabio y ser como una piedra o estar al lado de una piedra y convertirse en sabio*.

Cuando llegué a la Multiuso comprobé que también estaba abierta, así que me relajé pensando en que todo iba a estar bien. Saqué una silla del salón y me senté viendo en dirección al pueblo de Punta de Vacas y más allá.

¹ Silo, 2006, *Apuntes de Psicología*, “Psicología IV”, Rosario: Ulrica Ediciones.

Recién comenzaba a subir la luna muy en el fondo de ese valle. Salía por detrás de las montañas y unas traslucidas nubes tapaban su forma pero no su luz. La noche era algo fresca pero agradable. Se podía escuchar el susurro del río y de los árboles del terreno vecino, que eran motivados por una esporádica ventisca. Y el cielo sobre el Parque se encontraba iluminado, como siempre, por infinitos soles que parecían estrellas.

Viendo ese paisaje comencé a recordar lo bueno que había sido para mí el año anterior (2013) y lo bueno que habían sido esos 15 días en Punta de Vacas rodeado de amigos, actividades y diversos intercambios.

Entre recuerdos contemplé el paisaje. Me pareció hermoso y eso me conmovió mucho, demasiado, no podía dejar de maravillarme. Comencé a entender que me estaba ocurriendo algo a mí. Ya había visto ese paisaje y no me había conmovido, así que me estaba sucediendo algo ¿pero qué? No se trataba de la simple percepción de un paisaje externo.

En ese momento recordé una experiencia que había tenido durante el año 2013, en la Sala de Parque La Reja, mientras realizaba un trabajo de entrada (ascesis). En esa oportunidad la experiencia trató sobre evidenciar que la belleza² es el registro que me deja la *estructuración de los actos* mentales. Pude registrar a la belleza como acto sin estar ligada a un objeto externo, sino, como una forma de estructurar los actos.

En esta situación estaba claro que algo me estaba ocurriendo ¿pero qué era? ¿Era éxtasis, arrebató o reconocimiento?

Mientras me hacía esas preguntas volvía la conmoción.

En un momento, comencé a percibir de un modo diferente. La imagen de la luna comenzó a fundirse con la imagen de las nubes, de las montañas y de las estrellas. No eran objetos distantes entre sí, estaban en un mismo espacio. Inmediatamente las imágenes visuales comenzaron a fusionarse con la sensación de frío que sentía en mi piel, con el sonido del río y de los árboles. Todos los sentidos externos estaban en un mismo espacio. Podía “ver” cómo se unían los diferentes sentidos y que esa estructuración sucedía en un espacio común y específico. Mis ojos seguían abiertos, veía el paisaje externo y este fenómeno nuevo. Esto me volvió a conmover y me volví a preguntar: ¿Qué es esto que me pasa? ¿Éxtasis, arrebató, reconocimiento?

Seguido a esto la experiencia se tornó más impactante y no puedo afirmar cuanto tiempo transcurrió entre lo que conté hasta aquí y lo siguiente.

² Anexo I: Un cuento y una breve reflexión sobre la belleza.

De ver la estructuración de los sentidos y conmocionarme pasé a otro tipo de experiencia, que mientras sucedía, la pude traducir así: *“Comencé a ‘ver’ al todo y a la nada armando y desarmando el mundo. Eran como dos chicos jugando alegremente en una tarde de primavera”*. En simultáneo con los registros de la experiencia apareció esa imagen. No es algo que armé intelectualmente para explicarme lo que sucedía. *“Veía” en alegorías “en vivo y en directo”*³. Y cuando digo que “veía”, aclaro que no veía con mis ojos *al todo y a la nada*. Este registro provenía de un lugar profundo, como anterior al de las percepciones y representaciones. “Más atrás” había una sensación anterior al *todo* y la *nada*, algo que parecía el *motor* de éstos. Un algo, que sentí, era la posibilidad de mí existir.

Volví a conmocionarme y continuó otra experiencia para la cual no tengo palabras, ni alegorías y tampoco el silencio la puede explicar.

No sé cuánto tiempo fue que estuve ahí sentado y cuanto duró este ciclo de conmociones y experiencias. Sé que comenzó a diluirse luego de la última situación para la cual no tengo palabras.

Cuando comencé a “normalizarme”, surgió desde muy adentro mío un agradecimiento a Silo por haber hecho todo lo que hizo. Pude ver con claridad el camino que nos dejó y se lo agradecí profundamente. Pero también vi que tenía que agradecerme a mí por haber caminado por su Camino. Sentí que esto era tan importante como la existencia del Camino. ¿Qué sentido tiene un camino si no se camina por él? ¿Y qué sentido tiene un peregrino⁴ sin un camino?

Luego de esto me dirigí a la sala para realizar un Oficio. Al terminarlo comencé a leer El Camino y ante la pregunta y meditación sobre ¿Quién soy? Brotó, como respuesta desde mi interior, un registro que ya había vivido mientras realizaba la rutina en el paso 10 de la Disciplina Morfológica.

En pocas palabras, el registro fue de advertir al *Mí-verdadero*. Así lo llamé entonces. Me refiero a un registro profundo, que se encuentra “mucho” más atrás de donde habitualmente registro y se representa el “yo” habitual. Esa experiencia me evidenció que el “yo” es una ilusión y que no tiene vida porque lo que realmente está vivo o *es la Vida* es el *Mí-verdadero*. Fue una des-confusión sobre quien soy.

Esta experiencia volvió a surgir mientras me preguntaba quién soy. En esta ocasión el registro fue de tal manera, que junto con al *Mí-verdadero*, registré una *forma*, un algo más

³ A veces mientras dormimos podemos darnos cuenta que estamos viendo un sueño, que vemos alegorías. A esto me refiero con que veía en alegorías en vivo y en directo. Pero no estaba en el nivel de sueño. Podría asimilarlo a lo que Silo menciona en el capítulo Sueño y despertar del libro La Mirada Interna: *“... mi mente lo sabe cuándo está despierta y lo cree cuando está dormida...”* Lo diferencio de la alucinación porque podía percibir de dónde provenía el impulso que se traducía en dicha alegoría. No estaba tomado o sugestionado por la imagen como pasa en los sueños o en algunos estados alterados de conciencia.

⁴ Definición de diccionario: *el que camina por lugares desconocidos. Diccionario Enciclopédico Cadpe*. Tomo 4. Ediciones Océano, S. A. Barcelona 1983.

que se “unía” al *Mí-verdadero*. Sentí que no era algo “amorfo” como lo había registrado durante la disciplina.

Esa sensación con *forma* o características me recordó la charla de Silo con Salvatore sobre la muerte⁵, en la que Silo comenta que seremos juzgados según lo que hayamos hecho con lo que nos han dado. Sentí tomar contacto con eso que nos han dado.

Luego de toda esta situación me fui a dormir tratando de entender qué había pasado. ¿Era éxtasis, arrebató, reconocimiento, otro tipo de experiencia? ¿Qué me había pasado? ¿Había sido un accidente lo ocurrido? ¿Cómo podía ser que “viese” en “vivo y en directo” en alegorías? ¿Qué significaba el *todo* y la *nada*? ¿Qué significaba que parecían *dos niños alegres jugando en una tarde de primavera*? ¿Por qué se tradujo en una *tarde* si era de noche en ese momento? ¿Por qué se tradujo en *primavera* si era verano y estaba fresco?

Proyectar la fuerza

Por tratar de entender qué me había pasado y como síntesis de este retiro, rescaté de la experiencia una comprensión súbita, el sentido era “dejar que la fuerza se manifieste en mí y proyectarla a los demás.”

Esto no explicaba lo que había vivido, pero le daba dirección a la experiencia, marcaba un rumbo a seguir.

Al practicar pedidos en esta dirección comprendí que éste es una estructura global que lo guía a uno día a día y en la vida y que tiene por virtud penetrar en cada ámbito en el que uno está.

⁵ Anexo II. Charla de Silo con Salvatore Puleda sobre la muerte (material informal).

Síntesis o re significación de esta experiencia.

Estuve todo el 2014 sin entender que pasó. Ni siquiera un poco.

La experiencia fue una sacudida a todo mí ser, linda, llamativa y con residuos que no pude comprender en lo inmediato. Tuve que hacer algo para comprender e integrar lo ocurrido. Aproximadamente un año y medio después de este evento puede sintetizar y re-significar todo lo ocurrido en una alegoría que me ayuda a conectar con aquella experiencia. Pero a pesar de esto, todavía no entendía qué y cómo había pasado.

Síntesis alegórica:

“...Fue en una tarde de primavera... esas que nunca acaban porque el cantar de las aves prolongan la caída del sol. Esas tardes donde la tibia brisa arroja los cuerpos, los olores de la vida inundan nuestros sentidos y los colores tientan a la alegría.

Fue ahí que los hermanos se re-encontraron y con un infinito abrazo volvieron a encender la luz de sus corazones, que se encontraba apagada por las diversas disputas que habían vivido, por los Sí y los No.

Dicen que esa luz brilló tan fuerte que por un instante desaparecieron las sombras en el Universo. Todo quedó igualmente iluminado desde los diversos puntos del espacio. Incluso la nada se pudo ver.

Un escalofrío recorrió los cuerpos, pero ni eso evitó que la luz siguiera su expansión. Milenios de peleas, de armar y quitarse cosas, se extinguieron porque ambos re-conocieron que existían porque el otro existía.

Al final, ambos eran uno, todos eran uno. Era Uno el que soñaba que era muchos.

La luz brilló y una nueva era comenzó...”

Segunda experiencia, año 2015

Breve contexto

Volví a viajar al Parque Punta de Vacas a principios de enero del 2015 para las Jornadas de El Mensaje de Silo y con el plan de estar un mes de retiro en el Parque. En realidad sabía que los primeros 15 días iba a estar con muchos amigos intercambiando y haciendo muchas cosas, así que de retiro sólo iba a estar los últimos 15 días. En este caso mi idea era evaluar el año, mis primeros 12 años en el siloísmo, los primeros 4 años de ascesis, tratar de entender que me había pasado en enero del 2014, hacer algunas cosas en el taller y planificar el 2015.

Pero a diferencia del año 2013 y a pesar de las comprensiones sobre proyectar la fuerza y el pedido, el año 2014, para mí, fue un mal año y llegué a Punta de Vacas con mucho ruido interno por temas personales.

Desde este estado llegué a la segunda experiencia.

La experiencia

Hacía cuatro días que estaba dando vueltas por el Parque sin poder conectarme con los nuestros, los intercambios y las diversas situaciones que se dan en esos días de inspiración. Hablaba con amigos pero seguía con ruidos personales. Me acuerdo que intercambié con algunos sobre la experiencia que había tenido en el 2014 con intención de comprenderla, pero no lo lograba hacer.

Ese medio día, luego de una numerosa ceremonia en la Sala, me acerqué a una amiga y le comenté que estaba buscando ánimos para ir a intercambiar de este tema con uno de los nuestros que no conocía y que intuía me podía ayudar a entender qué me había pasado. Ella me animó y fui.

Me puse a hablar con él en la Plaza de las Estelas, era un día nublado y ventoso, otros de los nuestros caminaban por el lugar. Como no nos conocíamos nos presentamos. Recuerdo que él comentó, lúdicamente, lo siguiente: *-Hace varios días que nos cruzamos en el Centro de Estudio y ni nos habíamos presentado.* Ambos estábamos alojados allí y había pasado lo que él decía. Esto que comentó me predispuso a conectar con él. En sus palabras entendí una suerte de reflexión sobre el trato entre las personas que me alegró mucho y animó a conectar con él.

En un tono muy simple y de a poco comencé a contarle la experiencia que había vivido. El comenzó, del mismo modo, a contar sus experiencias y yo empecé a animarme más y a desarrollar más lo que me había pasado y él hizo lo mismo con sus experiencias.

En poco tiempo hablábamos con la confianza que se tienen los amigos de toda la vida.

En ese contexto comencé a decirle que todavía no sabía si la experiencia que había tenido había sido éxtasis, arrebató o reconocimiento. Inmediatamente después de decir reconocimiento, comencé a experimentar la misma experiencia de enero del 2014.

Una conmoción me invadió, sentí que se iluminó mi espacio interno y registré algo que, en ese momento traduje de este modo: *sentí que el “doble” podía expresarse a través de mi yo habitual.*

Recordé las anécdotas de los chamanes y espiritistas, que cuentan que un espíritu habla a través de ellos. Registre a mí “yo” “más flojo” y sentía que podía estar “conectado” a la **fuerza** del “todo y la nada” sin tanto ruido del “yo” habitual o intermediación de este. En ese momento, por el registro, me quedó claro qué experiencia había tenido y estaba teniendo.

Diría que duró poco tiempo. Seguimos hablando con nuestro amigo y nos despedimos porque él regresaba a su país.

A pesar de haber comprendido el registro de la experiencia todavía me quedaban dudas de cómo habían sucedido.

Ahora el tema era más complejo porque tenía una breve interpretación de la experiencia del 2014 pero en un contexto totalmente diferente (enero 2015), había vivido lo “mismo” (nadie tiene dos veces la misma experiencia diría Heráclito). Así que esa pequeña interpretación del 2014 no servía de nada. Lo que había ocurrido mientras hablaba con nuestro amigo lo hacía variar todo.

La mirada interna se encuentra a sí misma

Estuve unos días tratando de entender lo que había pasado. Me acuerdo que caminaba por el Parque divagando en estas situaciones y sentía que estaba muy tranquilo, sentía mucha paz, sentía que me faltaba el “ruido” de siempre, pero ¿qué ruido?

Busqué en mí y empecé a darme cuenta que ya no sentía esa sensación-presión que siempre me impulsó a buscar algo, a veces desesperadamente y a veces suavemente. Ese impulso profundo que desde muy chico me guió a relacionarme con ciertos amigos, a buscar cierto tipo de modelos de vida de hombre y de mujer; que me llevó en la adolescencia a buscarme en el mundo del deporte, el arte y las ciencias; y que en la adultez intentó encontrar su reflejo en una profesión, o su complemento en las relaciones personales.

Sentí que ese impulso “veloz”, que buscaba siempre su reflejo en el mundo externo, había terminado por encontrarse a sí mismo en lo profundo del corazón, iluminando el *Sentido* y evidenciando el fracaso de buscar afuera lo que está adentro.

En ese instante, *en que el tiempo es eterno y el espacio infinito*, me di cuenta que existía porque otros existían. Ya no necesitaba más buscar *mí reflejo*.

El fracaso se hizo luz y sentido.

Registré que algo nuevo comenzó desde entonces. Algo que fui traduciendo del siguiente modo: *el sentido de mi vida hasta ese momento había sido el de encontrarme y no lo sabía. Y ahora, que sé que existo, comienza un nuevo sentido.*

De ninguna manera esto fue algo neutro ¡También fue entre conmociones!

El sin-sentido y la experiencia de Reconocimiento ¿Para qué vivir?

Sé que traduzco las experiencias y en este caso la traducción inmediata (sin tamiz intelectual) fue: *sin esta experiencia no podría haber salido del sin sentido de la vida.*

Más allá de la traducción, como registro profundo, empezó a ser claro que vivía en el sin-sentido por buscar mi reflejo en el mundo externo y que este tipo de experiencia era una puerta hacia el *sentido* y *plenitud*. Nada nuevo el dato, pero como experiencia es diferente, porque Es.

Durante esos días en el Parque seguí reflexionando sobre lo ocurrido y por los registros de la experiencia en sí comprendía que nada malo habría de ocurrir tras la muerte y mi muerte. Pero estaba acá, en este mundo caótico, sabiendo que lo que viene después es muy bueno. Esto me hizo reflexionar mucho sobre para qué seguir viviendo en este espacio-tiempo sabiendo que aquello posterior es mejor.

“Si eternamente voy a sentir eso que sentí o mejor (pero claramente no peor) ¿para qué me voy a quedar acá?”

Por tener a todo mí ser tratando de develar esto, desde lo profundo de mi interior llegó una simple respuesta que me conmocionó y por esto la acepté como destino: *El sentido de quedarse sabiendo el buen por venir tras la muerte del yo-cuerpo, es testimoniar lo que viví (la experiencia).*

Simple y para mí, contundente. Así, entendí lo egoísta que tenía la otra postura del para qué quedarse si lo posterior es mejor. No compartirlo es como si no hubiese existido. En aquello está el *compartir con otros como destino del existir*, está la comunión.

Síntesis o re significación de esta experiencia

Desde un intercambio con una amiga, sobre esto que cuento, pude hacer una síntesis de esta segunda experiencia de un modo "mental" que me ayudó a comprender lo ocurrido, pero no cómo ocurrió.

Síntesis "mental":

"Cuando me pregunto quién soy, lo hago con imágenes.

*Ya la pregunta está compuesta por imágenes (-**quien**- **-soy-**) y la búsqueda se da con imágenes y en búsqueda de una imagen que me diga quién soy.*

*Pero resulta que **cuando SOY, no soy imagen**. Simplemente SOY⁶.*

No hay imagen que me pueda mostrar quien SOY.

La imagen detiene al SER y entonces muestra algo que ya NO ES el SER.

Si busco con imágenes quién soy, pretendiendo encontrar una imagen que me diga quién soy, encuentro cosas que no soy, imágenes.

SOMOS y para el SER no hay una representación.

Me busco con el corazón y con fe muy detrás de mis ojos tratando de des-confundir a la mirada interna de la externa mirada.

¿Quién soy? es el propósito que me guía en esta búsqueda. Una fuerza afectiva que me ayuda a desarmar los límites de la percepción, el recuerdo y la imaginación."

⁶ Cuando me refiero a SOY o SER, trato de describir una sensación parecida a la del movimiento. Por eso la imagen no puede mostrarnos quienes somos, porque no somos algo estático, somos más allá de lo dinámico.

Segunda parte: Intento de comprender las experiencias

Desde el primer momento de la experiencia de enero del 2014 me fue muy difícil comprender qué había sucedido, por qué y cómo. Tardé mucho en llegar a una conclusión más asentada sobre lo ocurrido y para hacerlo necesité armarme un camino de comprensión que partió desde la experiencia misma, siguió la vía de la intuición, el intercambio con amigos sobre lo ocurrido, el apoyo en otros textos, la revisión de nuestra doctrina y de mi biografía. También fue importante registrar en dos oportunidades la experiencia porque gracias al contraste de situaciones en las que surgieron pude avanzar en la búsqueda de respuestas.

Fue un proceso difícil que me llevó nuevamente a registrar la experiencia inicial y a comprender temas que no había imaginado que se relacionaban con ésta. Lo difícil fue darme cuenta que buscaba respuestas con “ojos” occidentales, esos que tienen forma de razón y que confunden el mundo externo con el interno, algo que no es válido para estos casos.

Contraste entre Psicología IV y la experiencia en Sí.

En primer lugar diría que me fue difícil comprender qué había pasado porque durante la experiencia no estaba haciendo una bocanada (pedido), un Oficio o un trabajo de Entrada (ascesis). Simplemente estaba sentado en el Parque contemplando lo que había hecho hasta ese día y el paisaje externo, entonces ¿de dónde provenía la experiencia?

Incluso ese día había resumido⁷ Psicología IV y si bien encontraba en él frases como: *“...el “yo” no es substancial sino un epifenómeno de la actividad de la conciencia (yo-atención)...”*; *“...el lenguaje de la cenestesia es la alegoría, simbólica y signica...”*; *“...me siento como estructuro...”*; *“...la inspiración es una forma de disponerse a recibir y dar impactos sensoriales. La disposición es el pre-dialogal para la comunicación estética...”*; *“... la conciencia inspirada: experiencias de lo sagrado por medio del Éxtasis (dentro de sí), Arrebato (transportado a otros espacios tiempos) y Reconocimiento (comprensión de todo en un instante)...”*; *“...en el caso del trance el sujeto se pone a disposición de esa inspiración que le permite captar realidades...”*; *“...la inspiración plena sustituye al “yo”...”*; *“...inspiración, trance, estado receptivo de fe...”*; *“...la entrada a los estados Profundos ocurre desde la suspensión del “yo”. Desde ahí surgen registros de conciencia lúcida y comprensión de las propias limitaciones...”*; *“...hacemos traducciones de ese mundo, desde el sueño sin imágenes o desde trabajos intencionales...”*

⁷ Adjunto como Anexo III se encuentra el resumen completo de Psicología IV (bajo el interés de comprender los estados inspirados de conciencia).

Esto no me alcanzaba para comprender lo ocurrido, básicamente porque tampoco aparece ahí alguna mención sobre la intensidad de la experiencia en sí o alguna referencia sobre el *todo* y la *nada* y alguna *tarde de primavera*...

Estas diferencias entre: ¿Cuándo es que se da una experiencia trascendental? ¿Qué dice la doctrina al respecto? y ¿Cuán intensa o no es una experiencia de este tipo? Eran puntos en tensión dentro de mí buscando una respuesta, eran el motor del intento.

El Tao Innombrable y otros mitos universales.

En aquel momento (enero 2014) sólo pude asociar la traducción de la experiencia (concentrada en la alegoría del *todo* y la *nada*, la *tarde de primavera* y los *dos niños*) con el mito chino del Dragón y el Fénix. En mí interior resonaron esos *dos niños jugando alegremente* con la imagen del yin (dragón-Long) y el yang (fénix-Feng) que *se aman y se buscan y que al encontrarse hacen resplandecer al Tao como la perla más bella*⁸. La experiencia en sí me recordó mucho al Tao Innombrable.

También recordé de los mitos egipcios la relación entre Osiris y Set; de los mitos nórdicos lo narrado en el capítulo del *Yggdrasil*⁹, el *árbol del mundo*: “... Descendemos de Ask (“fresno”) y Embla (“olmo”), dos troncos caídos que por voluntad de los dioses, de los Ases formadores, tornaron a la vida como seres humanos...”. Y el tema de la dualidad en Zarathustra¹⁰.

Empecé a recordar los mitos de diferentes culturas que narran la convivencia de dos seres, a veces en armonía y a veces en confrontación (según la cultura y su época) que surgen o devienen de dioses, de un dios o de alguna entidad espiritual. Luego esta pareja de seres se encaminan en temas existenciales.

Así seguí recordando a Gilgamesh y Enkidu (mitos sumero-acadios¹¹), a Maestro Mago y Brujito (mitos americanos, Popol Vuh, Libro del pueblo Quiché¹²) y de la mitología hindú lo dicho sobre Brahma (dios creador), Shiva (dios destructor) y Vishnú (dios preservador).

Pero todo esto no me pudo explicar lo ocurrido. Sí, me ayudó a advertir en la mitología universal la existencia de una experiencia común en diferentes culturas que antes no había advertido por falta de experiencias en mí.

⁸ Cita: “...No lucha el Long con el Feng porque se aman, se buscan haciendo resplandecer la perla...” Silo, (1992), *Mitos Raíces Universales*, “Mitos Chinos, El Dragón y el Fénix” (pag. 90), Madrid: Antares Ediciones.

⁹ Silo, (1992), *Mitos Raíces Universales* (pag. 131), Madrid: Antares Ediciones.

¹⁰ Ergas, Dario, (2015), “Unidad, dualismo y libertad en Zarathustra”, Centro de Estudios de Parques de Estudio y Reflexión, Punta de Vacas, Mendoza.

¹¹ Silo, (1992), *Mitos Raíces Universales*, Madrid: Antares Ediciones.

¹² Silo. (1992), *Mitos Raíces Universales*, Madrid: Antares Ediciones.

A pesar de no encontrar explicaciones en estos “textos”, sentí que me mantuvieron cerca de la atmósfera de la experiencia.

Traducciones

En enero 2014 sólo podía diferenciar entre el registro de la experiencia en sí, las traducciones de ésta y los cambios internos (del mundo interno) que comenzaban a desencadenarse. La traducción (*el todo y la nada*) no condicionaban la experiencia en sí y los cambios internos que se abrían paso, como ser las comprensiones súbitas y diarias que iba teniendo sobre otros temas, la alegría que sentía, la fe en el futuro abierto y otras cosas.

Pero fui viendo que creer más en la interpretación de la traducción, que en la experiencia en sí, era un posible motivo de desvío, ya que una interpretación ingenua de la traducción también podría llegar a alejarme de lo vivido. Porque la traducción mecánica depende de las co-presencias del momento y de los datos recolectados a lo largo de la biografía personal¹³. Lo importante era reconocer los procedimientos y mecanismos, el cómo había llegado a la experiencia.

En este contexto me ayudó la frase del capítulo “*La Realidad Interior*” (Silo. La Mirada Interna): “...*aprende a descubrir la verdad tras las alegorías que en ocasiones desvían a la mente, pero que a veces traducen realidades imposibles de captar sin representación...*”

Durante este período traté de entender cómo había ocurrido todo y no lo pude hacer. Me decía a mí mismo: “*Estaba solo en el Parque, viendo el paisaje, recordando lo vivido y tuve la experiencia. No estaba haciendo un Oficio o un trabajo de entrada (ascesis) como los que estoy acostumbrado a hacer. Así que debió haber sido un accidente, algo que no puedo volver a producir.*”

Lo que me mantuvo en el intento de comprender lo que había vivido fue la alegoría (la traducción) de *los dos niños en la tarde de primavera*.

Para mí existía un dato en eso pero no sabía bien cual. Entendía que la *tarde* y la *primavera* son momentos de transición pero esto no me aportaba mucho. ¿Y los 2 niños? ¿Por qué se tradujo así?

¹³ Silo, (1990), *Contribuciones al Pensamiento*, “Sicología de la Imagen”, México D.F.: Plaza y Valdés: “...El tema de las alegorías correspondientes a impulsos del intra cuerpo no puede estar desligado de la memoria personal, que es también sistema de representación...” (pag 62) “Otro tanto ocurre, a veces, en las fronteras de la muerte. En ocasiones, las proyecciones se corresponden con particularidades de cada sujeto pero, además, están relacionadas con elementos de sus propias culturas y de sus propias épocas...” (pag. 63).

Comparación entre experiencias

La segunda experiencia (enero del 2015) que viví se había dado en una situación muy diferente a la del año 2014. Esto me ayudó a seguir buscando una respuesta.

En el primer caso venía de un muy buen año (el 2013), hacía 15 días que estaba en Punta de Vacas, estaba solo en el Parque y desde una situación de contemplación (de lo interno y lo externo) había registrado algo.

En el segundo caso venía de un mal año, estaba con ruidos personales, hacía pocos días que estaba en el Parque y la experiencia se dio mientras intercambiaba del tema con un amigo en un día ventoso, incómodo para estar mucho tiempo en la Plaza de las Estelas.

Eran muy opuestas las situaciones como para poder qué estaba pasando y cómo. Pero gracias a esto pude reconocer lo vivido dentro de la conciencia inspirada (por el registro en sí de ésta).

Pero no podía explicarme del todo cómo había pasado y qué significaba la alegoría y cómo es que uno puede “ver” en alegoría en “vivo y en directo”.

Un paréntesis, crisis 2009-2010

Durante los días siguientes a la segunda experiencia traté de revisar en qué había estado en el año 2013 y en los días previos a la primera experiencia con la intención de comprender lo ocurrido. Al hacerlo empecé a ver que, lo que en un principio había considerado un accidente, en realidad no era tan así (la experiencia del 2014).

El año 2013 también lo había empezado en Punta de Vacas en las jornadas de El Mensaje de Silo y en una situación interna muy distinta a la que vengo contando.

Estaba en una crisis, para mí, profunda. No entendía nada de lo que estaba pasando en mi vida y en el siloísmo. Nada.

Desde el año 2009 al 2010 viví tres hechos, que hoy (año 2016), considero me cambiaron la vida o ayudaron a que eso pase. Estos fueron: la reestructuración del Movimiento Humanista, los registros de la disciplina y la partida del Negro.

La reestructuración del MH me significó que el estilo de vida que llevaba tenía que cambiar y que por lo tanto todo lo que imaginaba a futuro había desaparecido. No tenía el futuro “práctico” que había estado construyendo a lo largo de siete años de participar en él.

Los registros de la disciplina me evidenciaron: lo ilusorio del “yo”, me mostraron al *Mí-verdadero* y que es posible no morir. Pero del futuro inmediato-cotidiano no me dijeron nada.

La partida del Negro me sorprendió, a pesar que sabía lo que él decía respecto de su salud. Sentí que todo esto (el siloísmo) ahora dependía de nosotros y de mí. Ya no iba a estar él para marcar el rumbo. ¿Y si nos equivocábamos? ¿Cómo seguir su camino? ¿Qué hacer para no fallarle? El guía externo ya no estaba ¿y ahora qué? ¿En qué apoyarse? Estas dos preguntas me llevaron a notar que los registros de la disciplina eran el nuevo guía-interno y que era conveniente apoyarme en ellos para avanzar entre tantas dudas.

Durante todo el 2013 me dediqué a intercambiar con los nuestros de diferentes Parques y de diferentes momentos de proceso dentro del siloísmo sobre esos tres temas. Visité a muchos amigos y hubo dos recomendaciones que valoré mucho: profundizar en la crisis, no apurarme a salir de ella y abrir aún más el intercambio sobre estos temas a otros siloístas que no conocía.

Esto me puso en situación de *ir* a intercambiar con muchos de los nuestros que no conocía, algo que también me puso en situación de vencer muchas resistencias respecto a prejuicios, formas de relación, diferencias en los tonos afectivos, distintas interpretaciones de lo ocurrido y más cosas.

Entre todo esto fui aprendiendo que *ir hacia los demás* era algo muy bueno, así que abrí esa actitud hacia cualquier tipo de relación, incluso mientras estaba por la calle o en algún lugar público con desconocidos.

No puedo describir con exactitud a qué me refiero con *ir hacia los demás*, pero sería como una actitud activa-consiente y no pasiva-mecánica-compensatoria sobre las relaciones con otros. Podría ser similar a lo que dice Silo en el final del Acto Público de Madrid o Bombay: “...*ve hacia tus padres, tu pareja, tus compañeros, amigos y enemigos y diles con el corazón abierto: Algo grande y nuevo ha pasado hoy en mí...*” Ese “*ve-con el corazón abierto*”, explica un poco a que me refiero con *ir hacia los demás*. Aunque en aquel momento no lo hacía con el fin de contar algo, sino con el fin de comprender algo o simplemente relacionarme con otros para aprender.

Estaba por terminar el año 2013 y un día me di cuenta que ese había sido el mejor año de mi vida y por lo único que había sido así era porque me había *dirigido hacia los demás*.

En ese momento empecé a comprender que ya estaba saliendo de la crisis.

Así llegué a Punta de Vacas en enero del 2014, sabiendo que el mejor año de mi vida había sido así porque me había *dirigido hacia los demás*, así que mi imagen para los días que iba a estar con los nuestros en el Parque era la de *ir* hacia ellos.

La experiencia como hecho concomitante¹⁴ de la acumulación de actos en una dirección

Saliendo del paréntesis. Había pasado la experiencia del año 2015 y estaba intentando recordar en qué situación había llegado a la experiencia del 2014. Al revisar lo que había vivido en el 2013 empecé a ver que el día de la experiencia había puesto en práctica lo que había aprendido desde las experiencias directas, no los datos intelectuales que uno puede retener sobre la doctrina (datos sin experiencias), sino, lo que había registrado que nos hace bien.

Entonces, como el supuesto cuidador de Mendoza no vino a saludar, fui yo a saludarlo. Cuando me di cuenta que no iba a venir nadie, cambié la actitud y de estar en un retiro personal asumí un rol de cuidador, me puse en el lugar de los amigos del Parque y di una vuelta por él para ver cómo estaba. Todo esto me fue conectando conmigo y los demás. Todo aquello de *ser una noche para estar con amigos* y hasta el proverbio árabe que recordé y que había aprendido en la adolescencia por estar en una búsqueda espiritual, me fueron aproximando a la primera experiencia.

Más que un accidente, comenzaba a entender que la experiencia se había dado por una acumulación de actos en una dirección, *por llevar un estilo de vida*. Además de que no tenía la expectativa de tener una experiencia “entretenida” en esa ocasión. No estaba en la búsqueda de experimentar algo extraordinario en Punta de Vacas. La idea era ver, ahí, cómo construir esa situación en la vida cotidiana.

Búsquedas en Lao Tse, Buda y Platón

En este punto no intento hacer un estudio comparativo entre doctrinas, sino, contar que leí algunos textos con la intención de que me ayuden a comprender la experiencia, ya que intuía que en algunos de ellos había rastros de ésta.

No realicé ningún estudio metódico, simplemente fui leyendo, simultáneamente, el *Tao Te Ching*¹⁵, *Los Sermones Medios del Buda*¹⁶ y el *Timeo de Platón*¹⁷ con la intención de sentir la atmósfera de esos textos y a partir de eso encontrar respuestas.

Comencé leyendo el *Tao Te Ching* por la identificación que sentía entre mi experiencia y lo que alguna vez había leído sobre el Tao. En el libro que leí, el traductor hacía muchas

¹⁴ Arrechea, Jano, (2016), *Sobre notables similitudes y probables concomitancias*, Centro de Estudios de Parques de Estudio y Reflexión La Reja, Buenos Aires.

¹⁵ Iñaki Preciado Idotea, (2010) *Tao Te Ching. Los libros del Tao. Lao Tse. Edición y traducción del chino de Iñaki Preciado Idotea*, Madrid: Trotta, Pliegos de Oriente.

¹⁶ Amadeo Solé-Leris y Abraham Vélez de Cea, (2008), *Majjhima Nikaya. Los Sermones Medios del Buddha. Traducción del pal, introducción y notas de Amadeo Solé-Leris y Abraham Vélez de Cea*, Barcelona: Kaiós.

¹⁷ Platón, *Timeo o de la Naturaleza*, Edición electrónica (www.philosophia.cl) Escuela de Filosofía Universidad ARCIS.

referencias al budismo, entonces decidí que sería oportuno leer en simultáneo el libro de Buda recomendado para la Disciplina Mental y como no había leído ningún libro recomendado para la Disciplina Morfológica (la cual practiqué), me pareció que era oportuno hacerlo para ver si encontraba respuestas a mi experiencia, entonces elegí el *Timeo*.

La idea de la lectura en simultáneo fue para poder ir comparando mejor los textos y poder ver las relaciones que existían entre éstos. En este sentido, la primera similitud que encontré fue lo difícil que era comprender lo que decían. Fue muy difícil hacerlo hasta que recordé que Buda le había hecho memorizar los sermones a sus discípulos entonces intenté memorizar un sermón y en ese momento cambió todo. Memorizar el sermón, en sí, era y es un trabajo sobre la conciencia y la mente (algo que ayuda a des-confundir a la mirada interna de la externa mirada). No fue por falta de papel que los memorizaron.

En ese momento puede ver la diferencia entre seguir los registros del sermón (al memorizarlo) y mi intención de tratar de entender el texto como nos enseñan a hacerlo en las escuelas occidentales. Seguir los registros fue un cambio de emplazamiento importante para poder seguir leyendo estos tres textos.

Así pude profundizar más en las palabras que se encuentran escritas ahí, todas son descripciones de estados mentales, no palabras planas o “efímeras”.

Esto produjo en mí un nuevo desequilibrio que me ayudó a comprender más los textos de Silo al encontrar un emplazamiento más interno-experiencial para leerlo.

De esta triple lectura no surgieron las respuestas que buscaba, sino nuevas comprensiones que aportaron a la profundización de la búsqueda, como ser el ir evidenciando qué es lo occidental en mí, qué es eso que tiene que morir para abrirle paso a la Nación Humana Universal.

Silo: H Van Doren y un fragmento de *El Día del León Alado*

En esta dinámica de lecturas y también por estar en intercambios con los nuestros y tratando de comprender a qué se refiere Silo con procesos, empecé a leer el libro Cuadernos de Escuela¹⁸ y llegué al *Cuaderno 6, el Telediol de la Fuerza*. Ahí estaba todo lo que necesitaba para terminar de comprender lo que había sucedido en la experiencia del 2014, incluso la alegoría de la tarde de primavera.

¹⁸ H. Van Doren, (1973), *Cuadernos de Escuela*, “Cuaderno 6, Telediol de la Fuerza”, Chile: Camilo Henríquez Ltda. (Libro no oficial sobre siloísmo).

Adjunto como anexo IV se encuentra este texto, pero para seguir con el relato voy a ir comentando algunas cosas escritas en él que pude comprender por seguir registros y no por intentar entender el texto como *buen occidental*.

Aquí Silo va contando, apoyado en la máquina árbol¹⁹ (anexo V²⁰) cómo la energía psíquica circula por los centros de respuesta (vegetativo-sexual, motriz, emotivo, intelectual y superior) y cómo desde esta circulación se puede shockear el centro superior de forma mecánica o intencional y qué puede pasar posteriormente al shockeo. Entonces hace comparaciones con otras corrientes de Escuelas y tipos de prácticas para tener experiencias de otro nivel de conciencia.

Por ejemplo, comenta cómo la energía sube desde una sobre carga del centro emotivo y pega en el centro superior y cómo luego, si no hay actividad intelectual, la energía cae por la vía de la confusión, accediendo así a cierto tipo de experiencia de conciencia inspirada. También se podría sokear el centro superior desde sobrecargar el centro intelectual, como se practica en el *Tao Te Ching*. Pero si no hay luego del shockeo actividad intelectual, la energía cae.

La propuesta de Silo es, luego del shockeo, *activar* la vía intelectual para seguir ascendiendo. Él propone hacer el trabajo con la fuerza como práctica coherente y lúcida para estos temas. Es una síntesis de práctica lo que se describe en este texto.

La vía por la que se asciende es la del propósito. Por ahí se encuentra el éxtasis, el arrebató y el reconocimiento. "*Más arriba está el Plan de todo lo existente que te alumbrará por vez primera*".

Leyendo esto pude comprender lo ocurrido en el 2014.

Pasó que: me senté a recordar todo lo bueno que me había ocurrido en el 2013 y en esos 15 días de intercambios con los nuestros, 15 días de *ir hacia los demás*. Esto sobrecargó mi centro emotivo y sumado a la percepción del hermoso paisaje externo hizo subir la energía al centro superior; ante el shokeo (la conmoción) empecé a preguntarme qué me estaba pasando, eso *activó* lo intelectual y funcionó como un propósito ocasional, algo que me permitió ascender desde un éxtasis inicial hasta más arriba.

Esto aclaró un poco lo que había ocurrido a nivel energético-morfológico y por otro lado me evidenció esta forma occidental de ver el mundo, esta forma "materialista" que tiende a querer materializar todo. Estaba buscando explicarme algo que para comprenderlo hay que vivirlo, experienciarlo.

¹⁹ Daniel Zimmermann, (2016), *Poética menor y cartas T comentarios de nuestro Atón*. Centro de Estudios de Parques de Estudio y Reflexión, Punta de Vacas, Mendoza.

²⁰ Recomendación: seguir esta parte del texto con anexo V (máquina árbol).

Un poco más adelante, en el Cuaderno 6, Silo comienza a citar párrafos de *El Libro Tibetano de los Muertos*, me sorprendió ver en el “Bardo de la Experiencia de la Realidad”²¹, la misma primavera que vi aquella noche.

Así como sentí identificación entre mi experiencia y algunos mitos antiguos, sentí identificación con la primavera que se describe en este capítulo. No tengo muchas formas de transmitir esa identificación. Por este motivo adjunto en el anexo VI²² un solo intento de transmitir estas identificaciones y similitudes entre traducciones y experiencias que han tenido las personas a lo largo del tiempo y de la geografía de la Tierra.

También con el fragmento del Bardo de la Experiencia de la Realidad se aclararon algunas cosas más. Sobre todo que Bardo²³ significa transición, como la *tarde* y la *primavera* que “vi” en la experiencia.

Esta comprensión relacionada a la máquina árbol me ayudó a ordenar en mi interior lo ocurrido y a advertir más las diferencias entre las experiencias en sí, sus traducciones y posteriores interpretaciones y comprensiones.

La experiencia no es la inmediata traducción. La traducción no es la interpretación de la experiencia, ya que ésta sucede concomitantemente y sin intención. La comprensión de lo ocurrido puede ser respecto a la interpretación de la traducción o a la comprensión de cómo se manifestó la experiencia (procesos y procedimientos psíquico-mentales). Uno elige qué camino seguir, el de la interpretación de la traducción de la experiencia o el de la descripción del cómo se manifestó. No terminan en el mismo lugar estos caminos.

²¹ “... ¡Oh noble hijo! En el momento en que tu cuerpo y tu espíritu se han separado, has conocido el fulgor de la Verdad Pura, sutil, centellante, brillante, resplandeciente, gloriosa y radiantemente impresionante, bajo la apariencia de un espejismo cruzando un paisaje primaveral y un continuo chorrear de vibraciones. No quedes subyugado, aterrorizado ni temeroso. Todo ello no es sino irradiación de tu propia y verdadera naturaleza. Aprende a conocerlo...” (pag. 104). H. Van Doren, (1973), Cuadernos de Escuela, “Cuaderno 6, Telediol de la Fuerza”, Chile: Impresora Camilo Henríquez Ltda. Segunda edición.

²² Anexo VI: Fragmento del *Libro Tibetano de la vida y la muerte*. Traducciones de un paciente inglés post muerte clínica.

²³ “...Bardo es una palabra tibetana que designa sencillamente una transición o un intervalo entre la conclusión de una situación y el comienzo de la siguiente...” (pag. 147). Sogyal Rimpoché, (2012), *El libro tibetano de la vida y la muerte, “Capítulo siete: Los Bardos y las otras realidades”*, Barcelona: Editado por P. Gaffney y A. Harvey. Ediciones Urano.

Siguiendo con otro texto de Silo, en el cuento El Día del León Alado, pude encontrar más piezas de este rompecabezas.

Luego que Tenetor III ve a Tenetor II hablando con el viajero y estos se despiden, él entra a la cueva diciéndose: *“... ¡sé lo que hago! Pero esas palabras dichas para sí mismo retumbaron afuera, llegaron a sus oídos desde afuera. Al mirar la pared rocosa escuchó frases referidas a ella... Estaba rompiendo la barrera de las menciones en que se mezclan los distintos sentidos...”* Y continua diciendo el texto: *“...Luego vio una piedra que abría sus aristas como flores coloreadas y en ese caleidoscopio advirtió que estaba rompiendo la barrera de la visión. Y traspasó cada sentido como lo hace el arte profundo cuando toca los límites del espacio de la existencia...”*

Esto me explicó por qué comencé a percibir que no existían límites entre la precepción de la luna, las nubes, las estrellas, el sonido del río y de los árboles. En ese momento se roza el límite de la interioridad.

En toda esta búsqueda fue una sorpresa comenzar a advertir qué es lo occidental en mí, qué es eso que tiene que morir para dar lugar al nacimiento de la Nación Humana Universal en mi interior. Que esto depende de seguir *registros internos*, en vez de seguir con la razón, palabras escritas, cosas fuera de mí. Esto trata de des-confundir la mirada interna de la externa mirada.

Tercer parte:

Síntesis de cómo y qué pasó, la experiencia en sí y en contexto

La experiencia en contexto

Respecto a la primera experiencia (2014), comprendo que no la puedo explicar en sí misma por lo que pasó ese día en ese instante, sino que tengo que considerarla en relación a los hechos de mi vida y a nuestra doctrina y otras. Para entenderla tuve que aprender a ver cómo se relacionan las cosas que vivo con las que viví, quiero vivir, la gente que me rodea, cómo me relaciono con ellos y la dirección general de mi vida. Comprenderla exigió un trabajo de integración y complementación de diversos hechos.

La experiencia en sí

En cuanto a la experiencia en sí, cómo sucedió (técnicamente) y qué, entiendo que fue desde haber atravesado la crisis con la actitud de *ir hacia los demás*, de haber sumado acciones positivas en una dirección particular y de haber aplicado lo que voy aprendiendo de nuestra doctrina desde lo experiencial.

En sí: en un momento me relajé y entonces comencé a contemplar todo lo bueno que había vivido mientras contemplaba un paisaje externo. Esto fue sobre cargando mi centro emotivo hasta que se “saturó”, “disparó” la energía y shokeó en el centro superior, me conmocioné y como en ese momento estaba interesado en saber qué es la conciencia inspirada, en el momento de la conmoción, comencé a hacerme preguntas, esto mantuvo activo lo intelectual y actuó como un propósito ocasional, lo que me permitió ascender más y más en el espacio interno. La conmoción comenzó a correr al “yo” y continuaron experiencias de éxtasis, arrebatos y reconocimiento²⁴...

El evocar recuerdos positivos me hizo conectar con la Fuerza. Todas las imágenes tienen carga, si uno comienza a reunir sólo imágenes positivas, se carga afectivamente, se inspira y puede llegar a *conectar* con la Fuerza, ese es el shock en el centro superior, las conmociones corren al “yo” de su lugar habitual y comienzan a manifestarse o a evidenciarse nuevos fenómenos no-habituales, nuevas formas de estructurar lo interno y externo. Desde ahí, por un esfuerzo intelectual, por un propósito, se puede *subir hasta el Plan que te alumbrará por vez primera*.

Las traducciones alegóricas *son el lenguaje de la cenestesia profunda y las traducciones tienen relación con las imágenes guardadas en uno según la vida que haya desarrollado*, por tanto, mencionar las imágenes de las traducciones no viene al caso. Sí, viene al caso, saber desde dónde es que se producen, qué intentan traducir y cómo reconstruir las

²⁴ Víctor Piccininni, (2015), *Experiencias de Reconocimiento*, Centro de Estudios de Parques de Estudio y Reflexión, La Reja, Buenos Aires.

condiciones por los cuales uno alcanzó esas experiencias significativas. Esto vale más que seguir las interpretaciones sobre las traducciones porque nos aleja de los ritos, de la religión externa.

Segunda experiencia, en contexto y en sí

Respecto a la experiencia del 2015, mientras hablaba con nuestro amigo, reconozco que se desencadenó un mecanismo similar al mencionado anteriormente.

Respecto a la experiencia que traduzco como *“la mirada interna se encuentra a sí misma”*, siento que fue en el contexto de un cierre de proceso, pero eso es difícil de transmitir, porque tendría que contar 12 años de participar en el siloísmo.

Esto trate de sintetizarlo en pocas palabras que no se si van a explicar lo ocurrido. Antes de ingresar al MH no sabía si la vida tenía o no sentido, era un misterio y nadie a mí alrededor lo podía afirmar o negar. A los dos meses de participar, haciendo el retiro de autoconocimiento, pude registrar claramente cómo el núcleo de ensueño me había orientado hasta ese momento de mi vida y sentí que sí había un sentido en la vida, pero no estaba seguro cuál. Por registro sabía que existía algo, no me refiero al núcleo de ensueño, sino a algo más que pude registrar en aquella oportunidad pero que no vi con claridad. Entonces interpreté al sin-sentido de un modo y al sentido de otro. Esa experiencia fue el propulsor de estos primeros 12 años en el siloísmo, en los cuales seguí preguntándome sobre ese sentido de la vida. Esta nueva experiencia, de otro nivel, me ayudó a comprender, por registro, que estaba en el sin-sentido y que había *significado* mal lo que mencioné recién.

Cuando quise comprender qué me estaba pasando (en la experiencia del 2015) sin querer me fui montando sobre ese impulso profundo que me llevó toda la vida a buscar algo fuera de mí que me IMPRESIONE profundamente y lo suficiente como para darle sentido a la vida. Seguí ese impulso con atención hacia dentro de mí revisando mi vida, reconociéndolo en cada momento de ésta y a cada instante, hasta que el impulso terminó por “impactar” sobre sí mismo como si fuese una serpiente que al voltearse alcanza a morder su cola.

Todo esto me ayudó a comprender mejor lo importante del capítulo de *La Mirada Interna*, Sospecha del sentido: *“...sin esas experiencias, no podría haber salido del sin-sentido...”*

A la experiencia en sí la puedo reconocer en el siguiente párrafo del librito *Comentarios a El Mensaje de Silo: La mirada interna deberá llegar a chocar con el sentido que pone la*

*Mente en todo fenómeno, aun de la propia conciencia y de la propia vida y el choque con ese sentido iluminará a la conciencia y a la vida*²⁵.

Al realizar este escrito fui comprendiendo que *lo más importante es aprender a armar recorridos para comprender las propias experiencias, así, uno puede convertirse en maestro de su propia conciencia*.

Estos recorridos evidencian temas que enriquecen la comprensión de las mismas, ampliando aún más el horizonte témporo-espacial.

Advierto que lo importante fue, ante todo, seguir buscando *cuál es el sentido de la vida* y que durante toda mi vida busqué, fuera de mí, una respuesta racional para este tema y encontré que esto no resulta así. Esa búsqueda de respuestas racionales es el ensueño del paisaje y que la respuesta a este tema es "irracional", debo quedar con *indiferencia al ensueño del paisaje* para comprenderla, vivirla. La respuesta se halla en la "unión" de la *real sabiduría con el amor verdadero*²⁶, o sea, en una experiencia que luego se expresa *por boca del poeta*²⁷. *No hay falsas salidas para acabar con la violencia en el mundo*²⁸.

Es el fin de la *época racional* la que intenta dar una explicación de este tipo a estos temas.

Ahora comprendo qué pasó y cómo. Puedo generar la experiencia nuevamente y noto que lo importante para que esto pase es: mantener cotidianamente la actitud de *ir hacia los demás* con nuestros temas, con el *corazón abierto*, dejar que se manifieste la fuerza en mí y en otros y aprender a registrar ese impulso "veloz" de la "mirada interna" para poder re-direccionarlo hacia el sentido y plenitud.

²⁵ Silo, (2009), Comentarios al Mensaje de Silo. (pag. 8). Centro de Estudios de Punta de Vacas, Mendoza: Impreso en Altuna Impresores.

²⁶ Silo, (1969), extracto de la Arenga "La curación del sufrimiento": "*Si has venido a escuchar a un hombre de quien se supone se transmite la sabiduría, has equivocado el camino porque la real sabiduría no se transmite por medio de libros ni de arengas; la real sabiduría está en el fondo de tu conciencia como el amor verdadero está en el fondo de tu corazón*". (www.silo.net)

²⁷ H. Van Doren, (11973), extracto del inicio de *Poética Menor*: "*El lenguaje común menciona cosas exteriores, por lo tanto ilusorias. La realidad habla por boca del Poeta*". Microcosmos (3). (Material informal).

²⁸ Silo, (1969), extracto de la Arenga "La curación del sufrimiento".

Ascesis

Concomitancias en la ascesis.

Trabajo de Entrada: Transformación del espacio interno de trabajo.

Volviendo a aquel lejano enero del 2014, precisamente al día después de la experiencia, sucedió algo muy particular cuando me dispuse a practicar una entrada (ascesis) que continua hasta la actualidad, en este caso, por intencionalarlo.

En aquel momento, cuando cerré los ojos para practicar la entrada, la representación con la que trabajaba desde la disciplina, había desaparecido. En esta oportunidad se “impuso” la imagen del Portal del Parque Punta de Vacas (la que se encuentra cerca de la curva del tiempo) y dentro del Parque me esperaba el guía, el cual me había acompañado durante la disciplina en el nivel de sueño, corrigiéndome incluso algunos pasos, pero que luego de terminarla había desaparecido.

Mi primer reflejo fue correr esa imagen y volver al escenario con el que solía trabajar. Fue imposible, prácticamente porque la carga afectiva que tenía esta nueva representación era muy fuerte. En vez de luchar con la imagen, me dispuse a seguirla como si fuese una transferencia. Así que seguí al guía. Desde ahí fuimos a la sala y pasamos por dentro sin detenernos, al salir, a un lado se encontraba una pareja de amigos que de algún modo representaban muy bien la unión entre lo masculino y lo femenino. Seguimos caminando con el guía hasta llegar a la puerta de la multiuso del Parque, al mismo lugar que pocas horas antes había tenido la experiencia de ese 2014. Me senté en la silla dispuesto a realizar el trabajo de entrada pero esta vez me acompañaba el guía y una fuerza afectiva que jamás había sentido en este trabajo. Desde acá trabajé y se repitió la experiencia de la noche anterior pero levemente.

Desde ese momento, siempre que cierro los ojos para trabajar la ascesis, aparezco frente al Portal de la “curva del tiempo” y el guía me espera del otro lado. En ocasiones me sugiere cosas y en otras realizamos el recorrido que mencioné en silencio.

Luego de la experiencia del 2015, esto volvió a cambiar. Dentro de la sala me esperaba una imagen del complemento. Cuando la vi, no supe que hacer, así que ante la sugestión de la imagen, la abracé (en la representación) y en ese momento sentí que nos fusionábamos y al hacerlo aumentó la energía psicofísica. Sentí “quedar” mejor predispuesto para el trabajo, más lúcido.

Actualmente, al salir de la sala (en este trabajo), sigue estando la pareja “alquímica”, viendo como eternos enamorados el atardecer en Punta de Vacas.

La práctica de entrada, en sí, técnicamente no cambió. Este nuevo escenario comenzó a ser un trabajo de “purificación” y carga afectiva para luego hacer la práctica. Trabajo con

la representación de sentarme en aquel lugar, contemplar el paisaje (interno “externo”) y profundizar la mirada, como alejándome del registro del mí-cotidiano²⁹.

Estilo de vida: El Mensaje de Silo. El Oficio del Fuego. El “yo” cotidiano.

Estas experiencias que estoy contando me ayudaron a re-significar lo que entendía por el siloísmo y la vida en general.

Por medio de los seminarios y retiros del Mensaje y los trabajos en el Oficio del Fuego (el taller en general) pude ir construyendo un estilo de vida más integrado entre lo que es exclusivamente personal y el aporte a la época actual desde el Mensaje, las actividades en los Parques y los trabajos de ascesis.

Todo esto lo comencé a registrar como un modelaje al “yo”. Como una nueva forma desde dónde vivir lo cotidiano, lo cual se hace desde un “yo”.

Es difícil marcar que no me refiero a la personalidad, al núcleo de ensueño, a la imagen de sí o al paisaje de formación, pero sí, a algo que se relaciona con todo aquello e influye y recibe de éstos influencia. Trato de referirme a la sensación directa que tenemos de “yo”. Esto que en Psicología III³⁰ se describe del siguiente modo: *“...Ese registro de la propia identidad de la conciencia está dado por los datos de los sentidos y los datos de memoria, más una peculiar configuración que otorga a la conciencia la ilusión de identidad y permanencia no obstante los continuos cambios que en ella se verifican. Esa configuración ilusoria de identidad y permanencia es el yo...”*

Empecé a darme cuenta que tenía que ir transformando esa sensación, ir formando un “yo” diferente. Claro que no en lo “sustancial”, sino en la adherencia o identificación a ciertas sensaciones y que el estilo de vida era el ámbito adecuado para ir moldeando ese nuevo “yo”. Quizás hacía el nosotros o a ese “yo” permeable que participa de ámbitos de paridad e intercambio en los que *los conjuntos mejoran a los individuos*³¹

Fui notando que participar en diferentes ámbitos nuestros me predisponía a ir formando un “yo” permeable, ligero, respetuoso de la diversidad que ayuda a conectar con los espacios profundos. Sentí que empezó el momento de salir de la cueva del “yo”.

También en este sentido el trabajo en el Oficio del Fuego, el trabajo con los fuegos, la materia, las formas, “su energía”, los hornos y fraguas, sumados a la práctica del tono, la

²⁹ En este caso no me refiero a lo que llamé el *mí-verdadero*, me refiero a algo afectivo que también se mezcla con el “yo”.

³⁰ Silo, (2006), *Apuntes de Psicología*, “Psicología III, La conciencia y el Yo” (pag 285), Rosario: Ulrica Ediciones.

³¹ Silo, (2010), Charla informal frente a un grupo de amigos, Parques de Estudio y Reflexión “Manantiales”, Chile: https://www.youtube.com/watch?v=HvC3dGS3_jY

pulcritud y la permanencia me ayudan a seguir moldeando ese “yo” cotidiano que tiende a identificarse con cierto tipo de sensaciones que sintetizan ese *yo-soy*, ese yo-periférico.

En torno a estas experiencias, el trabajo en el taller o en el Oficio del Fuego, fue una pieza clave y casi fundamental porque me ayudó a seguir cerca de la atmósfera de la experiencia, como había pasado con los mitos universales.

De aquella primera experiencia (2014) se desprendió, concomitantemente, un trabajo referido al hierro. Algo que comenzó con querer encontrar materia prima para realizar la fórmula de vidrio de Punta de Vacas, terminó haciendo foco en la búsqueda de ese material opaco y duro que se encuentra en el Sol, en meteoritos, la Tierra y en nuestra sangre.

Algo que jamás me había interesado y de esto me “agarré” para meterme en el tema. Algo que jamás había llamado mi atención ahora lo hacía ¿por qué? No sé, seguí una intuición y una lógica: *este gusto no estaba en mi paisaje de formación y después de la experiencia sí, así que lo voy a seguir para ver que significa*. Algo que me llevó, nuevamente a *ir hacia otros* y a la experiencia del *todo* y la *nada*.

Fue sorpresivo cómo este trabajo fue cobrando carácter de “materialización” de las experiencias y llevándome nuevamente a registros de completitud.

Por ejemplo, estando un día de retiro en Parque La Reja, tratando de fundir piedras para extraerles el hierro, tuve un sueño que en imágenes no dijo mucho, pero que me llevó al registro de completitud, al registro que dentro de mí se unió lo “masculino” y lo “femenino”, la unión de los opuestos. Algo que había registrado con el *todo* y la *nada*. Esto me hizo pensar en sino fue por un motivo así que los hombres se dedicaron más a trabajar el hierro, algo así como que este metal pudiese representar la “energía femenina” y de ahí esa atracción entre herreros y hierro. La atracción de opuestos. Es algo irracional que queda para investigar, algo más que se desprende de este trabajo.

Otro tipo de experiencia que me ayudó a seguir trabajando el estilo de vida, el “yo” habitual, fue uno de los sermones de Buda³², uno en el que él le dice a sus monjes que pueden dejar de sufrir en siete años si quisiesen, sigue el sermón y les dice que podrían dejar de sufrir en siete meses si quisiesen, sigue diciendo en siete días si quisiesen.

Todo esto me hizo pensar en que participo de “la curación del sufrimiento” y sigo sufriendo, entonces ¿qué hago mal?

Me puse a ver qué tendría que hacer para dejar de sufrir hoy y para siempre en este mundo (como decía el Buda) y para mi sorpresa se me presentaron muchas cosas, entonces no era tan imposible. En principio tenía que ordenar algunas prioridades y vencer ciertas resistencias. En este contexto vi que imaginaba que en algún futuro iba a

³² Anexo VII: Solé-Leris, Amadeo, (2008), *Najjhima Nikaya Los sermones medios del Buddha*, “Sermón sobre los fundamentos de la atención (N° 10)”, Barcelona: Kairós.

dejar de sufrir para siempre, pero que si siempre lo proyectaba hacía un futuro lejano nunca iba a pasar, así que tenía que traer ese futuro al ahora. Esto me mostró que imaginaba que la sensación de “yo” actual iba a dejar de sufrir en ese futuro, algo que no puede ser, porque este “yo” actual en parte es placer, en parte unidad interna y en parte sufrimiento, iba a ser otra sensación de “yo” la que no iba a sufrir más. Un tipo de “yo” que no se identifica con la sensación de sufrimiento.

Entonces había que trabajar sobre el “yo” para que esté relacionado con otras sensaciones cotidianas, algo que surge desde un nuevo estilo de vida, para mí relacionado a El Mensaje de Silo (ámbito de reunión, experiencias con otros, su estudio y difusión), el Oficio del Fuego, los Parques de Estudio y Reflexión, el intercambio entre los nuestros, la heterogeneidad de vínculos que podemos establecer en nuestra Nación Humana Universal, la solidaridad, el buen conocimiento, la fe en nosotros y en lo mejor de quienes nos rodean y el dejar que la fuerza se manifieste en mí y en otros.

El Propósito: La conmoción y el remplazo del paisaje de formación.

En la carpeta de ascesis que nos brindaron en febrero del 2011, aparecen algunas charlas en las que Silo habla sobre el propósito. Estas experiencias me ayudaron a experimentar algunas cosas que se dicen ahí y a ampliar otras por haber experimentado esas frases o palabras. Una de estas es el tema de la conmoción.

Por medio de estas experiencias, estando en el momento preciso de las mismas, me fui dando cuenta que las conmociones tienden a correr al “yo” de su lugar habitual. Noté esto cuando, luego de las experiencias (2014 y 2015), comencé a vivir cada vez más conmociones diariamente, por lo general mientras reflexionaba sobre las mismas.

Tendía a conmocionarme y en esa situación lo primero que hacía era frenarla. Este reflejo me fue mostrando que cada vez que intentaba contener la conmoción, lo que realmente pasaba era que estaba intentando detener la desestructuración, la suspensión del “yo” habitual. Fueron situaciones opuestas las que me llevaron a ver esto. Entonces cobró sentido lo que aparece en la carpeta de ascesis sobre que *“al propósito³³ se lo reconoce por la conmoción que provoca...”* y *si tiene gusto a “yo” no es el tipo de propósito que buscamos*, porque la conmoción corre al “yo” de su lugar habitual, no podría estar ahí. Había leído esto pero creía que si alguna vez me había conmocionado el propósito estaba bien. Pero por medio de estas experiencias fui viendo que existe una estrecha e indisoluble relación entre la conmoción, el propósito y la entrada a lo profundo, algo que está escrito entre nuestros apuntes y que se puede ir comprobando por experiencias.

³³ Material de las cuatro disciplinas: *“El Propósito trabaja en el campo del sentido trascendente de la vida, corresponde a las aspiraciones más profundas, es algo que va más allá del tiempo y del espacio y se lo reconoce por la conmoción que produce”.*

También fui viendo que a veces me faltaba fuerza para cargar el propósito o trabajar en una ceremonia o en una Entrada. Vi que esa fuerza que faltaba era crucial para seguir avanzando, subiendo. Pero ¿Dónde estaba esa fuerza?

Descubrí que la fuerza que me falta para avanzar en esas prácticas está en el paisaje de formación en un conjunto de creencias sociales-culturales-epocales que afirman que es imposible dejar de sufrir en este tiempo y en este espacio y que también se encuentra en hechos que todavía no reconcilié.

Entonces el trabajo con el propósito empieza hacer un trabajo de reconciliación conmigo, otros y la época en la que nací (situaciones del paisaje de formación). Un trabajo de transferencia. Sin actuar sobre ese “sustrato” cultural que afirma que es imposible dejar de sufrir, no se puede llegar muy “alto”.

Las Producciones:

Este trabajo representa el intento de comprender, integrar y resumir lo ocurrido. Al armarlo fui entendiendo que las experiencias (2014-2015) fueron la respuesta a la crisis de *Sentido* que viví tras la restructuración del MH, los registros de la disciplina y la partida del Negro. Hacer esto me ayudó a comprender qué es la conciencia inspirada según Silo, a producirla y a afirmar que lo importante es dejar que la fuerza se manifieste en uno y en los demás, aprender a inspirarse, aprender a re-direccionar a la *mirada interna*.

Sin este intento no hubiera notado qué pasó, cómo pasó y otras tantas comprensiones que no me dediqué a buscar pero que aparecieron por profundizar en el tema.

Gracias a Silo, al intercambio entre nosotros y a realizar este relato pude reconocer las experiencias, relacionarlas y re-direccionar mi vida hacia aquel *motor* que le da *Sentido* y dirección al *todo* y la *nada* por medio de la reconciliación como experiencia espiritual profunda, el reconocimiento de que existo porque el otro existe y el dejar que la fuerza se manifieste en mí y en los demás.

*“Nos están llamando a nosotros, subamos.
Sí, es a nosotros que nos están llamando
desde lo alto del cosmos.
Las puertas están abiertas.
A nosotros nos esperan.
Y esperan que subamos juntos”.*

Para todos y siempre paz, fuerza y alegría.

Bibliografía

- Arrechea, Jano, (2016), *Sobre notables similitudes y probables concomitancias*, Centro de Estudios de Parques de Estudio y Reflexión La Reja, Buenos Aires.
- Cadpe, Diccionario Enciclopédico. Ediciones Océano, S. A. Edición 1983.
- Ergas, Dario, (2015), *Unidad, dualismo y libertad en Zarathustra*, Centro de Estudios de Parques de Estudio y Reflexión, Punta de Vacas, Mendoza.
- H. Van Doren, (1973), *Cuadernos de Escuela*, Chile: Camilo Henríquez Ltda.
- H. Van Doren. (1973), *Poética Menor*, Chile: Camilo Henríquez Ltda.
- Hernández, Danilo (Swami Digambarananda Saraswati), (2014), *Claves del Yoga*, Buenos Aires: Ediciones Continente.
- Piccininni, Victor, (2015), *Experiencias de Reconocimiento*, Centro de Estudios de Parques de Estudio y Reflexión, La Reja, Buenos Aires.
- Platón. *Timeo o de la Naturaleza*, Chile, Edición electrónica (www.philosophia.cl) Escuela de Filosofía Universidad ARCIS.
- Preciado Idoeta, Iñaki, (2006), *Tao Te Ching. Los libros del Tao. Lao Tse. Edición y traducción del chino de Iñaki Preciado Idotea*, Madrid: Trotta Pliegos de Oriente.
- Silo, (2006), *Apuntes de Psicología*, Rosario: Ulrica Ediciones.
- Silo, (1990), *Contribuciones al Pensamiento*, México D.F.: Plaza y Valdés.
- Silo, (2009), *Comentarios al El Mensaje de Silo*. Centro de Estudios de Punta de Vacas, Mendoza: Altuna Impresores.
- Silo, (1992), *El día del León Alado*, Madrid: Antares Ediciones.
- Silo, (2011), *Humanizar la Tierra*, Buenos Aires: Leviatán.
- Silo, (1992), *Mitos Raíces Universales*, Madrid: Antares Ediciones.
- Sogyal Rimpoché. *El Libro Tibetano de la Vida y la Muerte*, Buenos Aires: Ediciones Urano, Editado por P. Gaffney y A. Harvey.
- Solé-Leris, Amadeo y Vélez de Cea, Abraham, (2008), *Majjhima Nikaya. Los Sermones Medios del Buddha*, Barcelona: Kairós.
- Zimmermann, Daniel, (2011), *Iconografía y Estados Internos*, Centro de Estudios Parques de Estudio y Reflexión, Punta de Vacas, Mendoza.
- Zimmermann, Daniel, (2016), *Poética menor y cartas T comentarios de nuestro Atón*. Centro de Estudios de Parques de Estudio y Reflexión, Punta de Vacas, Mendoza.

Anexos

Anexo I: Un cuento y una breve reflexión sobre la belleza.

Un cuento.

El destino de la belleza

Kitek subió aquella montaña junto a un amigo que también se preparaba para ser guía de la aldea. Tenían que hallar nuevos caminos para poder asumir esa función. No les fue muy bien aquella vez. Les faltó agua y comida, y se perdieron. A duras penas pudieron volver a sus casas.

Pasó todo un año y Kitek seguía practicando para ser guía. En todo ese tiempo no había podido dejar de pensar en aquella montaña de la cordillera que, además, desde abajo, no se veía tan difícil de transitar. Estaba decidido a volver a intentarlo.

Dado que ayudaba en el campo y durante el año no tenía mucho tiempo para realizar tal expedición, le pareció que el mejor momento para hacerla era durante los dos días que duraba la celebración de la siembra. Entonces empezó a buscar con quién subir.

Pasó un tiempo y Kitek no encontró con quién emprender ese viaje y como no podía dejar las cosas sin resolver, decidió que lo mejor era hacerlo solo. Pero esto implicaba un doble problema. Subir solo, significaba que, si le pasaba algo, nadie podría ir a avisar a la aldea. Por lo tanto es que tenía que ser muy precavido y cuidadoso. Y en segundo lugar, subir sin compañía era difícil: ¿qué le iba a hacer la soledad a él en aquél lugar? Todos iban a estar en la fiesta y él solo en la altura.

Sin muchas más vueltas, Kitek decidió emprender el nuevo desafío, subir aquella montaña y enfrentar la soledad.

El viaje comenzó temprano en la mañana. Fue bien equipado, con agua y comida. Salió entre los preparativos para la fiesta de la siembra y sin decir hacía dónde se dirigía. Caminó bajo el cálido y seco sol de verano de la cordillera. Observó algunos animales y fue viendo cómo la vegetación disminuía al subir.

Al llegar a un lugar alto y protegido por arbustos, decidió acampar. Juntó madera y armó un fuego para alumbrar y calentar la noche.

Las horas pasaron y a pesar de la distancia, desde ahí, se podía ver la aldea con sus distintos fuegos. Entonces Kitek recordó muchas cosas. A su familia, amigos y vecinos. Los imaginaba alegres en la celebración. Comiendo, riendo y bailando.

Pero él estaba solo junto a un fuego. Sin embargo, sintió que no estaba tan mal. Que había mucha fantasía sobre eso de estar solo. Entonces se relajó y durmió bajo miles de estrellas.

A la mañana siguiente, a pesar de ser verano, lo despertó un frío muy frío que venía del centro de la cordillera, un viento que hacía correr a cualquiera. Kitek desarmó rápido el campamento y emprendió el camino hacia el ascenso final.

Habían pasado algunas horas cuando empezó a cruzar por ese punto alto en el que ya no queda nada de vegetación y en donde solo se puede ver algún cóndor. Caminaba por ahí cuando vio en el piso unas flores muy hermosas y chiquitas de color púrpura. Eran bellísimas y lo último que aparecía de vegetación en el camino.

Kitek estaba muy asombrado, ¡no lo podía creer! ¿Cómo habían llegado hasta ahí, en el medio de la altura desértica, unas flores tan lindas y brillantes? Entusiasmado por la situación, giró sobre sus talones buscando con quien compartir lo que estaba viendo pero no encontró a nadie. Había ido solo.

Kitek miró un rato más las flores mientras pensaba en qué bueno hubiese sido subir con alguien para que también las vea. Eso lo entristeció un poco, pero sólo hasta que se dio cuenta de algo, que incluso la belleza pierde sentido si no puede ser compartida con otros. Vio que la belleza era estar con otros y compartir con ellos. Esto lo volvió a alegrar y a entusiasmar, ya que estando rodeado de gente en la aldea, jamás se había dado cuenta que el destino de la belleza era ser compartida.

Así resolvió el desafío Kitek, que jamás volvió a subir solo o a hacer algo solo. No porque le temiese a la soledad, sino porque había encontrado el camino de la belleza.

Breve experiencia y reflexión sobre el registro de la belleza.

Contexto: Durante el año 2013 estuve trabajando el oficio de iconografía³⁴ en relación a la proporción aurea. Fue un trabajo experiencial (no teórico) que en una oportunidad, en la que trabajaba la entrada (ascesis) sentado en el banco de la Sala de Parque La Reja, me ayudó a registrar la proporción aurea en esa postura psico-física. Sentí la proporción de mi cuerpo en relación al trabajo. Atendiendo al registro de la proporción aurea (en mí) vi a la belleza como a la sensación que nos dejan las estructuraciones de cierto tipo de actos mentales. Reconocí a la belleza sin estar ligada a un objeto.

Desde lo particular, la belleza es la sensación interna que nos deja el acto de construir cierto tipo de realidad interna-externa. La belleza es un acto y no una cosa. Por eso, un día un amanecer puede ser lindo y otro día no. Por eso un día la sonrisa de alguien nos puede parecer linda y otro día no. Por eso un día me puedo ver bien y otro día no. Porque la belleza es el acto de construir cierta realidad y no el objeto que se construye. La belleza es una mirada activa que mira el mundo. Por eso un mismo paisaje puede ser feo y lindo, porque depende de quién y cómo lo mire, sino, siempre serían lindos los paisajes.

³⁴ Zimmermann, Daniel, (2011), *Iconografía y Estados Internos*, Centro de Estudios Parques de Estudio y Reflexión, Punta de Vacas, Mendoza.

Se experimenta la sensación de belleza desde hacer proporcionadamente algo desde cierto estado interno, coherentemente, en una dirección y en referencia a otras personas.

La belleza es un tipo de acción (estructuración) entre elementos y direcciones. Cuesta definir qué es la belleza porque ésta no es lo que vemos sino que ES. Y cuando se quiere detener esa acción, apresarla, se le quita el movimiento y deja de SER-ACCION, para ser el reflejo de algo que ya no-es.

Decir que la belleza está en las cosas es como decir que el eco del cantar de un ave o la sombra de una flor son el cantar o la flor.

La belleza *ES* lo que se “oculta detrás” de los objetos.

La belleza es esa sensación que está en *mí* y que relaciono con cosas que no son *mí* y que cuando se la quiero transmitir a otros no lo puedo hacer, porque eso inasible, *ES*.

Y lo que *ES-ACCION*, por su propia naturaleza es intransferible. Sólo los objetos pueden ser transferibles. ¿O acaso se puede apresar un movimiento? En cuanto atrapo un movimiento deja de ser movimiento para ser algo quieto, para mostrar algo que fue.

Anexo II: Charla de Silo con Salvatore sobre la muerte (material informal).

LA MUERTE ES LA ILUSION MAXIMA.
(SILO con Salvatore en 1983)

Publicado el 31 agosto 2011 por Ebass.

Durante la vida, uno tiene impulsos no solamente de la memoria sino también del ámbito externo y entonces se va ubicando también con respecto del ámbito externo, va respondiendo a cosas que están afuera y uno se mueve hacia ellas.

Pero cuando mueres ya tu cuerpo no tiene más la posibilidad de responder a estímulos, de sentirlos, de captarlos; entonces la única cosa que queda es la memoria, en el Doble. Dicho en nuestro lenguaje: tienes representación pero no percepción. Si no tienes percepción, lo que tienes son solamente tus recuerdos que se han organizado de una cierta manera.

Apuntes sobre comentarios que hizo Salvatore de conversaciones con el Negro relativos al fenómeno de la muerte, durante unos seminarios en los que participó en Mendoza.

La charla con el Negro, según Salvatore, no fue muy diferente a como la reconstruyó a continuación:

*El Negro dijo que: Hay un Doble y eso se da por sentado. Este Doble está registrando todo lo que pasa durante la vida como si fuera una especie de... él la nombra "copia de carbón" o fotocopia del cuerpo y todo lo que le pasa a uno se registra allí. No solo esto, sino también las características con las cuales uno nace están allí, grabadas en el Doble. Porque ahí surge un problema bastante serio, que sería... ¿en qué términos podríamos hablar de justicia humana si uno efectivamente no conoce las condiciones que se han dado a una persona? Por ejemplo, nace una persona coja, otro ciega o con un desarrollo intelectual muy bajo, o muy alto; uno nace en una situación ambiental de un cierto modo, otro en una situación totalmente desfavorable, otro en el medio de un campo. ¿Es distinta la cosa, no?, la capacidad que uno tiene de desarrollo, y entonces de qué manera podemos juzgar a una persona, donde está la justicia? son preguntas que ustedes se habrán hecho mil veces.

También dijo que: Esas características con las cuales uno viene al mundo y el ámbito en el cual cada uno viene, todo esto está grabado en el Doble. Cada uno viene con una determinada característica que él llama la "Dirección Mental", que podría ser lo que los griegos llamaban el "Daimón", que es la fuerza que empuja a una persona en una dirección u otra y que la va llevando preferiblemente hacia una dirección y no otra, y después se va desarrollando en un determinado ámbito en el cual está, en el cual cada uno nace y todo esto da la Dirección Mental que se le ha dado (y podemos hablar así) en el nacimiento, y todas las cosas que le pasan después en la vida, si ha estado en un ámbito favorable o en uno poco favorable, etc. Todo esto se registra en el Doble. Entonces, si hay un tipo de juicio post-mortem es un juicio muy distinto del juicio humano. Entonces, todo lo que se le ha dado al comienzo más lo que ha dado en las interrelaciones con el ámbito

más favorable o menos favorable, y todas las cosas que le han pasado a lo largo de la vida, se van registrando allí como una fotocopia perfecta de lo que le ha pasado en la vida, se acumula allí.

Les describo el panorama como él me lo presentó.

La Muerte ¿Qué es la Muerte? El me dio una definición que recuerdo muy precisamente: “La Muerte es la ilusión máxima”.

¿Por qué es así?

La razón era esta: Durante la vida, uno tiene impulsos no solamente de la memoria sino también del ámbito externo y entonces se va ubicando también con respecto del ámbito externo, va respondiendo a cosas que están afuera y uno se mueve hacia ellas.

Pero cuando mueres ya tu cuerpo no tiene más la posibilidad de responder a estímulos, de sentirlos, de captarlos; entonces la única cosa que queda es la memoria, en el Doble. Dicho en nuestro lenguaje: tienes representación pero no percepción. Si no tienes percepción, lo que tienes son solamente tus recuerdos que se han organizado de una cierta manera.

Entonces, después de la muerte, aparte de que el sujeto no entiende, un sujeto sin trabajo interno no entiende que se ha muerto, y entonces se le corta la relación con el medio y le surgen todos sus contenidos; sus climas y sus contenidos y estos climas van organizando un paisaje como el paisaje del sueño o el paisaje de la transferencia y él se mueve ilusionado por estos paisajes creyendo que son reales. Entonces la aproximación que yo puedo tener a éste fenómeno es la transferencia o el sueño. En el sueño yo estoy en un paisaje que yo mismo construyo, pero yo no sé qué lo he construido yo.

Si el sujeto no se da cuenta, no tiene otra referencia, le pasa como en un sueño. Él está dentro de su paisaje pero no se da cuenta que lo está construyendo él mismo y automáticamente los paisajes que él construye van a tener un argumento, un desarrollo hasta que llega a un punto donde se le da la contradicción. Yo me pregunto: En este punto: ¿el sujeto está vivo o está muerto? ¿Quién es el que percibe? Este es un lío ¿Quién es el que me ve?

Estamos proponiendo una hipótesis, que es que existe el Doble, porque si pensamos que existe solamente el cuerpo, entonces es otro lío. El Doble está trabajando con su memoria... La conexión entre la memoria, el Doble y el cuerpo, esto yo no sé cómo funciona. Sigamos suponiendo que el Doble existe y la próxima pregunta es ¿cómo actúa el Doble sobre el cuerpo?

Esto no lo tengo claro. No sé tampoco en que momento empieza el fenómeno, yo transmito lo que él me dijo. Quedamos en que él está adentro de un paisaje que él mismo construye sin saberlo y lo lleva automáticamente a su contradicción. Y luego de esto,

algunos de éstos Dobles, los que están allá y no pueden procesar más se disuelven, pierden su unidad, el paisaje que ellos han construido por la contradicción, se disuelve. Y otros no, otros llegan a un paisaje como los que hay en la mayoría de las religiones, llegan a un paisaje y allá se pesan, se deciden, las acciones buenas y las acciones malas.

Él decía que es así pero no es lo común que el Doble llegue al juicio.

Yo entonces le pregunté: “Si hay un juicio, hay jueces, ¿Quién juzga?, ¿Estos jueces tienen identidad?, ¿Tienen realidad externa al sueño del sujeto? O son una proyección misma del sujeto cuando ha llegado a un cierto estado.” Porque en la mayoría de las religiones están los jueces de los muertos. Dijo que esto no era muy importante. No es el punto central.

Luego dijo:

Y después del juicio se lo envía a distintos lugares, que parece más o menos corresponder a lo que dice en las religiones, a un punto donde lo disuelven otra vez. (Es decir que después del juicio él se puede disolver, es como que hay varios “chequeos”). Y después dijo - y quizás esto es lo más interesante que me dijo-: Esos que han pasado un juicio favorable (sí se puede decir así), están frente al anillo, el de la experiencia

“El Viaje”. Eso me lo dijo explícitamente. Y allá se pasa verdaderamente a una cosa completamente distinta. Esos Dobles que han mantenido su unidad, que han podido pasar a través de su sueño y después han sido juzgados de manera favorable, entonces se les aparece ese anillo. Decía que más o menos éste es el paisaje post-mortem, y la experiencia “El Viaje”, está expresando exactamente ese túnel luminoso por donde transitan los Dobles que llegan.

¿Qué Dobles llegan? Eso es interesante. Eso depende de lo que ha hecho con esta Dirección Mental que se te ha dado al comienzo. ¿Qué has logrado, qué has hecho? - dadas las condiciones que te han tocado-. Otra cosa que menciono fue respecto de la reencarnación, dijo que existe, pero que solamente los Bodisatwas se reencarnan, es decir esa persona muy especial que ha llegado a un determinado nivel de comprensión y elige por amor a la humanidad o por lo que sea, “bajar”. Ésta es la única forma de reencarnación decía él. No todos se reencarnan. Otro punto muy, muy importante aunque ya no del paisaje post-mortem, era cómo Oriente y Occidente han encarado esto de la muerte. Él decía que los occidentales han tomado la forma egipcia de conservar el cuerpo o la idea aquella que toman luego el judaísmo y el cristianismo, de que resurgirá la carne. Entonces está el problema del cuerpo, y la momificación, será esta una idea fundamental de occidente que lo lleva a una cierta materialidad de la civilización.

En Oriente la idea es completamente distinta: esto es un valle de lágrimas, donde está esa rueda monstruosa, tremenda que te hace siempre reencarnar y reencarnar y reencarnar y tienes que pasar 10.000 vidas y primero gusano, después mariposa, etc., hasta que llegas a ser Brahmán. La idea fundamental es que desaparezca este de aquí y esto produce 2

trasfondos mentales muy muy distintos, que dan dirección a un tipo de civilización. Allá es deseable irse (Oriente) y acá conservar el cuerpo (Occidente).

Otra cosa que me dijo:

Con respecto al purgatorio, que no era una idea tan estúpida. Cuando se le hace el juicio también se le da un tiempo para que pueda recomponer su contradicción y entonces algunos son juzgados y..., y a otros se les da un tiempo, que correspondería al mito cristiano del purgatorio, en donde puede haber interacción con los vivos. Interacción mental. Los vivos pueden ayudarlo a hacer lo que tiene que hacer (así se explican los rezos por los muertos y esa cosa). Así describía él, el paisaje.

De todo esto se desprende una idea muy útil, que es que no importa en qué momento de la vida uno muere ni en qué condiciones nace. Esta es la cosa más excepcional, más importante: que hay una verdadera justicia, que no es la justicia humana! No hay desventajas, es una justicia que no entendemos muy bien. La otra idea que se puede extraer de esta conversación, que es muy útil, es que ayuda en esto de la transferencia y de la acción válida. Eso me empuja a sacarme mis contradicciones, porque son las mismas que yo encontraré, con la diferencia que aquí puedo operar y allá no. Con respecto a la Dirección Mental decía que no todos parten o vienen con la misma. (Esta dirección Mental es... la Dote). No es predeterminismo, es un foco. Con todo esto que se te dio, ¿qué has hecho? Se te mide según lo que se te dio y esa es la justicia.

Él decía literalmente: Todo esto, tanto la dirección mental que te ha sido dada como las condiciones, las cosas que te han pasado durante la vida, están grabadas en el Doble, por lo tanto no se puede comparar y es por esto que no existe justicia humana. Entonces es enorme la dificultad, la enorme humildad que tendríamos que tener nosotros para juzgar la vida de los demás. Es muy difícil juzgar. La justicia por tanto es relativa, el juicio que te harán será relativo.

Es un juicio personalizado, no con un código. Esto de la justicia me saca mucha problemática a mí, no sé si se las saca a ustedes, no sé... Pero a mí me ha aliviado mucho, por eso se los cuento. Lo otro, la muerte como ilusión y como creación de imágenes de un sueño en donde se van construyendo paisajes de acuerdo al clima que tu tenías en la vida, también a mí, sin espantarme me genera muchas ganas de trabajar porque de todas maneras lo quiera yo o no, va a aparecer lo que yo tengo. Eso me impulsa a trabajar. Te puedes esconder, como el avestruz, pero de todas maneras lo que tienes te va a aparecer, así que mejor que lo trabajes. Mejor que llegues a una unidad porque aunque hagas como el avestruz, te va a aparecer de todas maneras.

Eso es lo que creo útil... el resto, son anécdotas que yo no entiendo. Eso es todo.

Anexo III: Resumen de Psicología IV³⁵ y del Paisaje Interno³⁶.

Resumen de Psicología IV.

Este resumen está hecho (Enero 2014) con el interés de aprender a que se refiere Silo con conciencia inspirada y en relación a los conocimientos que tengo sobre la doctrina. En este contexto queda claro por qué se incluyen algunas frases de este capítulo y por qué se dejaron a fuera otras.

Hay impulsos capaces de ampliar las posibilidades de desarrollo de la energía psicofísica (transferenciales).

Atención: la voluntaria e involuntaria dirección y selección de la conciencia hacia sus distintas fuentes constituye la función “atención”.

Conciencia: aparato que coordina y estructura las sensaciones, las imágenes y los recuerdos del psiquismo humano.

El “yo” no tiene base corporal como la conciencia, que registra y coordina el psiquismo humano. El “yo” está dado por los datos de memoria y sentidos más una peculiar configuración que otorga a la conciencia la ilusión de permanencia.

En vigilia activa el “yo” se ubica en la zona externa del espacio de representación, “perdido” en los límites del tacto externo. Cuando apercibo el “yo” se corre y me registro dentro de mi cuerpo.

El “yo” se percibe dentro de la cabeza y lejos de los otros registros internos por la coincidencia del registro de observación.

El “yo” se ubica en la parte táctil kinestésica (fuera) y táctil cenestésico (dentro).

Se pierde el manejo (dirección) de la atención en semisueño y sueño.

La reversibilidad es afectada por impulsos que se le imponen a la conciencia.

La construcción del “yo” se da con la memoria percepción, representación, posición de la atención en el espacio de representación. El “yo” no es substancial, sino un epifenómeno de la actividad de la conciencia. Yo-atención.

El “yo”, al direccionar hacia el mundo y lo interno se robustece. En presencia puntual y co-presente el registro del “yo” se constituye en concentrador y trasfondo de todas las actividades mentales. “Yo” ilusión de la conciencia.

³⁵ Silo, (2006), *Apuntes de Psicología*, “Psicología IV”, Rosario: Ulrica Ediciones.

³⁶ Silo, (2011), *Humanizar la Tierra*, Buenos Aires: Leviatán.

En vigilia el “yo” ocupa el lugar central dado por la disposición de la atención y de la reversibilidad.

En semisueño tiende a debilitarse porque bajan los estímulos externos.

En el sueño se internaliza. En el sueño sin imágenes o vegetativo desaparece.

El lenguaje de la cenestesia es la alegórica, simbólica y sígnica.

El fluir de la conciencia da un antes y un después.

Es en el horizonte de la temporalidad de la conciencia donde se inscribe todo acontecimiento.

La temporalidad de la conciencia no es como la del mundo físico. Parece que esto permite introducir libertad en un mundo dominado por lo mecánico.

Por medio de la comunicación de espacios el psiquismo penetra el mundo y es penetrado por el mundo.

No hablamos de circuitos cerrados entre estímulos y respuestas, sino, de un sistema abierto y creciente que capta y actúa por acumulación y protensión temporal.

La “apertura” entre espacios se da porque la conciencia desde su origen se constituye desde, en y para el mundo.

Me siento como estructuro.

Conciencia desdichada: Hegel (alienación). Se registra como un desgarramiento de la conciencia consigo misma al encontrarse separada y desposeída de la realidad a la cual pertenece.

Calma reflexiva.

Conciencia inspirada:

Estructura global capaz de lograr intuiciones inmediatas de la realidad. Organiza conjuntos de experiencias, prioriza expresiones que suelen transmitir a través de la filosofía, ciencia, arte y mística.

La conciencia inspirada tiene un propósito.

Intuición directa.

La inspiración es una forma de disponerse a recibir y dar impactos sensoriales.

La disposición es el pre dialogal para la comunicación estética.

Conciencia inspirada: experiencias de lo sagrado por medio de Éxtasis (dentro de sí), Arrebato (transportado a otro espacio tiempo) y Reconocimiento (comprensión de todo en un instante).

En la vida cotidiana, la conciencia inspirada actúa con frecuencia en las intuiciones o en las inspiraciones de la vigilia (intuiciones), del semisueño (visiones) y el sueño paradójico.

Ejemplos cotidianos de inspiración son los del “pálpito”, del enamoramiento, de la comprensión súbita de situaciones complejas y de resolución instantánea de problemas que perturbaron durante mucho tiempo al sujeto. Estos casos no garantizan el acierto, la verdad o la coincidencia del fenómeno respecto a su objeto, pero los registros de “certeza” que los acompañan, son de gran importancia.

La inspiración irrumpe en mecanismos y niveles, actuando a veces, de un modo menos evidente como “trasfondo” de conciencia.

Conciencia dispuesta a lograr inspiración.

El trance como vía.

En el caso del trance el sujeto se pone a disposición de esa inspiración que le permite captar realidades...

Propósito: fuerza emotiva o devocional.

La inspiración plena substituye al “yo”.

Inspiración – trance – estado receptivo de “fe”.

De suspensión a supresión del “yo”.

La entrada a estados Profundos ocurre desde la suspensión del “yo”. Desde ahí surgen registros de conciencia lúcida y comprensión de las propias limitaciones mentales.

Para esto:

- 1) Tener claro un propósito.
- 2) Tener energía psicofísica para mantener ensimismada la atención y suspender el “yo”.
- 3) Continuar sin solución de continuidad hasta que desaparezcan las referencias de espacio-tiempo.

Propósito con carga para que guíe. Atención ocupada en suspensión del “yo” y pasos posteriores.

La energía se obtiene del interés que forma parte del propósito.

Si falta potencia y permanencia, revisar el propósito.

Conciencia despejada de fatiga y mínima educación de la reducción del foco atencional sobre un solo objeto.

Continuar en la profundización de la suspensión hasta el “vacío”.

Hacemos traducciones de ese mundo desde el sueño sin imágenes (mecánico) o desde el trabajo intencional (conciencia de sí).

Resumen del Paisaje Interno.

Estas notas fueron hechas durante un retiro en el año 2013 con el interés de formar un nuevo estilo de vida y de aclarar el Destino o sentido de la vida.

La pregunta.

¿A medida que el tiempo pasa crece en ti la felicidad o el sufrimiento?

Sigue el modelo de aquello que nace. Salta por encima de tu sufrimiento y entonces crecerá la vida que hay en ti.

La realidad.

¿Qué quieres tú?

¡Quiero la causa justa porque rechazo el sufrimiento!

Quiero esto porque me tranquiliza.

El eco de lo real murmura o retumba según el oído que percibe.

Que tú corazón afirme: ¡quiero la realidad que construyo!

El paisaje externo.

Si un mismo paisaje es diferente para dos personas ¿dónde está la diferencia?

Entre la sospecha y la esperanza tu vida se orienta hacia paisajes que coinciden con algo que hay en ti.

Todo este mundo que no has elegido, sino que te ha sido dado para que humanices, es el paisaje que más crece en la vida.

Que tu corazón afirme ¡quiero la realidad que construyo!

El paisaje humano.

En este paisaje humano conozco mi camino...

Renuncio a todo bando que proclame un ideal más alto que la vida y a toda causa que, para imponerse, genere sufrimiento.

Quiero una causa digna del paisaje humano: la que se compromete a superar el dolor y el sufrimiento. Niego todo derecho a bloquear los nuevos caminos que necesita recorrer el ser humano, aunque se ponga como máximo argumento a la urgencia actual.

Quiero superar aquello que en mí y en todo hombre lucha por suprimir la vida.

¡Quiero superar el abismo!

Todo lo que cambie en ti, cambiará tu orientación en el paisaje en que vives. De modo que si necesitas algo nuevo, deberás superar lo viejo que domina en tu interior.

El paisaje interno.

Ha de estar en la medula de lo que crees la clave de lo que haces.

Tú buscas lo que crees que te hará feliz. Aquello que crees de las cosas no está en ellas sino en tu paisaje interno.

Centro y reflejo.

Según avanzas, se modifica tu visión. No hay aprendizaje, por pequeño que sea, que se cumpla sólo al contemplar. Aprendes porque algo haces con lo que contemplas y cuanto más haces más aprendes, ya que según avanzas se modifica tu visión.

Emplázate en el centro de tu paisaje interno y veras que toda dirección multiplica tu centro.

Dolor, sufrimiento y sentido de la vida.

El sufrimiento mental retrocederá en la medida que avance la fe en la vida, esto es en la medida que la vida cobre un sentido.

Agradecerás a los que te precedieron y construyeron tu peldaño para continuar en el ascenso.

Eres el sentido del mundo y cuando aclaras tu sentido iluminas la tierra.

El sentido de tu vida es humanizar la tierra... es superar el dolor y el sufrimiento, es aprender sin límites, es amar la realidad que construyes.

¡Ama la realidad que construyes y ni aún la muerte detendrá tu vuelo!

No cumplirás con tu misión si no pones tus fuerzas en vencer el dolor y el sufrimiento en aquellos que te rodean. Y si logras que ellos, a su vez, emprendan la tarea de humanizar al mundo, abrirás su sentido hacia una vida nueva.

El jinete y su sombra.

La vida puede ser invertida por algo que se hace con ella.

Pero él se sentía como un niño en el centro de sí mismo.

Es la contradicción la que invierte la vida y genera sufrimiento.

El día será según lo que yo haga con él.

Contradicción y unidad.

La contradicción invierte la vida. El sufrimiento es la señal que advierte sobre la necesidad de cambio.

Verdaderamente amarás cuando construyas con la mira puesta en el futuro.

En los actos cotidianos se vencen dificultades, se logran pequeños objetivos o se cosechan minúsculos fracasos. Son actos que complacen o desagradan pero que acompañan el vivir diario.

Donde pongas material sólido, proyectaras solidez. Los actos contradictorios o unitivos hacen a la esencial construcción de tu vida. En el momento en que te encuentres

enfrentado a ellos no debes equivocarte, porque si lo haces comprometerás tu futuro e invertirás la corriente de tu vida. Abandona ideas drásticas que puedan acarrearle males mayores que los que hoy padeces.

Una vida comienza cuando comienzan a multiplicarse los actos unitivos de manera que su excelencia vaya compensando la relación de fuerzas anterior.

Tú no estás en guerra contigo mismo. Empezaras a tratarte como un amigo con el que hay que reconciliarse, porque la misma vida y la ignorancia te alejaron de él.

Necesitarás una primera decisión para reconciliarte comprendiendo tus contradicciones anteriores... Una nueva decisión para querer vencer tus contradicciones... La decisión de construir tu vida con actos de unidad rechazando los materiales que tanto perjuicio han atraído sobre tu cabeza.

Recomiendo, simplemente, que consideres todo aquello que cambió tu rumbo en dirección desafortunada y que te mantiene ligado con fuertes ataduras.

Todas estas sugerencias tendrán valor si estás dispuesto a crear un nuevo paisaje en tu mundo interno. Pero nada podrás hacer por ti, pensando sólo en ti. Si quieres avanzar tendrás algún día que admitir que tu misión es humanizar el mundo que te rodea.

Si quieres crecer ayudarás a crecer a quienes te rodean.

La acción válida.

Lo más importante de la vida humana se construye con materiales de unidad o contradicción. Y esa es la profunda memoria que continua proyectando la existencia más allá de todo aparente límite.

¿Y cuál es el sabor del acto de unidad? Para reconocerlo te basarás en la profunda paz que acompañada de una suave alegría te pone en acuerdo contigo mismo. Este acto tiene por señal a la verdad más íntegra porque en él se unifican estrecha amistad el pensamiento, el sentimiento y el hacer en el mundo. ¡Indudable acción válida que se afirmaría mil veces más si se vivieran otras tantas vidas!

Proyección del paisaje interno.

Así es que si tu influencia llega a un pueblo cuida muy bien de sobre pasar tu contradicción a fin de no envenenar con ella el aire que todos los demás respiran. Tú serás responsable por ti y por aquellos que reúnas a tu alrededor. Por todo esto, si tu misión consiste en humanizar la tierra, fortalece tus manos de noble labrador.

Compensación reflejo y futuro.

Si afirmas aquello que se busca a sí mismo, eso cuya naturaleza es transformarse, que no tiene saciedad y que por esencia está abierto al futuro, entonces amas la realidad que construyes. Esa es pues tu vida ¡la realidad que construyes!

Que por tu boca hable la vida y ella diga: ¡no existe algo que pueda detenerme!

Quiera tu futura alegría que en los momentos más sombríos recuerdes esta frase: ¡La vida busca crecimiento, no la compensación de la nada!

Los sentidos provisionales.

A menos que se quiera reducir la existencia al agotamiento o la frustración, será menester descubrir un sentido que ni aún la muerte pueda agotar o frustrar.

Que la razón, entonces, elabore un sentido exento de toda frustración, de todo accidente, de todo agotamiento.

No aceptaré a mi lado al que proyecte una trascendencia por temor, sino, a quien se alce en rebelión contra la fatalidad de la muerte.

Un sentido que quiera ir más lejos que lo provisional afirmará la trascendencia como máxima desobediencia al aparente Destino.

Y aquel que afirme que sus acciones desencadenan acontecimientos que se continúan en otros, tienen tomado entre sus manos parte del hilo de la eternidad.

La fe.

¡Que la fe sea una creencia cuyo fundamento este puesto en utilidad para la vida!

Y quien quiera humanizar que ayude a levantar los ánimos señalando la posibilidad futura.

Si una fe abre el futuro y da sentido a la vida, orientándola desde el sufrimiento y la contradicción hacia toda acción válida, entonces su utilidad es manifiesta.

Esa fe, así como aquella que se deposita en uno mismo, en los demás y en el mundo que nos rodea, es útil a la vida.

Si logras fe en ti mismo y en lo mejor de quienes te rodean, fe en nuestro mundo y en la vida siempre abierta al futuro, empuñará todo problema que hasta hoy te pareció invencible.

Dar y recibir.

La mejor ayuda que pudieras darte, consiste en enseñarte a relajar tu contradicción.

Recuerda los mejores momentos de tu vida y comprenderás que siempre estuvieron relacionados con un dar desprendido.

Amar la realidad que construyes no es poner como clave del mundo la solución a tus propios problemas.

Produce acciones válidas. Si ellas son tales, será porque estás dando ayuda a quienes te rodean.

Los modelos de vida.

Cada cual y a su modo, lanza su vida hacia el paisaje externo buscando completar sus modelos ocultos. Existen profundos modelos que duermen en el interior de la especie humana esperando su momento oportuno. Estos modelos son la traducción de los impulsos que entrega el propio cuerpo al espacio de representación.

Destacando que su función es compensar necesidades y aspiraciones que a su vez, motivan la actividad hacia el paisaje externo.

Las culturas y los pueblos dan su singular respuesta al paisaje externo siempre teñida por modelos internos que el propio cuerpo y la historia han ido definiendo.

Es sabio quien conoce sus modelos profundos y más sabio es aún quien puede ponerlos al servicio de las mejores causas.

El guía interno.

Cuanto más fuertemente se hicieron las llamadas, desde más lejos acudieron estos guías que trajeron la mejor señal.

Solamente una gran necesidad puede despertarlos de su letargo milenario (fuerza, sabiduría y bondad).

Considera que, aunque tu referencia inicial haya desaparecido con el tiempo, en tu interior quedará una huella que seguirá motivándote hacia el paisaje externo.

Importa pues que dirijas tu atención a las mejores cualidades de las demás personas porque impulsaras hacia el mundo lo que hayas terminado de configurar en ti.

El cambio.

Cambiar la dirección de tu vida no es cosa que puedas realizar solamente con recursos de trabajo interno, sino, actuando decididamente en el mundo modificando conductas.

Suma a tu tarea a tu medio inmediato, ese que influye decisivamente sobre ti y sobre el cual tú influyes.

Despierta la fe en que la conversión de la vida invertida es posible.

Anexo IV: Cuaderno 6 de Escuela Telediol de la Fuerza³⁷ (material informal).

Cuaderno 6. Telediol de la Fuerza
Conferencia y tres textos anexados

Vamos a hablar de Trabajo interno en un sentido un poco diferente al que se ha usado hasta ahora.

Los diversos trabajos que se han efectuado, han sido trabajos de autoconocimiento; trabajos de rastreos de dificultades en los Centros; trabajos de rastreos de ensueños, de núcleo; trabajos de autobiografía, de biorritmo. Son trabajos que se supone, ustedes conocen.

Se supone también, que han tratado de ejercitar lo que nosotros llamamos "conciencia de Sí". Esta ejercitación ha tenido varias formas. Ejercitación mediante la división atencional, con diferentes puntos de referencia.

Ya hablamos el otro día de que había por lo menos tres formas distintas de división atencional, que producían distinta calidad, distintos niveles de conciencia de Sí. Si utilizábamos como punto de apoyo el cuerpo (como percepción interna del cuerpo), la calidad que se obtenía de conciencia de Sí era bastante inferior a aquélla en que se utilizaba como punto de apoyo la mano, o si se utilizaba como punto de apoyo la posición del cuerpo.

En el primero de los tres casos, dijimos que aparte de una leve experimentación de conciencia de Sí se tenía la sensación de sopor, de ablandamiento. En el segundo caso, la sensación que lo acompañaba era de tensión, y en el tercero la sensación que lo acompañaba era de control de la situación, de manejo intelectual de lo que estaba sucediendo, y no había sopor ni tensión.

Calificábamos entonces el tercer caso de división atencional como "óptimo". Y decíamos que el primero producía sensaciones a veces límites con las de tipo crepuscular. Por lo tanto, desechábamos esa forma. Distinguimos entre las diversas técnicas de división atencional por un lado y por el otro las técnicas de autoobservación.

En general, las técnicas de división atencional utilizan un punto de apoyo aparte de la percepción que se está teniendo en ese momento dado. Mientras que las técnicas de autoobservación tienden a tomar como apoyo no puntos físicos (el sentido visceral, el sentido del puño, el sentido de la posición del cuerpo), no a tomar ése tipo de apoyo, sino a tomar como apoyo los mecanismos de conciencia que acompañan las percepciones dadas.

Ahí entonces distinguíamos a la autoobservación de los tres casos de división atencional y la veíamos como muy complicada, sumamente complicada.

Me imagino que ustedes conocerán todos esos problemas. Me imagino que comprenderán que la conciencia de Sí se logra merced a la repetición de trabajos (sea por división atencional o autoobservación) y que no se obtiene de un solo golpe.

³⁷ H Van Doren, (1973), Cuadernos de Escuela, Chile: Carlos Henríquez Ltda. Segunda edición.

Me imagino que comprenderán que la conciencia de Sí se va consolidando a medida que hay que hacer menos esfuerzos para mantenerla. Cuando no realizo ningún esfuerzo para mantener el estado de conciencia de mí, digo que lo he consolidado.

Pero entre tanto, en la medida que me olvido de ello, digo que no tengo dominio, manejo del nivel de conciencia de mí. Pero por otra parte, cómo sé que he logrado ese estado de conciencia de mí?

Tengo dos o tres recursos para darme cuenta de ello.

Uno es el considerar las situaciones de mayor alteración. Por ejemplo, en los casos de cólera violenta, de furia violenta, debo observar si tal estado de ánimo cubre mi conciencia y la hace depender; o si, no obstante ese estado interno, comprendo lo que va sucediendo en mí.

Si creo haber consolidado mi conciencia de mí, ni aún en los estados de expresiones abruptas de sentimientos fuertes, ni aún en esos estados, la conciencia de mí puede ser perdida. De manera que la mayor y la menor referencia que tengo, es la de apelar a casos extremos emotivos y no a los casos cotidianos donde creo estar en conciencia de mí.

Este discurrir que llevamos desde los trabajos que se han hecho hasta estas distintas formas de división atencional; de las diferencias con la autoobservación y sobre el mantenimiento y conservación de conciencia de Sí, tienen que ver con nuestro tema.

Si se va a comenzar a trabajar no ya a nivel de simple testeo, ni a nivel de simple conocimiento; si se va a empezar a trabajar con energía psíquica, la condición que nos parece indispensable para tal trabajo es la de marcar los mecanismos de conciencia de Sí. Porque de otro modo van a ver ustedes que con ese manejo de energía van a dar exactamente al terreno opuesto, al terreno de lo crepuscular.

De manera que esto que venimos diciendo es oportuno. Sobre todo, ésto de tener en cuenta la consolidación progresiva de la conciencia de Sí. En la medida que más consolidada esté dicha conciencia de Sí, menos posibilidades hay de ir a los fenómenos de tipo crepuscular.

Quiere ésto decir entonces, que quienes ni siquiera conocen los mecanismos de conciencia de Sí, quienes no han experimentado esos trabajos, quienes se han mantenido a nivel de vigilia ordinaria (a nivel mecánico, cotidiano), al enfrentarse con fenómenos de este tipo de manejo de fuerzas psíquicas, van a ir a dar indefectiblemente al campo de lo crepuscular. Es inevitable. Por consiguiente: no es en ningún caso recomendable que cualquier ciudadano por muy buenas intenciones que tenga se ponga a trabajar en tales manejos. Porque no podría hacer tales manejos sino que le ocurrirían.

Es bueno repasar un poco el esquema archiconocido de los centros y de sus correspondencias con los niveles de conciencia (dibujo).

Para repasar este asunto de los centros y sus correspondencias vale el "árbol" como la máquina intermedia síquica por excelencia que nos va a servir para visualizar lo que estamos diciendo.

Las descripciones que nosotros hacemos con respecto al esquema de los centros y a los niveles que les corresponden, no son descripciones fisiológicas, ni psicofisiológicas ni fisiológico-energéticas. Son descripciones psicológico-energéticas que esquematizan el proceso y el traslado de la energía psíquica. Lo cual no quiere decir que no tenga correspondencias físicas.

Pero de tales correspondencias, tienen que encargarse los fisiólogos y no nosotros. De todas maneras y en general, decimos esto: cuando hablamos de función vegetativa general, nos estamos refiriendo a toda la estructura corporal. Cuando hablamos de centro motriz, nos estamos refiriendo por una parte a la localización fisiológica de la motricidad que ustedes pueden radicar en la médula, pero que tiene manifestaciones, tiene expresiones en un plexo nervioso que es el plexo motriz o plexo solar.

Pero no debe ser confundida una cosa con otra. Del mismo modo que si hablamos del centro emotivo, vemos su expresión (la expresión de su movimiento) en el plexo cardíaco, pero su localización deberá estar en un punto del cerebro conocido como zona límbica.

Y si hablamos del centro intelectual, decimos que en general lo ubicamos en la cabeza, cuando sabemos que a nivel de corteza se radican las funciones intelectuales de mayor nivel.

Si hablamos de sexo, la localización externa tiene que ver con el sexo en sí, también con expresiones de tipo nervioso, plexos nerviosos, que están adosados precisamente al sexo. Pero el centro se ubica también en el cerebro.

Si hablamos de centro superior (y ahora podemos empezar a hablar en esos términos), decimos que la localización es también cerebral, que su manifestación tiene que ver con una glándula, que esa glándula es la pineal.

De otros centros no hablamos hasta tanto podamos obtener datos más concretos sobre ellos. Es decir experiencias personales de la existencia de ellos.

Vamos al esquema.

Aquí colocamos el vegetativo que no es un centro; el sexo acá; motriz; emotivo; intelectual y centro superior.

El esquema que tenemos siempre, el aparato de toda la energía psico-fisiológica, de toda la energía que se desplaza en el hombre, ¿cuál puede ser sino el cuerpo mismo? Todo se extrae del cuerpo y no hay ninguna otra correntada que venga desde fuera del cuerpo... en principio.

De manera que todas las interpretaciones misticistas que andan por ahí acerca de fuerzas extrañas, las dejamos entre paréntesis. Y decimos: toda la energía la "chupamos" del cuerpo.

Esta energía que chupamos del cuerpo utiliza un pequeño acumulador o colector que es el sexo. El esquema sigue siendo simétrico y va siempre desde las motricidades que actúan como elevadores de la energía de un centro, a los intelectos de ese centro, que son los selectores que distribuyen a las motricidades de los centros de arriba.

El esquema es muy simple, siempre llevamos la misma secuencia, de manera que por elevadores entra, por selectores sale.

Si establecemos correlaciones vamos a colocar acá abajo al vegetativo, acá vamos a colocar al sexo, a la motricidad, al emotivo, al intelecto, al emotivo superior (dibujo del árbol).

En este nivel decimos que trabaja la vigilia ordinaria, por eso es que cuando queremos explicar el funcionamiento de una persona trabajando a nivel de vigilia ordinaria, no nos preocupamos sino por el estudio de tres centros, con sus partes y subpartes: motricidad, emotivo e intelecto.

Cuando hablamos de semi-sueño, nos referimos sobre todo al centro sexo y cuando hablamos de sueño nos referimos al trabajo exclusivo del vegetativo, aún cuando existan armónicas que se van moviendo por todo el aparato.

Cuando hablamos de conciencia de Sí, nos referimos al centro emotivo superior.

Las líneas nos van a ser de utilidad (dibujo del árbol). Si en estado de vigilia ordinaria, en un estado normal, quisiéramos conectar con el emotivo superior, tendríamos, más o menos, estas posibilidades: desde la motricidad al emotivo, al intelecto y de ahí shockear.

¿Reconocen ustedes algún trabajo de este tipo?

RESPUESTA: "Gran latido" (esfuerzo motriz, respiración forzada para lograr concomitancias emotivas, y conteo regresivo).

Bien. En la oración simple, un fraile trabaja devocionalmente, pero no pone en marcha el centro motriz como en el caso de la macumba por ejemplo, de manera que tiene armónicas motrices, en cuanto a que descarga la motricidad y no la carga, deja quieto el cuerpo, chupa energía. El nivel de conexión va desde sexo (siempre lo vamos a mover desde abajo) directamente a emoción y de emoción shockea acá (emotivo superior - esquema).

El intelecto funciona sólo en su mecanicidad, en su parte motriz. Aún cuando en ocasiones, en ejercicios más intelectualizados, el movimiento sea de sexo a E, de E a I y de I shock, pero la correntada es aquélla.

En el caso de la macumba, está trabajando preferentemente el centro motriz y están trabajando armónicas emotivas (fenómenos de fe). Quiere decir entonces que chupa de sexo a M, de M a E, y anula intelecto, de E pasa a emotivo superior y "shock".

La droga trabaja vegetativo básicamente, de manera que la energía no está chupada a nivel del elevador, sino que está chupada a nivel químico, así es que actúa: vegetativo a sexo (en ocasiones, si fuera vegetativo-motricidad tendríamos concomitancias motrices), pero sucede que a veces la droga no actúa por concomitancias motrices, entonces se elude esta línea. La línea normal de las drogas tipo LSD parecen actuar mas bien desde: vegetativo-sexo, de sexo a emoción y de emoción, shock. Se ve la línea directa, aunque en ocasiones hay también armónicas intelectuales.

Hay drogas que cercan el intelecto, pero hay otras que hacen el paso por el intelecto. Pero observen toda esta vía (central-esquema), ¿ven la virulencia de esta vía?

PREGUNTA: "¿En el ejemplo del gran latido, se parte de la motricidad?"

Se parte del vegetativo porque hay ayuno, y si los ayunos han sido hechos en estado de quietud corporal, todos esos fenómenos van a actuar un poco como la droga.

Lo que suelen hacer determinados santones con sus ayunos es volcar en el torrente sanguíneo una enorme cantidad de toxinas y no eliminarlas. Entonces, se producen también fenómenos de intoxicación, y no la historia que ellos cuentan de que algo se purifica en su cuerpo.

También, en el caso de las flagelaciones de la Edad Media (donde proliferaban las infecciones, fiebres y cosas por el estilo), se producían intoxicaciones en el cuerpo que venían a shockear por esta vía, entonces actuaban por el vegetativo.

Veamos ahora otras formas de trabajo de mayor control.

¿Dónde trabajaría la meditación? La meditación trabajaría sobre todo intelectualmente. Desbloqueemos entonces este punto (intelecto-esquema).

Muy bien, ¿de dónde chupa energía? Parece ser el recorrido: sexo-emotividad-intelecto-shock. ¿Está claro?

Supongamos que existiera un trabajo de yoga que actuara directamente desde el cuerpo. Habría dos casos de yoga-sexo. Un tipo de yoga donde la motricidad no actuaría y un tipo de yoga-sexo donde la motricidad actuaría.

Este sería un tipo de yoga-sexo quieto y éste sería con movimiento. Tomemos el primer caso: sexo-emotividad. ¿Podría o no podría? (esquema). Si se está controlando mentalmente: intelecto-shock. En el otro: motricidad-emotividad-shock. ¿Ven la diferencia? O sea: se puede prescindir o no del centro motriz.

Supongamos trabajos como los que nos mencionan los alquimistas, en donde se producirían también shockeos a nivel de centro emotivo superior.

¿Trabaja la motricidad? ¡Sí, trabaja! Y es condición imprescindible. No podemos prescindir entonces de este movimiento: sexo-motricidad-intelecto y shock con armónicas motrices. Que no es lo mismo que decir: emoción-intelecto-shock. Como en el caso del otro, del sexo que podía tener armónicas emotivas. Pero acá: motricidad-intelecto-shock. En el esquema hay subida directa por la línea de la izquierda, en el caso de la Alquimia.

¿Ven ustedes los distintos casos? Los casos de éxtasis, o sea los casos más bajos de movilización del centro emotivo superior, bloquean siempre el intelecto.

Nosotros distinguimos a nivel de emotivo superior tres fenómenos característicos. Vamos a decir que son fenómenos graduales. (Esquema). Acá vamos a ubicar los fenómenos de éxtasis que corresponderían a una suerte de "motricidad" del emotivo superior.

Acá, los fenómenos de arrebatos que corresponderían a una especie de "emotividad" del emotivo superior.

Y los fenómenos de reconocimiento los vamos a ubicar acá, como si correspondieran al "intelecto" del emotivo superior. Decimos que los fenómenos que movilizan el emotivo superior en la zona, en la región del éxtasis, normalmente trabajan por bloqueo del intelecto. Es el caso de la macumba y de otras danzas. El recorrido tendrá que ser por cualquier vía, menos por la vía intelectual de shockeo.

Pero como no tiene posibilidades de ascenso por acá (esquema), y no tiene posibilidades de ascenso por esta otra parte del intelecto, entonces la única que queda libre es: de la motricidad al emotivo y arriba indefectiblemente.

Estos estados de éxtasis, cuando se shockea con bloqueo intelectual, tienen la desventaja de que precisamente por el bloqueo que se ha producido, es muy difícil seguir haciendo ascender el fenómeno por control intelectual. De tal manera que shockea y normalmente se sigue esa línea inmediata de caída (esquema).

A esta línea la vamos a llamar de la "confusión". Así como a esta línea la vamos a llamar de la "purificación"... Para hacerlas coincidir con los esquemas que ustedes conocen del árbol.

El problema está para nosotros precisamente en la bifurcación del "camino".

Este problema se presenta como de suma importancia. No tanto por el modo de shockeo de este centro (emotivo superior), sino por la bifurcación del camino, luego de haber sido aquél shockeado.

Decíamos que, en principio, no importaría cómo se shockea y ahora debemos corregirlo, porque también hay diversas formas como en el caso que hemos visto recién. Entonces se

ve que el tipo de shockeo importa. Porque si hemos bloqueado el intelecto y provocamos un shockeo, no hay ninguna posibilidad de control intelectual del fenómeno. El control intelectual queda reducido a cero. Entonces, el fenómeno "toma" (es el caso de los espiritistas). En el caso de la mediumnidad, trabaja de éste modo. Aún cuando no actúe la motricidad supremamente, actúa el emotivo y acá shock arriba. Un poco como en el caso de la oración también, pero con bloqueo intelectual casi total.

Así que en principio, decimos que no importaría el modo. Luego nos damos cuenta que sí importa el modo de shockeo.

En el caso de los shockeos vegetativos, los fenómenos suelen ser bastante incontrolados también. Tal es el caso del gran latido, sobre todo cuando la acción del cuerpo es muy fuerte. Cuando el ayuno ha tenido que ver, cuando el estado corporal se impone al sujeto, entonces estamos bloqueando prácticamente el intelecto.

Y en el caso de la droga, también la acción del cuerpo, la acción de las sustancias es tan intensa que no permite el manejo por parte del intelecto de la química corporal.

Por eso es que trabajos del tipo del gran latido o trabajos con drogas no son controlables, por el tipo de energía que se libera.

Parece ser entonces que el control pudiera venir o desde acá abajo (dibujo) alzándolo, o al revés, chupando energía de algún otro punto.

Hay dos posibilidades de que esa energía suba: desde abajo hacia arriba o creando arriba condiciones tales de trabajo, que toda la maquinaria se vea forzada, se vea obligada, a dar la energía que se le esté exigiendo por un sobretrabajo de un punto de arriba. De manera que, o se comienza acumulando energía desde abajo, o se hace un trabajo tan intenso en un determinado punto que la energía no tiene más remedio que ser entregada y se produce el "gran pasaje".

Este es el caso de meditaciones cada vez más abstractas y de sobreesfuerzo intelectual. En el caso de un enorme trabajo intelectual pasan muchas cosas: o el sujeto sobrecarga el centro intelectual, lo bloquea y entonces ya no puede seguir pensando, o se produce una gran elevación de energía, por pasaje desde el selector hacia el emotivo superior.

Es una forma de elevar desde arriba. Muy distinto a la forma de trabajar con un determinado yoga desde abajo. Decíamos que nuestro problema estaba a nivel de bifurcación de la línea. Todo shockeo del centro emotivo superior por la gran movilización de energía que produce, tiene concomitancias violentas en todos los otros centros, por el desplazamiento.

Es una primera idea que tendremos que modificar después.

Al producirse un shockeo acá (esquema), al movilizarse el centro emotivo superior, al ponerlo en marcha, el "distribuidor" tiene que entregar toda la energía disponible. Y al entregar toda la energía disponible se van produciendo sobrecargas en todos los otros centros y se van manifestando concomitancias motrices intensas, emotivas e intelectuales. En ocasiones, puede desconectarse algún centro. Podría no haber concomitancias motrices, pero tendría que haber sobrecargas en algunos de los otros o a nivel de la motricidad de la motricidad (reflejos que se sueltan solos); a nivel de la motricidad del emotivo (todo el mecanismo pasional que se suelta solo); o a nivel de la motricidad del intelecto (todo el mecanismo de motricidad intelectual, de imagen que se

suelta solo). Eso sucede cuando hay un exceso de succión arriba, siempre por el lado de las motricidades.

Los fenómenos que terminan shockeando a nivel de éxtasis, cuando está bloqueado el centro intelectual, indefectiblemente tienden a bajar en sus efectos, no pueden seguir progresando. Pero se puede entrar a nivel de éxtasis y seguir progresando en estos niveles internos siempre y cuando el centro intelectual no esté bloqueado.

El problema de todo esto es un problema de "reconocimiento". Decíamos, al comenzar nuestra charla, que el sujeto que no tiene datos suficientes porque no ha hecho trabajos de autoconocimiento, no tiene experiencia. Si se lanza de pronto a shockear, por cualquiera de los procedimientos mencionados, hacia allá arriba al emotivo superior, lo que va a lograr frente al shockeo es una gran confusión de armónicas motrices, emotivas, de imágenes intelectuales que se suscitan. Con esa confusión no va a tener cómo reconocer aquello que tira en una línea o tira en otra.

De manera que únicamente si el sujeto ha trabajado suficientemente en la fijación de la conciencia de Sí, tiene suficientes datos a este nivel, datos intelectuales como para orientarse y analizar aquello que le está sucediendo.

Entonces hay dos posibilidades para un sujeto que quiere seguir evolucionando en esa línea: o desde afuera se le explica lo que va sucediendo y se lo orienta para que vaya tomando la línea correcta ya que no tiene datos, o es un sujeto que tiene datos porque ha trabajado anteriormente grabándolos y esto le permite reconocerlos.

El primer caso es el que nos va a instruir... Este libro del Bardo Thodol sirve a los oficiantes que van guiando el proceso mental del "segundo cuerpo" que se separa cuando el sujeto muere. Explica cómo se lo va guiando por los diversos vericuetos para que siga evolucionando en la línea de la "purificación", digamos.

Y el otro caso, es el caso que nosotros conocemos de ir grabando datos en la vida cotidiana a fin de producir un shockeo y seguir subiendo sin necesidad de control externo.

De todas maneras, como la gente puede conocer someramente ciertas cosas, puede haber hecho algún intentito que otro, pero no tener suficiente capacidad de discernimiento, se pueden usar algunos artilugios externos para que dada la situación de shockeo de este centro y no sabiendo el sujeto cómo orientarse, haya una suerte de resonador afuera que le permite dirigirse en una línea. Estos objetos externos pueden ser o dibujos u objetos o diagramas; un piano... ¡como les guste más!, pero para guiarse en tal situación.

De manera que hay recursos externos.

Ahora bien (y es bueno destacarlo de nuevo), toda movilización violenta del centro emotivo superior tiene concomitancias también violentas en los otros centros. De manera que el problema nuestro no es evitar la violencia del shockeo del emotivo superior con sus concomitancias; el problema es una vez puesto en marcha, cómo dirigir el sentido de la energía. En el momento de la bifurcación es cuando nos preocupa manejar lo que sigue. Pero no es que nos preocupe que vaya a producirse un shockeo. ¿Entienden eso? Porque si ustedes ponen una barrera a un determinado shockeo, entonces ¿cómo lo van a poder movilizar? Nada van a poder dirigir en la medida que no movilen y si shockean fuertemente se van a producir entonces concomitancias.

El problema no está en evitar la concomitancia. El problema está en orientarse correctamente. Así que no es lo característico del fenómeno crepuscular la concomitancia.

Lo característico del fenómeno crepuscular es la caída. Como no es característico en el fenómeno de conciencia superior la concomitancia física. En general, la concomitancia física se produce y luego derivan las líneas.

Estudiemos el caso del Bardo Thodol en el que se supone que los oficiantes, a la muerte del sujeto, van orientándolo a fin de que el alma llegue a buen término.

Antes de comenzar con ésto, es bueno recordar el esquema de los tibetanos en lo que hace al trabajo de los centros Síquicos. Los tibetanos, siguiendo una línea tradicional anterior al budismo, consideran que la energía se moviliza por un gran canal y también por canales laterales, por nervios síquicos, y donde se produce la interacción de los canales laterales con el gran canal, ahí se origina un centro energético. De manera que la clásica figura del caduceo de Hermes, para ellos será interpretada como el pasaje de energía de un nervio síquico, el pasaje de energía de otro nervio síquico y el gran canal energético. En donde se produce el entrecruzamiento de los tres, Sushumna, Ida y Pingala como le llaman ellos, aparece un "chakra".

Estos chakras tendrían que ver: el de más abajo con el asiento de la vitalidad, habría otro intermedio poco definido para ellos; luego vendría el asiento del sexo; luego vendría el asiento de la emotividad; luego vendría el del intelecto.

Por encima del intelecto ellos ubican lo subconciente (donde nosotros ubicamos el emotivo superior).

Por encima del subconciente ellos ubican el gran campo de lo trascendental, de la mirada clara, sin intermediarios; de la apertura de la conciencia a la realidad, pero por encima de lo subconciente. Les recuerdo que lo subconciente no ha sido descubierto anteayer, por los europeos.

Ese es el esquema aproximado de estos señores tibetanos.

Parece que hay catorce nervios fundamentales de los cuales derivan unos cuantos miles. Parece que estos centros de asentamiento de la energía tienen sus complejas características, no aparecen nuestras divisiones eneagramáticas, pero ellos van a su modo, caracterizando cómo trabaja cada uno de ellos.

Utilizaremos la traducción de Bergua, tercera edición de la Editorial Senén Martin-1967, del Bardo Thodol o Libro Tibetano de los Espíritus del Más Allá o simplemente, Libro Tibetano de los Muertos.

Libro Primero - Primera Parte - El Bardo del Momento de la Muerte: La Clara Luz Primordial Vista en el Momento de la Muerte.

"En el momento de la primera confrontación frente a frente con la Clara Luz, durante el estado intermedio de los momentos de la muerte, puede ocurrir que muchos hayan escuchado las enseñanzas religiosas sin no obstante reconocerlas, mientras que otros que las han reconocido están no obstante poco familiarizados con ellas Pero todos cuantos hayan recibido la enseñanza práctica de los Guías serán, si merecen que se les aplique, puestos frente a frente con la Clara Luz fundamental y, sin ningún otro estado intermedio obtendrán el Dharma-Kaya sin nacimiento para la Gran Vía Ascendente".

Continuemos:

"Una vez que la expiración ha cesado, la fuerza vital habrá caído en el centro nervioso del Saber y "El Conocedor" experimentará la Clara Luz de la condición natural. Entonces la fuerza vital siendo proyectada en forma de corriente descendente a lo largo de los nervios

Síquicos a derecha e izquierda, el alba del estado intermedio se levantará momentáneamente".

El problema de estos señores, en esta situación, va a ser bloquear la caída de energía. Que de acuerdo a este esquema debería regresar a los puntos vitales inferiores. Por eso es que ellos van a poner especial énfasis, en una práctica que luego vamos a ver para bloquear la caída de energía y que se pueda movilizar hacia aquí (esquema), hacia el emotivo superior.

De no producirse este bloqueo, el sujeto cae en sueño profundo. Y si cae en Sueño profundo y luego muere, simplemente queda alojado a nivel de vitalidad, en la "vitalidad" que aparece en el vegetativo del árbol.

De manera que se trata de que en el momento de la muerte no caiga en Sueño profundo y hacia la vitalidad, sino de ese estado en el que se encuentra, pase a lo crepuscular.

Más adelante se lee:

"Leído ésto, hay que repetirlo varias veces junto a la oreja del difunto, para que antes de que la respiración cese, quede bien grabado en su espíritu. De estar la respiración a punto de cesar, hay que volver al moribundo hacia la derecha, en la posición llamada del león acostado. El latido de las arterias (a derecha e izquierda del cuello) debe ser comprimido. De tener el moribundo tendencia a dormir, o si el sueño llega, hay que evitarlo, y para ello hay que hacer presión, dulcemente, sobre las arterias, dulce pero con firmeza. Con ello la fuerza vital no podrá volver al nervio medio y partirá seguramente por la abertura brahmánica. Entonces es cuando debe ser hecha la real confrontación. Y es en este momento cuando la primera percepción en el Bardo de la Luz Clara de la Realidad, espíritu perfecto del Dharma-Kaya, es sentida por todo ser animado. El tiempo del intervalo de la cesación de la respiración y de la inspiración es aquel durante el cual la fuerza vital permanece en el nervio mediano. Se dice corrientemente que es entonces cuando el conocimiento se desvanece".

Muy bien. Fíjense en la mecánica de estos señores para bloquear el centro intelectual, evitar el sueño natural y entrar en el estado intermedio, para nosotros, el estado crepuscular.

¿Cómo es esa mecánica? (experiencia)...

De manera que, con este tipo de procedimiento se va perdiendo noción de la realidad... Habrá notado usted que se iba por un "pasadizo", que perdía total conciencia de usted mismo. Y podía pasárselo con muy poca sugestión al estado crepuscular y a una hipnosis rápida. Muy bien.

¿Qué hemos hecho? Bloquear el centro intelectual. Bloqueando el centro intelectual pasamos a shockear al emotivo superior, y lo pasamos a shockear en el caso que quisiéramos haber profundizado este estado. Y las concomitancias en todos los otros centros iban a ser de un modo muy virulento y muy patente. Un poco más y nuestro sujeto empieza a las patadas...

Seguramente usted habrá notado descontrol motriz, que los miembros se soltaban solos.

RESPUESTA: "Efectivamente"...

La emotividad empieza a desatarse también, y la motricidad del intelecto también. Con un poco más de tiempo, se empieza a soltar todo tipo de imágenes, como sucede en el momento de la muerte, donde la motricidad del intelecto es la que moviliza a gran

velocidad y con gran fuerza todos los contenidos de la materia prima de la memoria y el sujeto recuerda su vida de corrido.

Sigamos leyendo:

"Tu inteligencia, cuya verdadera naturaleza es el vacío que no debe ser mirado como el vacío de la nada, sino como la inteligencia misma sin trabas, brillante, universal y feliz es la conciencia misma: el Buda universalmente bueno. Tu propia conciencia no formada en modo alguno, en realidad vacía y la inteligencia brillante y gozosa son inseparables. Su unión es el Dharma-Kaya: el estado de perfecta iluminación. Tu propia conciencia brillante, vacía e inseparable del Gran Cuerpo de Esplendor, no tiene ni nacimiento ni muerte y es la inmutable Luz Amitaba Buda. Este Conocimiento basta. Reconocer el vacío de tu propia inteligencia como el estado de Buda y considerarle como tu propia conciencia, es continuar en el espíritu divino de Buda".

Esto tiene relación con lo explicado en Meditación Trascendental. Continuemos:

"Instrucciones Concernientes al Segundo Estado Transitorio del Chikai Bardo: La Clara Luz Secundaria Vista Inmediatamente tras la Muerte.

"... según el Karma sea bueno o sea malo, la fuerza vital desciende por el nervio derecho o izquierdo y se va por una de las aberturas del cuerpo".

En estos casos se hacen distinciones, porque luego la gente trabajando con energía, las va a palpar. Sigamos leyendo:

"Lo que es llamado el segundo estado del Bardo se levanta para iluminar el cuerpo-pensamiento. "El Conocedor" permanece en el sitio donde sus actividades han sido limitadas. Si, en aquel momento, toda esta enseñanza especial ha sido aplicada eficazmente, entonces el propósito es conseguirlo. Pues las ilusiones kármicas no han llegado aún para arrastrar de aquí para allá al muerto y apartarle de su propósito de llevar a cabo la iluminación".

Perfectamente. Si el sujeto tiene conciencia en ese estado, si más o menos va discriminando lo que le sucede, entonces las ilusiones kármicas, o sea todos aquellos fenómenos producidos por los actos que el sujeto hizo y pensó durante su vida (o traducido a nuestro lenguaje, la aceleración de la motricidad del intelecto), no vienen entonces a "tapar" el manejo del intelecto del intelecto.

Más adelante:

"El Bardo de la Experiencia de la Realidad:

"...¡Oh noble hijo! escucha con atención y sin distraerte. Hay seis estados transitorios de Bardo que son: el estado natural del Bardo durante la concepción; el Bardo del estado de los ensueños; el Bardo del equilibrio estático en la meditación profunda; el Bardo del momento de la muerte; el Bardo de la experiencia, y el Bardo del proceso inverso de la existencia samsariana. Tales son los seis estados".

¿Notan ustedes ese estado de la conciencia durante la concepción, se dan cuenta cómo puede ser? Que no es un estado de vigilia ordinaria, es un estado vegetativo, sometido a una cantidad de condicionamientos donde la vista y el olfato no actúan y el oído escasamente. Sigamos:

"...¡Oh noble hijo! en el momento en que tu cuerpo y tu espíritu se han separado, has conocido el fulgor de la Verdad Pura, sutil, centelleante, brillante, resplandeciente, gloriosa y radiantemente impresionante, bajo la apariencia de un espejismo cruzando un

paisaje primaveral y un continuo chorrear de vibraciones. No quedes subyugado, aterrorizado ni temeroso. Todo ello no es sino irradiación de tu propia y verdadera naturaleza. Aprende a conocerlo. Del centro de esta irradiación saldrá el sonido natural de la Realidad repercutiéndose simultáneamente cual un millar de truenos. Ello es el sonido natural de tu propio y verdadero ser. No quedes subyugado, aterrorizado ni temeroso. El cuerpo que tienes ahora es llamado el cuerpo-pensamiento de las inclinaciones. Desde que ya no tienes un cuerpo material de carne y de sangre, sea lo que sea lo que pueda suceder: sonidos, luces o radiaciones, nada de todo ésto puede hacerte daño. Ya te es imposible morir. Te basta y suficiente es para ti, saber que estas apariciones son tus propias formas-pensamientos. Aprende a conocer que esto es el Bardo".

Cuando empieza ya a ver luces, que no se asuste. De manera que, aunque el sujeto lo vea como fenómenos externos, no es sino alucinación, irradiación de la propia naturaleza.

Sigamos:

"El Alba De Las Divinidades Apacibles Del Primero Al Séptimo Día. – Segundo día: No seas atraído por la empañada claridad gris ahumada del Infierno. Es el mal karma acumulado por la cólera violenta quien abre este camino. Si sigues esta atracción caerás en los mundos-infiernos donde tendrás que soportar una gran miseria sin que te sea determinado un tiempo fijo para salir de ella.

Esto sería una interrupción destinada a detenerte en la vía de la Liberación. No mires pues en torno tuyo, evita la cólera. No seas atraído por todo ésto. No seas débil. Cree en la blanca Luz deslumbradora y brillante y, poniendo tu Corazón en Bhagaván Vajra-Sattva di: "¡Ay! en el momento en que yerre por el Samsara por obra del poder de la cólera violenta, en el camino luminoso de la Sabiduría semejante al Espejo, ¡ojalá pueda ser conducido por Bhagaván Vajra-Sattva! ¡Pueda la Divina Madre Mamaki seguirme y protegerme! ¡Pueda ser conducido con seguridad a través de las emboscadas del Bardo y alcanzar el estado perfecto de Buda!". "Diciendo ésto con fe humilde y profunda te fundirás en un halo del arco iris del corazón de Bhagaván Vajra-Sattva y obtendrás el estado de Buda en el Sambhoga-Kaya del reino del Este, llamado el reino de la Suprema Dicha".

Parece que el sujeto a la primera luz primordial, no la ve. Pasa entonces a la segunda luz. Este ya anda "cuesta abajo en la rodada".

Para éste, van tomando en cuenta todo lo leído, el sujeto que hace algún descalabro en los estados superiores, hay que pescarlo de todos modos. Para recuperarlo y subirlo de nuevo. Pero éste empieza a caer... van a ir viendo en los distintos días cómo llega finalmente abajo, a la vitalidad. Y llegando a la vitalidad, que es el nivel que le corresponde a ese sujeto, por el karma y demás, tiende a reencarnarse, tiende a meterse en un cuerpo.

Leamos:

"...El agregado del tacto en su forma primitiva estará representado por el fulgor amarillo de la Sabiduría de la Igualdad. Este fulgor de un amarillo deslumbrador glorificado con círculos y círculos satélites de radiación, tan claro, tan brillante, que el ojo apenas puede mirarle, brotará hacia ti. Junto a esta luz, tocándola, Un empañado resplandor azul-amarillo reflejo del Mundo humano te herirá el corazón al mismo tiempo que la Luz de la Sabiduría. Entonces, a causa de la fuerza del egoísmo tendrás miedo de la luz amarilla brillante y querrás huir. Por el contrario atraído serás por el empañado resplandor azul-

amarillo del Mundo humano. En tal momento, no temas a la deslumbrante luz amarilla, transparente, y reconócela como siendo de la Sabiduría; resignando firmemente tu espíritu, cree en ella con firmeza y humildad".

Empiezan las distinciones entre los colores. En general, cuando se presenta una gran cantidad de colores o diversos colores, el "Conocedor" tiende a ir a los colores más brillantes, y a concentrar su atención sobre ellos. Mientras que el ignorante tiende a meterse con los colores más oscuros.

Así, si hay una luz pura blanca el Conocedor tiende hacia ella; pero el cascote tiende hacia un gris ahumado que es el color del infierno. Si hay un rojo vivo, el que sabe, va para allá; pero el otro va a ir a un rojo mortecino y así siguiendo, con los diversos colores.

Estos colores corresponden a categorías perceptuales. Quiero decir: supongan ustedes que la percepción de la vista funcione en una frecuencia, la del oído en otra, la del tacto en otra. Entonces, habrá colores que correspondan a una frecuencia de percepción y colores que correspondan a otra.

De manera que estamos en presencia de un amarillo y decimos que corresponde al mundo de las sensaciones, al cual el alma de caída tiende a enganchar, ese sujeto de mucho "karma" sensorial, el sujeto del tacto, no va a evolucionar por el lado del amarillo brillante sino por el lado del amarillo opaco.

Veamos:

"... Y no seas atraído por el empañado fulgor azul-amarillo del Mundo humano. Es la acumulación de tus inclinaciones y de tu violento egoísmo lo que ha abierto este camino. Si eres atraído hacia él, renacerás en el Mundo humano y tendrás que sufrir el nacimiento, la vejez, la enfermedad y la muerte. No tendrás la suerte de salir del pantanoso bache de la existencia del Mundo. Se trata de una interrupción destinada a detenerte en la vía de la Liberación".

Fíjense, parece que es un cierto tipo de "karma" o de grabaciones, que el sujeto ha hecho en su cabezota a lo largo de su vida. Tal como el sentimiento de cólera profunda, que le va produciendo algún tipo de cristalización interna, que luego se manifiesta, se expresa en la representación visual, como el gris oscuro del infierno.

Ese es el "karma" acumulado por un tipo de pasiones violentas. Cada una de ellas tiene su colorete.

Veamos otro aspecto del asunto.

Desde el punto de vista de estos señores, el problema no es ir a dar a un infierno y quedarse ahí, fijo, no. El problema es que todas estas cuestiones son traspiés, son interrupciones en el camino evolutivo. De manera que si el sujeto cae a una octava indecente, tiene todo un trabajo que hacer para volver a recuperar el nivel adecuado.

Aún en el peor de los casos, en que el sujeto transmigre, según ellos, en una hormiga, es más edificante que la doctrina de los cristianos en la que aparece un Infierno sin evolución. Pero nos salimos del tema.

Leamos sobre el cuarto día:

"...No obstante, a pesar de estos avisos repetidos, numerosos son los hombres que han creado mucho karma malo, o que han faltado a sus votos, o que, aún, no han merecido un desarrollo más elevado; y entonces incapaces son de reconocer todo ésto. Su ignorancia,

su mal karma ocasionado por los deseos inmoderados y la avaricia, hacen que sean espantados por sonidos y radiaciones y que huyan".

¿Entienden ustedes como grabaciones, esa historia del "karma"? Las grabaciones producen en el sujeto experiencias que tienden a hacer que (ese sujeto) se asimile más al plano de lo que tiene grabado, de las experiencias dadas, que a otra cosa que no conoce.

Claro, no se sabe cómo ese "cuerpo" separado, graba. No importa, porque nosotros nos preocupamos por esta vida, relacionando las descripciones de estos señores, con estados de conciencia de "este lado" y no más allá de la muerte... no por ahora.

Recomiendo lean cuarto, quinto, sexto y séptimo día. Ahora debemos abreviar.

Conclusión del Libro Primero.

"...Dadle publicidad. El que le ha oído una vez, incluso si no le ha comprendido, se acordará de él en el estado intermedio sin olvidar una sola palabra, pues entonces la inteligencia es nueve veces más lúcida".

Entonces la inteligencia es nueve veces más lúcida. Interesante observación sobre la inteligencia (como recuerdo) en lo que hace a velocidad. En efecto, la aceleración de la motricidad del intelecto en su subparte motriz tiene una diferencia de velocidad eneagramática con respecto a la subparte intelectual del intelecto. Tales los casos en el sueño y el momento de la muerte.

Veamos ahora el Libro Segundo:

El Sidpa Bardo - El Cuerpo del Bardo, Su Nacimiento y Sus Facultades Supranormales.

"...Oh noble hijo!, escucha aún, "Dotado de todas las facultades de los sentidos y de poder moverse libremente" quiere decir, que no obstante lo que hayas podido ser cuando estabas vivo - ciego, sordo, o inválido -, en este plan de Luego De La Muerte, tus ojos verán la forma, tu oído oír los sonidos y todos los demás sentidos-órganos estarán aquí intactos dotados de una agudeza completa. He aquí por qué ha sido dicho que el cuerpo en el Bardo, estaría "dotado de todas las facultades de los sentidos". Esta condición de existencia en la que te encuentras actualmente indica que estás muerto y errante en el Bardo. Obra de modo que sepas ésto. Acuérdate de las enseñanzas; acuérdate sí, de las enseñanzas.

"¡Oh noble hijo!, "el movimiento libre" quiere decir que tu cuerpo actual es un cuerpo de deseos - tu intelecto habiendo sido separado de su natural asiento - y no un cuerpo de materia grosera, de tal modo que ahora tienes el poder de pasar a través de las masas rocosas, colinas, piedras, tierra, casas y hasta el propio Monte Meru, sin que nada te detenga. Excepto Buda Gaya y el seno de una madre, todo hasta la montaña real el Monte Meru puede ser atravesado por ti, hacia adelante o hacia atrás, sin que nadie te lo impida. Esto es también para ti prueba de que yerras por el Sidpa Bardo".

Ahí viene toda la historia ocultista de los poderes supranormales. Cosas que han leído sobre estos tíos, lo que actualmente se caracteriza como fenómenos "psi", producidos siempre por el shockeo del emotivo superior.

Bien. En ese estado intermedio, del shockeo del emotivo superior es cuando se puede asistir a los fenómenos paranormales.

De manera que shockear el emotivo superior con el objeto de producir los estados paranormales, es con toda seguridad caer, es elegir una inadecuada línea. Es una línea de caída. La línea crepuscular mediumnímica.

De manera que en presencia del shockeo del emotivo superior, la elección que se puede hacer en ese estado, la elección por el fenómeno paranormal, cae inevitablemente en el campo de la mediumnidad.

Cuando el señor Buda recomienda a su gente (hablando de distintos niveles de conciencia) no fijarse y no atender a los fenómenos "paranormales", es porque los está considerando como una traba en el desarrollo. Pero no es una cuestión metafísica, eso de "traba en el desarrollo", sino que sencillamente hay una confusión, una no determinación hacia el plano de las formas puras. Y una tendencia hacia el plano de lo denso.

Es lo que sucede en el caso de cualquier médium espiritista. De comienzo, parte a shockear ese punto con la tendencia hacia abajo, fácilmente reconocible.

No hay posibilidad de evolución, dicho de otro modo.

Si las concomitancias paranormales se producen por añadidura, así como se producen concomitancias físicas, emotivas, o la gran aceleración en la motricidad del intelecto, entonces no hay problema.

Pero si la tendencia del trabajo en ese shockeo es la búsqueda de la experiencia paranormal estamos equivocando el camino.

Es lo mismo que sabiamente se recomienda a continuación:

"...Eres capaz de atravesar en un instante los cuatro continentes que rodean al Monte Meru o estar instantáneamente allí donde se te antoje; tienes el poder de ir donde quieras en el tiempo que un hombre emplearía en doblar o extender su mano. Estos poderes diversos de ilusión y de cambio de forma, no los desees, no los desees no. Ninguno de los poderes que pudieras desear te es imposible ahora. La posibilidad de ejercerlos sin obstáculos está en ti. Conócela y ruega al gurú".

Recomiendo la lectura de "Las Características de la Existencia en el Estado Intermedio" y de "El Juicio".

En "la influencia determinante del pensamiento", leemos:

"...¡oh noble hijo!, para resumir: tu intelecto actual en el estado presente no depende de nada seguro; teniendo poco peso y estando en continuo movimiento, todo pensamiento que se te ocurra ahora, piadoso o impío, adquirirá gran fuerza. Por consiguiente, no pienses en cosas impías acordándote, por el contrario, de cualquier clase de ejercicio de devoción; en caso de no estar acostumbrado a tales ejercicios, muestra afectos sinceros y fe humilde".

Fíjense en eso. En tal situación, cualquier forma mental, cualquier pensamiento, dirige a toda esa especie de cuerpo etéreo del sujeto.

De manera que tiene suma importancia el tipo de mentación que se efectúe, porque si en esta mentación el sujeto se identifica con un ser grosero, su falta de amarre hace que se asimile a él.

Se dirige fuertemente, por eso, a donde se dirige el pensamiento. Es importante la forma mental que se asume o la imagen con que se trabaje ahí.

Leamos: El Alba de las Luces de los Seis Lokas:

"...¡oh noble hijo, escucha! Si deseas saber cuáles son estas seis Luces, helo aquí: un apagado resplandor blanco del mundo-Deva, un empañado fulgor verde del mundo-Asura, un mortecino fulgor del mundo-Humano, un deslucido fulgor azul del mundo-Bruto, un poco brillante fulgor rojo del mundo-Preta, y un fulgor sin brillo, gris ahumado del mundo-

Infierno. En tal momento por la fuerza del karma, tu cuerpo tomará el color de la luz del mundo en el que debas renacer.

"¡Oh noble hijo! el arte particular de esta enseñanza es especialmente importante en este momento. Sea cual sea el fulgor que brille en ti entonces medita sobre él y sobre el Compasivo. Venga de donde venga tal fulgor considera dicho tal lugar como siendo o existiendo donde el Compasivo. Esto constituye un arte profundo y sutil y podrá impedir el renacimiento. Sea cual pueda ser tu Deidad Tutelar, medita sobre su forma durante largo tiempo - como siendo una apariencia desprovista de existencia real -, es decir, como una forma creada por un mago, llamada la pura forma de ilusión. Deja entonces que la visión de la Deidad Tutelar se funda y desaparezca, partiendo de los contornos extremos hacia el centro, hasta que nada de ella quede ya visible; y ponte tú entonces en estado de Claridad y de Vacío – que por supuesto imposible te es concebir en modo alguno, y permanece así un poco de tiempo. Medita de nuevo sobre la Deidad Tutelar, de nuevo también sobre la Clara Luz, haciendo ésto alternativamente.

Al punto, deja que tu propio intelecto se funda gradualmente empezando por los extremos. "En todo lugar donde reina el éter reina la conciencia. En todo lugar donde reina la conciencia reina el Dharma-Kaya. Permanece tranquilo en el estado increado del Dharma-Kaya. En este estado el nacimiento no puede efectuarse y la Iluminación perfecta es alcanzada".

De manera que haya caído el sujeto en el mundo que sea, siempre tiene posibilidades de enganchar con la línea ascendente y llegar a la iluminación perfecta.

Haya caído en donde haya caído, mientras no se reencarne. Porque de suceder eso, tiene que morir de nuevo. Dicho por nosotros, arranca nuevamente desde Vegetativo pero con el agravante de las malas grabaciones anteriores, cada vez más difíciles de borrar.

Recomiendo la lectura de toda la Segunda Parte, y de la Conclusión General, ésto:

..."Por la virtud de estas lecturas hechas correctamente, los devotos (o yoguis) de entendimiento avanzado pueden hacer el mejor uso de la Transferencia en el momento de la muerte. No tienen que atravesar el estado intermedio, sino que irán por el "Gran Camino Derecho Ascendente".

Otros un poco menos entrenados en las cosas espirituales, reconociendo la Clara Luz en el Chonyid Bardo en el momento de la muerte, irán por la vía ascendente. Los que están por abajo de éstos serán liberados - de acuerdo con su capacidad particular y sus conexiones kármicas-, cuando una u otra de las Deidades Apacibles e Irritadas brillen sobre ellos, durante las dos semanas del Chonyid Bardo. Hay muchos puntos en los que se puede obtener la Liberación, de llegar al reconocimiento de uno u otro de ellos.

Pero aquellos cuyo buen karma es débil, aquellos cuya masa de oscurecimiento es grande a causa de sus malas acciones, tienen que errar cada vez más hacia abajo hasta el Sidpa Bardo. Sin embargo, allí aún, cual diferentes peldaños de una escalera, hay varias clases de confrontaciones o llamadas; la liberación deberá ser obtenida reconociendo uno u otro de los grados.

Pero aquellos cuya relación kármica es más débil, por ser incapaces de reconocer, caen bajo la influencia del horror y del terror.

Para éstos hay diversos grados de enseñanza destinados a cerrar la puerta de las matrices y para escoger la puerta de una de ellas.

Para una u otra de estas enseñanzas, habrá debido escoger el método de visión y llamar mediante él a las virtudes ilimitadas superiores con objeto de exaltar su propia condición. Incluso el más bajo de entre ellos proveniente del orden de los brutos, es capaz - en virtud de la aplicación del refugio-, de apartarse (librarse) de entrar en la desgracia. Obteniendo el gran beneficio de un cuerpo humano libre y perfectamente dotado, podrá en el próximo nacimiento encontrar un gurú que sea su amigo virtuoso y obtener los Votos salvadores".

Perfectamente. De manera que ven ustedes cómo estos señores describen el asunto de la separación del cuerpo y de todos estos principios. Cómo van ayudando por "control remoto", a que el sujeto que no tiene experiencias suficientes, datos suficientemente grabados, pueda hacer su pasaje evolutivo.

A nosotros nos interesa no tanto la guía por "control remoto", sino la incorporación de datos, para dado el shockeo del emotivo superior poder orientar la línea.

El Bardo Thodol es un buen ejemplo. Vamos de nuevo al tema. Podemos apelar a distintas formas de shockeo. De todas ellas, vamos a apelar a la mejor. Pero esta forma mejor, de todas maneras podría ser más violenta, tal que cubriera la conciencia del experimentador, impidiendo que tomara una línea adecuada. Parece ser que deberíamos nosotros, ir manejando esa fuerza, a fin de que el experimentador se fuera familiarizando con ella y no quedara sobrepasado por ella.

Cuando nosotros estemos en ese manejo de Fuerza, vamos a considerar, por ahora, nada más que a nivel psicológico. Y aunque vayamos a shockear al emotivo superior, siempre va a seguir operando a nivel psicológico.

Y no vamos a considerar la acción de ninguna fuerza externa de tipo trascendental o como quieran llamarla.

Vamos a considerarlo todo dentro del bio-psiquismo del sujeto. El, trabajando con su propia energía interna, va a terminar shockeando allá arriba.

Pero esto, como les digo, conviene ir trabajándolo controladamente, con un volumen adecuado a fin de que no se suelte y sobrepase al sujeto. ¿Estamos en claro?

Vamos a usar el método más adecuado para todo esto. Y el método más adecuado va a consistir en:

Trabajar con las esferas mentales que conocemos.

En tres o cuatro reuniones en total, vamos a terminar produciendo la ruptura de nivel. Y si algunos rompen el nivel antes de cuenta, antes de tiempo, nosotros vamos a impedir que continúe ese proceso porque no van a poder manejarlo.

Paulatinamente vamos a ir aumentando el volumen.

Esto tiene que quedar bien claro. El trabajo es con las esferas mentales, en pasos bien simples.

El primer paso consiste en: una posición corporal normal, sin acción de ningún estímulo externo. No hablamos de humos, ni de luces, ni de cosas raras... Con relativo silencio.

1. Tomamos la esfera mental. ¿Qué es esto? Recordamos una esfera cristalina transparente y la colocamos mentalmente fuera de nosotros y en lo alto. No importa a qué altura.

2. En el otro paso, la vamos a ir bajando hasta colocarla a la altura de los ojos. Ahora es mejor visualizada que en el primer paso.

3. A esa esfera, la vamos a tratar de "meter" en la cabeza. La seguiremos viendo y la vemos con claridad en el interior de la cabeza.

4. A esa esfera la "bajamos" desde la cabeza por el interior del cuello hasta el centro del pecho, al medio de los pulmones, a nivel del corazón si les gusta.

En ese cuarto paso, se comprueba que la imagen ha perdido su poder de representación visual y ahora tenemos una sensación interna. La sensación de que está trabajando ahí una esfera. Pero no vemos ya la esfera.

Representarnos la esfera a nivel de los pulmones es tan difícil como representarla en lo alto.

De manera que, tanto en lo alto como en los pulmones, la esfera se diluye. Pero se la ve bien a la altura de los ojos, en el interior de la cabeza, y cuando baja.

En ese cuarto paso, la esfera tiende (si se la observa con tranquilidad, sin forzar nada, si se la siente con tranquilidad) a aumentar de "volumen", como sensación interna.

La esfera va aumentando de "volumen" desde los pulmones hacia afuera. De tal manera que se produce una concomitancia bien mecánica entre representación y respiración.

Esta esfera al ir aumentando de "volumen", es como si comprimiera los pulmones por dentro. La respiración entonces se hace profunda y nosotros no nos preocupamos por parar tal fenómeno, sino que dejamos que la respiración se profundice.

Todo el manejo mental, en ese momento, está puesto exclusivamente en esa sensación de la esfera interna que se dilata.

Y de ese modo nosotros podemos terminar shockeando arriba. ¿No les parece increíblemente simple la mecánica del shockeo?

Ustedes no se preocupen por el problema de que si esa mecánica puede producir tales fenómenos, o si esa mecánica los pone en resonancia a ustedes con un Trabajo que puede venir de otro lugar.

El hecho es que trabajando de ese modo, podemos producir el shockeo del emotivo superior, en alrededor de veinte minutos.

Y aquí paramos hasta que pueda ser controlado. Y eso es todo.

Posteriormente se verá cómo en esa ruptura (cuando surgen las imágenes y las concomitancias físicas y emotivas) se puede ir canalizando en una adecuada dirección, la energía psíquica.

Si nosotros dejáramos el planteo en ese punto, lograríamos simplemente el shockeo del emotivo superior. Lograríamos el control de una determinada línea que nos hace manejar la mente a otro nivel.

Pero resulta que a nosotros nos interesa producir otro tipo de fenómenos, para disponer de esa fuerza psíquica.

No sólo que esa fuerza psíquica se libere y pueda ser dirigida, sino disponer de una carga energética considerable. Esta carga energética que se registra como una electrificación total del cuerpo, comienza por las manos, sigue por los brazos, se extiende por todos los miembros y termina energizando el cuerpo hasta límites de lo tolerable. Esta energía cuasi-eléctrica, no proviene estrictamente del campo del psiquismo personal, sino que proviene de otra parte que no vamos a estudiar acá.

Pero por ahora, nosotros vamos a decir que este trabajo es interno, de cada sujeto que va haciendo su shockeo y el shockeo sí es personal.

En el momento de ruptura no obstante, vamos a sentir la entrada de fuerzas energetizantes que no son personales. En ningún caso de fenómenos crepusculares, ni en ningún caso de fenómenos mediumnímicos, o como quieran llamarlos, se produce la energetización que hay en esta ocasión.

Pero ésto habrá que experimentarlo, como hay que experimentar los estados de conciencia consecuentes.

Nos interesa, entonces, disponer de esa energía, para poder luego trabajar con ella.

Pero la mecánica es bien simple en los cuatro pasos que dijimos.

Habitualmente, la gente se pone de espaldas para no ser molestados por la posible mirada de los que tienen en frente. Hace círculos.

Si ustedes en ese estado trabajan bloqueando, entonces no van a poder shockear. Basta que ustedes no quieran, basta que no hagan alguno de los pasos para que no se produzca el fenómeno.

Si ustedes están forzando también la idea de semejante cosa, tampoco shockean.

De manera que la simple mecánica que les he dicho como entrada del shockeo en lo crepuscular, es un "dejarse-ir". Que actúe eso sólo por sí.

¿Está claro? No es más difícil que eso.

La experiencia de la obturación de las arterias que se realizara anteriormente fue sólo para tener referencias del fenómeno, pero no debe repetirse. En ningún caso se practica porque es peligrosa.

Comencemos ahora el Trabajo de la Fuerza con las esferas mentales.

(PRIMERA PRACTICA. Hacia la media hora, se "saca" del estado a varias personas que empiezan con las concomitancias motrices. Casi todos registran la energetización, aún sin Concomitancias).

Al ir terminando el trabajo se realiza el proceso inverso con la esfera: del pecho a la cabeza, "afuera" (frente a los ojos), y "arriba". Y con ésto se concluye. Verán que la rigidez muscular y las concomitancias motrices desaparecen si logran "extraer" la esfera. En caso de no poder hacerlo, falta control del fenómeno. Si es así, se hace caminar al sujeto y realizar alguna gimnasia elemental.

Ustedes no pueden permitirse el lujo de perder la conciencia en lo crepuscular como mediums, místicos, macumberos o pitonisas.

Ahora que han tomado contacto, atiendan a ésto: para algo hemos hablado (y ejercitado durante mucho tiempo en el Trabajo) de la conciencia de Sí.

Una vez logrado el shockeo (y no antes), la actitud mental debe ser la de conciencia de Sí, teniendo como referencia la posición corporal (como apoyo), y por otra parte, la atención puesta en los fenómenos internos que se desarrollan. Si esta división (autoobservación) se pierde, caen en la línea de la "confusión" u obscurecimiento intelectual, con descontrol mental y mediumnidad. Eso no debe ocurrir porque en lo futuro tal pésima grabación tiende a determinarlos e impedir el desarrollo.

Entiendan que esta operación provoca una aceleración interna y permite un desarrollo tal como el que pudiera hacerse en el Trabajo durante largo tiempo.

Inversamente, puede provocar las pésimas grabaciones propias del Trabajo realizado de mala forma durante años... y ustedes conocen ejemplares que jamás superaron sus dificultades y hoy les es imposible evolucionar, todo lo contrario, vegetan en el nivel de

semi-sueño de la humanidad mecánica, con el agravante que su línea sigue descendiendo sin posibilidad de recuperación.

Por todo ésto, cuidado. Es preferible un tedioso Trabajo a lo largo de años pero que permita evolucionar y no una aceleración descontrolada que los lleve en la línea descendente... y en corto tiempo.

Si alguien no se siente con seguridad interior, puede entender y estudiar todo ésto, pero sin tratar de ponerlo en práctica. Recuerden la leyenda del "Aprendiz de Brujo", las leyendas de los "elementales", de los "magos negros", etc. Esas leyendas aluden a realidades psíquicas que sobrepasan al operador.

Para que lo anterior les sea más claro, agregaré ésto: imaginen que todo el cuerpo está transitado y rodeado por la mentada energía síquica. Si fuera así y pudiéramos verla, comprobaríamos que esta energía circula, que en algunos puntos se concentra y en otros se ausenta. Cuando trabaja un centro se aglutina allí considerablemente y falta en los lugares donde los centros no trabajan.

Recuerden las ideas del Yin y del Yang con que trabaja la Acupuntura y reconozcan que todo el manejo de las agujitas tiene por objeto restablecer la circulación de energía psico-biológica detenida, sobrecargada o ausente en el lugar donde se registran dolencias.

Consideren que al producir un enorme shockeo en el emotivo superior, logran además, hacer circular esa energía a través de los centros (de allí las concomitancias) y a través de todo el cuerpo, estableciendo una dinámica energética muy veloz y poderosa.

Reestudien los fenómenos "milagrosos" (sobre todo en las curaciones de enfermedades psico-somáticas) en donde no falta la "fe" (como línea del emotivo que se sobrecarga y shockea al emotivo superior, tal el caso de los ejercicios devocionales) y comprenderán mejor lo referente al desplazamiento de esta energía que nos ocupa.

Cuando por el shockeo violento (o el Trabajo consciente y esforzado a lo largo de mucho tiempo), se moviliza la energía en la línea ascendente, se "fija" una suerte de "campo" en sentido evolutivo. Si inversamente, el Trabajo o shockeo se realiza mal, se fija el "campo" en los niveles inferiores. En ese caso, conectaríamos (lo digo risueñamente) una suerte de "pecado mortal" y desde allí se va al "Infierno".

Les digo algo más (y soy consciente de mi extralimitación): la energía puede externalizarse, como en las concomitancias psi. Puede llegar a externalizarse prácticamente todo el "campo psíquico" (proyección del "doble") pero tal "campo psíquico" o "fantasma" no tiene conciencia ni autonomía y depende de la idea o sentimiento-fuerza que lo proyecta. Es un autómatas inconsciente, típico de algunos mediums.

En la muerte, el doble se separa y diluye ya que no hay en él conciencia ni centro de gravedad.

Si ese doble tuviera adecuado "karma", adecuadas grabaciones, se orientaría hacia los planos trascendentales correspondientes a su nivel de ser.

... No quiero que esto último perturbe nuestro estudio anterior. Sólo quiero agregar que la movilización del emotivo superior produce el desplazamiento de toda la energía y que así se operan verdaderas transmutaciones internas, verdaderos cambios a veces súbitos, a veces en poco tiempo más, pero el cambio se opera. Muchos notan en ésto la acción de una suerte de mecanismo de retardo que fatalmente actúa.

El adiestramiento de la energía cotidiana toma su tiempo. Esto se hace desde el centro del pecho. No agrego más.

Algunas consideraciones ahora sobre el Trabajo futuro con la Fuerza.

Aquellos que van a trabajar con ella háganlo en compañía. Reúnanse en grupos por afinidad una sola vez al mes. Debe llegar un momento en que manejen el gran pasaje (revitalizador, energetizante, ascendente) sin concomitancias violentas. A partir de ese momento, se va formando un centro de gravedad permanente que debe reflejarse en el estado cotidiano de conciencia de Sí. Más "espiritualmente", ésto significa la formación de una esencia, de un "doble" en progreso. Trabajarán de ese modo no sólo para el hoy, sino para el mañana. Sobre ésto no agregaré nada más.

El estado de no-contradicción interna, de humildad interna y de afecto por uno mismo y por aquellos que Trabajan con uno, es clima necesario para hacer las cosas con sentido evolutivo. Por lo demás, si el manejo de la Fuerza se efectúa mensualmente, se sigue con toda normalidad en el Trabajo que conocemos.

Lo que ha cambiado para ustedes es que ahora tienen un acceso más directo a otro nivel, pero el Trabajo debe continuar como hasta ahora.. mejor que ahora, desde luego.

Hablemos por último de la proyección de la Fuerza.

Si otra gente quisiera beneficiarse con ella (no importa en qué plano físico o mental estén puestos sus intereses), ábranle la puerta y ruéguenle que se aclaren internamente qué es lo que desean lograr. Esta aclaración interna que cada uno se haga, no debe interesar a ustedes porque, repito, es personal e interna. Expliquen entonces que la Fuerza se desplazará reforzando, energetizando aquello que deseen con claridad, así es que deben poner mucha atención en su interés y tenerlo muy en claro. Habrá también quienes deseen beneficiar a otros no presentes. Todo vale igualmente, si es clara la intención.

Ellos deben entender la Fuerza como un elevador de energía psíquica y hasta física, lo que es también verdadero para ese nivel.

Cuando en ellos se manifieste el gran pasaje, ayúdenlos desde afuera leyendo con claridad la Guía del Camino Interno, de distintos significados para cada nivel pero que es igualmente útil a todos.

Leamos ahora la Guía del Camino Interno, que alguien debe expresar con claridad en cuanto se manifieste el gran pasaje. Su simbología debe resonar, por cierto, más allá de las palabras.

"Por el camino interno puedes andar oscurecido o luminoso. Atiende a las dos vías que se abren ante ti.

"Si dejas que tu ser se lance hacia regiones oscuras, tu cuerpo gana la batalla y él domina. Entonces brotarán sensaciones y apariencias de espíritus, de fuerzas, de recuerdos. Por allí se desciende más y más. Allí están el Odio, la Venganza, la Extrañeza, la Posesión, los Celos, el deseo de Permanecer. Si descienes más aún, te invadirá la Frustración, el Resentimiento y todos aquellos ensueños y deseos que han provocado ruinas y muertes a la Humanidad.

"No elijas esa senda que está arreglada con seducción como una trampa.

"Si en cambio, impulsas a tu ser en dirección luminosa, encontrarás resistencia y fatiga a cada paso. Esta fatiga del ascenso tiene culpables. Tu vida pesa, tus recuerdos pesan, tus acciones anteriores impiden el ascenso.

"Esta escalada es difícil por acción de tu cuerpo que tiende a dominar.
"Tu cuerpo debe ser observado y tu mente volar hacia los espacios luminosos.
"En los pasos del ascenso se encuentran regiones extrañas de colores puros y de sonidos no conocidos.
"No huyas de la Purificación que actúa como el fuego y que horroriza con sus fantasmas.
"Rechaza el sobresalto y el descorazonamiento.
"Rechaza el deseo de huir hacia regiones bajas y seguras.
"Rechaza el apego a los recuerdos.
"Queda en libertad interior con indiferencia hacia el ensueño del paisaje, con resolución en el ascenso.
"La luz pura clarea en las cumbres de la gran cadena montañosa y las aguas de los-mil-colores bajan entre melodías irreconocibles hacia mesetas y praderas cristalinas.
"No temas la presión-de-la-luz que te aleja de su centro cada vez más fuertemente, absórbela como si fuera un líquido o un viento. En ella ciertamente, está la vida.
"Cuando en la gran cadena montañosa encuentres la ciudad escondida, debes conocer la entrada. Pero esto lo sabrás en el momento que tu vida sea transformada. Sus enormes murallas están escritas en figuras, están escritas en colores, están sentidas. En esa ciudad se guarda lo hecho y lo por-hacer. Pero a tu ojo interno es opaco lo transparente.
"Sí, los muros te son impenetrables.
"Toma la Fuerza de la ciudad escondida.
"Vuelve al mundo de la vida densa con tu frente y tus manos luminosas".

Anexos

Texto Nº 1

Pequeña nota biográfica:

"Nuestro Santo padre Nicéforos vivió una vida de intenso trabajo espiritual en el sagrado Monte Athos, muriendo poco después del año 1340. Fue maestro y guía de Gregorio de Salónica (Balamas), en el estudio del método de entrenamiento para la obtención de la más alta sabiduría según testimonio de su propio discípulo.

"En silencioso recogimiento no perturbado por problemas mundanos y manteniendo su atención puesta exclusivamente en sí mismo, alcanzó la indescriptible unión interna con el Dios Eterno, recibiendo en su corazón la bendita iluminación de la Gracia Divina. Exaltado por este divino don es como un padre guiándonos con sus escritos a través del mismo camino. Seleccionó de los libros y vidas de los Santos Padres, pasajes relativos a la sobriedad, a la atención y oración, agregando finalmente consejos derivados de su propia experiencia e invitándonos a todos a elevarnos hacia la más perfecta comunión con el Señor por medio de la oración de la mente y del corazón".

Así comienza la traducción del primer tema o capítulo del libro "Philokalia" - Traducción directa del texto ruso. Del propio Nicéforos.

PREGUNTA (a Nicéforos): Hemos aprendido de las anteriores evidencias que el trabajo practicado por los santos padres resultaba grato a Dios; y que existe un cierto trabajo que rápidamente libera al alma de las pasiones y que por amor la une a Dios. Práctica que es indispensable a cualquiera que conmuevan estas cosas. Todas nuestras dudas están ahora despejadas y nos sentimos firmemente convencidos de ésto. Pero te rogamos nos enseñes qué es la atención de la mente y cómo capacitarse para adquirirla, porque tal trabajo nos es absolutamente desconocido.

RESPUESTA (de Nicéforos): En el nombre de nuestro Señor Jesucristo Quien dijo: "sin mí vosotros no podéis hacer nada" (Juan, XV, 5). Habiéndolo invocado para que me ayude, trataré en la medida que me sea posible, mostraros qué es la atención y cómo, Si Dios lo permite, se puede tener éxito en adquirirla.

Algunos de los santos han llamado atención a la preservación de la mente, otros, a la protección del corazón y aún otros, despertar la han llamado y así muchos nombres semejantes.

Pero todos estos nombres significan la misma cosa. Exactamente como de un pan uno puede decir: una rebanada, un trozo, o un pedazo, así debéis entender todas estas expresiones. Respecto de la atención misma y sus rasgos característicos, lo estudiaremos a continuación.

Atención es una señal de sincero arrepentimiento.

La atención es la imagen o apariencia que el alma puede tener de sí misma, rechazando al mundo y ascendiendo hacia Dios.

La atención es el renunciamiento del pecado y la adquisición de la virtud.

La atención es la indudable certeza del perdón de los pecados.

La atención es el comienzo de la contemplación o, más bien, su condición necesaria: porque por medio de ella, Dios se aproxima y se revela a la mente.

Atención es la serenidad de la mente o, dicho de otro modo, es mantenerse imperturbable, sin divagaciones en el don de la misericordia divina.

Atención significa detener los pensamientos, es la morada del recuerdo de Dios y la casa del tesoro donde yace el poder de resistir todo lo que pueda venir.

Por consiguiente, la atención es también el origen de la fe, la esperanza y el amor; porque aquél que carece de fe no puede resistir todas las aflicciones provenientes del mundo y aquél que no las sufre voluntariamente, tampoco puede decir: "El es mi refugio y mi fortaleza" (Salmos, X, VI, 2), y aquél que no tiene al Todopoderoso como su refugio, no puede ser verdaderamente sincero en su amor por El.

Este trabajo, el mayor de todos los grandes trabajos, puede ser realizado por muchos y aún por todos, si son debidamente entrenados. Pocos hombres reciben este don directamente de Dios, sin necesidad de enseñanza y trabajan por compulsión interior y al calor de su fe. Pero lo que es excepción no es la ley.

De manera que es necesario buscar un maestro que no esté él mismo en error, seguir sus instrucciones y así aprender a distinguir, en materia de atención, defectos y excesos de la derecha y de la izquierda, los que surgen por medio de sugerencias diabólicas.

De su propia experiencia acerca de las tentaciones, él nos explicará qué es lo necesario hacer y nos mostrará correctamente la senda mental que deberemos entonces seguir con menos impedimentos.

Si no estuviere tal maestro a vuestro alcance, se debe buscarlo, sin reparar en esfuerzos. Pero si, a pesar de tal búsqueda, no es encontrado, entonces, con espíritu contrito, invocando a Dios y orándole asiduamente y con humildad, trabajad según explicaré.

Vosotros sabéis que nuestra respiración es la inhalación y exhalación del aire. El órgano que sirve para esto son los pulmones que rodean al corazón, de manera que el aire que circula por ellos envuelve de paso al corazón.

Esta respiración es, por consiguiente, el camino natural hacia el corazón. Por lo que, habiendo reunido vuestras mentes dentro de vosotros mismos (lo que también es atención), conducidla hacia el canal respiratorio a través del cual el aire llega al corazón y, junto al aire inhalado, forzad la mente a descender dentro del corazón y mantenedla allí.

Acostumbraos a ello, hermanos, no salgáis del corazón demasiado pronto, aunque al comienzo experimentéis gran soledad en tal aislamiento y reclusión. Pero cuando os acostumbréis a ello, empezaréis, al contrario, a disgustaros del sinsentido del girar exterior, por lo que no se hará desagradable ni tedioso permanecer adentro.

Exactamente como un hombre que ha estado alejado de su hogar al regresar es invadido de alegría al ver a sus niños y esposa, y los abraza y todo lo que les diga será poco, del mismo modo, el unirse al propio corazón, es experimentado con inexpresable alegría y deleite.

Entonces uno ve que el reino de los cielos está verdaderamente dentro de nosotros; y viéndolo ahora en sí mismo, uno lucha y se esfuerza con oración pura a mantenerlo y fortalecerlo allí, comprendiendo que todo lo externo no es importante e inatractivo por completo.

Cuando vosotros entréis así al lugar del corazón, según he indicado, dad gracias a Dios y, solicitando su misericordia, conservad siempre este trabajo y el os enseñará cosas que por ningún otro medio podríais jamás aprender. Más aún, vosotros deberíais saber que a medida que la mente se establezca firmemente en el corazón, no debe dejársela allí en silencio y ociosidad, sino repetir constantemente la oración: "Señor, Jesús Cristo, Hijo de Dios, ten misericordia de mí" y no cesar de hacerlo. Pues esta práctica, alejando los sueños de la mente, la torna evasiva e impenetrable a las sugerencias enemigas y la conduce cada día más y más a amar y desear vehementemente a Dios.

Si, sin embargo, y a pesar de todos vuestros esfuerzos no lográis entrar en el reino del corazón según he descrito, haced lo que os diré ahora y, con la ayuda de Dios, encontraréis lo que buscáis.

Vosotros sabéis que en todo ser humano el hablarse internamente depende del pecho. Así, pese a estar nuestros labios silenciosos, es en el pecho donde conversamos y hablamos a nosotros mismos, rezamos, cantamos salmos y hacemos muchas otras cosas de mayor inconveniencia. Entonces, habiendo ahuyentado todo pensamiento de este conversar interno (lo que puede hacerse si se lo desea), dadle al pecho la siguiente corta oración: "Señor, Jesús Cristo, Hijo de Dios, ten misericordia de mí" - y forzadla, a pesar de cualquier otro pensamiento, para tener solamente este sonido adentro.

Si vosotros trabajáis de esta manera con permanencia con toda atención, entonces con el tiempo ésto abrirá el camino hacia el corazón que ya he descrito. No es posible dudar de ésto, pues lo hemos comprobado en nosotros mismos por experiencia.

Si vosotros trabajáis de esta manera con un fuerte deseo y con gran atención, llenos de dulzura, una completa gama de virtudes vendrá: amor, alegría, paz y otras, por medio de las cuales, toda petición que hagáis será respondida en el nombre de Jesús Cristo, nuestro Señor, a Quien, con el Padre y el Espíritu Santo, sea dada honor y gloria, poder y adoración ahora y siempre y por siempre jamás. Amén.

Texto Nº 2

"Díjome quien me mandó escribir, que como estas monjas de estos monasterios de Nuestra Señora del Carmen tienen necesidad de quien algunas dudas de oración las declare, y que le parecía que mejor se entienden el lenguaje unas mujeres de otras, y con el amor que me tienen les haría más al caso lo que yo les dijese, tiene entendido por esta causa será de alguna importancia, si se acierta a decir alguna cosa; y por ésto iré hablando con ellas en lo que escribiré, porque parece desatino pensar que puede hacer al caso a otras personas: harta merced me hará Nuestro Señor si a alguna de ellas se aprovecharé para alabarle algún poquito más. Bien sabe Su Majestad que yo no pretendo otra cosa; y está muy claro que, cuando algo se atinare a decir, entenderán no es mío, pues no hay causa para ello, si no fuere tener tan poco entendimiento como yo habilidad para cosas semejantes, si el Señor, por su misericordia, no la da".

Así termina la introducción al "Castillo Interior o Las Moradas" de Teresa de Jesús, monja de Nuestra Señora del Carmen a sus hermanas e hijas las monjas Carmelitas Descalzas. (2 de julio de 1577).

"...considerar nuestra alma como un castillo todo de un diamante o muy claro cristal, adonde hay muchos aposentos, así como en el cielo hay muchas moradas".

"Pues consideremos que este castillo tiene, como he dicho, muchas moradas, unas en lo alto, otras en bajo, otras a los lados; y en el centro y mitad de todas éstas tiene la más principal, que es adonde pasan las cosas de mucho secreto entre Dios y el alma".

"Antes que pase adelante, os quiero decir que consideréis qué será ver este castillo tan resplandeciente y hermoso, esta perla oriental, este árbol de vida que está plantado en las mismas aguas vivas de la vida, que es Dios, cuando cae en un pecado mortal".

"Es de considerar aquí, que la fuente y aquel sol resplandeciente que está en el centro del alma, no pierde su resplandor y hermosura, que siempre está dentro de ella y cosa no puede quitar su hermosura".

"Escribiendo ésto, estoy considerando lo que pasa en mi cabeza del gran ruido de ella, que dije al principio, por lo que se me hizo casi imposible poder hacer lo que me mandaban de escribir. No parece sino que están en ella muchos ríos caudalosos, y por otra parte, que estas aguas se despeñan; muchos pajarillos y silbos, y no en los oídos, sino en lo superior de la cabeza adonde dicen que está lo superior del alma. Y yo estuve en ésto harto tiempo, por parecer que el movimiento grande del espíritu hacia arriba subía con velocidad. Plega a Dios que se me acuerde en las moradas de adelante decir la causa de ésto, que aquí no viene bien y no será mucho que haya querido el Señor darme este mal de cabeza para entenderlo mejor porque con toda esta barahunda de ella, no me estorba a la oración ni a lo que estoy diciendo, sino que el alma se está muy entera en su quietud, y amor, y deseos y claro conocimiento.

"Pues si en lo superior de la cabeza está lo superior del alma, ¿Cómo no la turba? Eso no lo sé yo, mas sé que es verdad lo que digo".

"...Paréceme que queda dicho de los consuelos espirituales, como algunas veces van envueltos con nuestras pasiones, traen consigo unos alborotos de sollozos, y aún a personas he oído que se les aprieta el pecho, y aún vienen a movimientos exteriores, que

no se pueden ir a la mano, y es la fuerza de manera, que les hace salir sangre de narices, y cosas así penosas".

Texto Nº 3

TA I GIN HUA DSUNG DSCHI (Wilhelm). Primera impresión china, S. XVIII. Fragmento sobre el "curso circular de la luz".

"...Todas las mutaciones de la conciencia espiritual dependen del corazón..."

El maestro Lu Dsu dijo: "Debe cumplirse con todo el corazón la resolución de no buscar el resultado; el resultado viene por sí mismo. En el primer período de liberación hay principalmente dos faltas: la pereza y la distracción.

Sin embargo, eso se puede remediar: uno debe poner el corazón excesivamente en la respiración.

La respiración viene del corazón. Lo que sale del corazón es respiración. Así que se excite el corazón, nace fuerza respiratoria.

La fuerza respiratoria es originalmente actividad metamorfoseada del corazón.

Cuando nuestras ideas van muy rápidamente, se tornan inopinadamente en fantasías, que siempre van acompañadas de una aspiración, pues esta respiración interna y externa tiene cohesión, como sonido y eco.

Diariamente hacemos innumerables aspiraciones y tenemos, de igual manera, innumerables fantasías. Y así se escurre la claridad del espíritu, como se deseca la madera y muere la ceniza.

"En consecuencia, ¿no debe uno tener ninguna idea? Uno no puede estar sin ideas. ¿No se ha de respirar? No se puede estar sin respiración. El medio mejor es hacer de la enfermedad una medicina. Puesto que, ahora, corazón y respiración dependen uno de otro, se debe aunar el curso circular de la luz con el hacer rítmica la respiración...", etc.

Errores en el curso circular de la luz.

El maestro Lu Dsu dijo: "Vuestro trabajo se hará paulatinamente concentrado y maduro, pero antes del estado donde uno se sienta como un árbol seco ante la roca hay todavía muchas posibilidades de error, sobre las cuales quisiera yo llamar la atención. Se discernen esos estados sólo cuando se los vivencia personalmente. De modo que los voy a enumerar aquí.

Mi dirección se diferencia de la dirección del yoga budista (Dschan Dsung) por cuanto tiene paso a paso sus signos confirmativos. Primero quisiera yo discurrir acerca de los errores y luego llegar a hablar de los signos confirmativos.

"Cuando uno se dispone a llevar a cabo su decisión, se debe previamente cuidar que todo pueda tener lugar en una postura cómoda, calma. No se ha de pretender demasiado del corazón. Se debe cuidar que la fuerza y el corazón se correspondan uno a otro de manera por entero automática. Sólo entonces se llega al estado de reposo.

Durante el estado de reposo uno debe cuidar de las correctas circunstancias y el espacio correcto. Uno no debe sentarse en medio de asuntos nimios; según se dice: uno no ha de tener vacuidades en la mente.

Se ha de poner de lado todos los enredos, ser enteramente soberano e independiente. Tampoco se debe dirigir los pensamientos a la ejecución correcta.

Cuando uno se toma demasiado trabajo, se presenta este peligro. No digo que uno no haya de tomarse ningún trabajo, pero la correcta conducta está en el medio entre ser y no-ser: cuando se alcanza premeditadamente la impremeditación, entonces, uno la ha captado.

Déjese uno ir, soberano y sin turbación, de manera independiente.

"Además, no se debe caer en el mundo fascinante. El mundo fascinante es donde las cinco clases de demonios oscuros hacen de las suyas; éste es, por ejemplo, el caso cuando, después de la fijación, tiene uno principalmente pensamientos de madera seca y de cenizas muertas, y poco pensar de la primavera luminosa sobre la gran Tierra. De esa manera uno se sume en el mundo de lo oscuro. La fuerza es allí fría, la respiración difícil y se muestran cantidad de imágenes de lo frío y lo que se extingue. Cuando uno se demora en él largo tiempo, se entra en el dominio de las plantas y las piedras.

"Tampoco se debe dejar extraviar por los diez mil enredos. Esto acontece cuando, después que se ha comenzado el estado de reposo, de repente se presentan sin interrupción toda clase de ligaduras. Uno quiere perforarlas y no puede, uno las sigue y se siente como aliviado por ello. Esto quiere decir: el señor se torna siervo. Cuando uno se demora en ello largo tiempo, se entra en el mundo de los deseos ilusorios.

"En el mejor caso se llega al Cielo, en el peor, a los espíritus-zorras. Tal espíritu-zorra por cierto también es capaz de manifestarse en célebres cadenas de montañas, de gozar del viento y la Luna, de flores y frutas, de tener su alegría en árboles de coral y hierbas de joyas. Pero, después que se ha manifestado de este modo durante trescientos a quinientos años, o en el mayor de los casos, después de algunos miles de años, su recompensa está terminada y nace otra vez en el mundo del desasosiego.

"Todo eso son caminos erróneos. Cuando se conoce el camino erróneo entonces se puede indagar los signos confirmativos".

Vivencias confirmativas durante el curso circular de la luz.

El maestro Lti Dsu dijo: "Hay muchas clases de vivencias confirmativas. Uno no ha de contentarse con reducidas pretensiones, sino alzarse al pensamiento de que todo ser viviente debe ser redimido. No se debe ser de corazón ligero y negligente, sino esforzarse porque la palabra sea demostrada a través de hechos.

"Cuando durante el reposo el espíritu tiene, en ininterrumpida duración, la sensación de una gran alegría, como si estuviera borracho o recién bañado, éste es un signo de que el principio luminoso es armónico en el cuerpo íntegro; ahí comienza a despuntar la Flor de Oro. Cuando luego, más adelante, todas las aberturas están quietas y la Luna de plata está en medio del cielo y tiene uno el sentimiento de que esta gran Tierra es un mundo de Luz y lucidez, éste es signo de que el cuerpo del corazón se abre a la claridad. Este es un signo de que la Flor de Oro se abre.

"Además, se siente al cuerpo íntegro firme y fuerte, de modo que no teme tormenta ni escarcha. Cosas que otros hombres consideran nada regocijantes no me pueden turbar la

lucidez del espíritu-simiente cuando tropiezo con ellas. Oro amarillo llena la casa, jade blanco forma los peldaños. Las cosas corruptas y hediondas sobre la tierra, que toman contacto con un hálito de la verdadera fuerza, se tornan de inmediato vivas nuevamente. La sangre roja se torna leche. El frágil cuerpo carnal es oro vano y piedra preciosa. Este es un signo de que la Flor de Oro se cristaliza...

"El gran mundo es como hielo, un mundo vitroso de joyas. El brillo de la Luz se cristaliza paulatinamente. Por lo tanto, nace una alta terraza y sobre ella aparece, con el correr del tiempo, el Buda. Cuando el ser de oro aparece, ¿quién podría ser aparte de Buda? Pues el Buda es el santo de oro de la gran iluminación. Esta es una gran experiencia confirmativa.

"Hay ahora tres experiencias confirmativas que uno puede probar. La primera es que cuando uno ha entrado en el estado de meditación, los dioses están en el valle. Se oye hablar a los hombres como a una distancia de unos cientos de pasos, a cada uno de ellos clara e individualmente. Pero las voces suenan todas como un eco en un valle. Se los oye siempre, uno nunca se oye a sí mismo. Esto se llama la presencia de los dioses en el valle.

"A ratos se puede experimentar lo siguiente: así que se está en reposo, comienza a alzarse en llamas la Luz de los ojos, de modo que delante de uno todo se torna enteramente lúcido, como si se estuviera en una nube. Si se abre los ojos y uno busca su cuerpo, no se lo encuentra más.

Esto se llama: "En el aposento vacío se hace la lucidez". Todo, dentro y fuera, es igualmente lúcido. Este es un signo muy favorable.

"O cuando se sienta uno a meditar, el cuerpo carnal se torna enteramente brillante, como seda o jade. El sentarse resulta difícil, se siente uno tirado hacia arriba. Esto quiere decir: "El espíritu retorna y presiona contra el Cielo". Con el tiempo se puede vivenciar que realmente uno flota hacia arriba.

"Ahora ya se puede hacer esas tres experiencias. Pero no se puede expresar todo eso. En correspondencia con los talentos de los hombres, diferentes cosas aparecen a cada uno. Cuando se experimenta, ahora, las cosas justamente mencionadas, ello es un signo de una buena disposición. Con estas cosas es como cuando se bebe agua. Uno mismo observa si el agua es cálida o fría. Y del mismo modo debe uno convencerse de tales experiencias; sólo entonces son reales".

Anexo V: Máquina árbol³⁸ (ley de concomitancia).

-Se encuentra en relación indisoluble con las máquinas: eneagrama (objeto de estudio, ley de estructura) y horóscopo (proceso o ley de ciclo).

-Como toda máquina necesita de una intención que la “ponga en marcha”, que fije un objeto de estudio y un punto de vista desde el cual observar.

-Es la imagen visual de un modo de estructurar las concomitancias entre estructuras que se perciben desde cierto nivel de conciencia.

-Así se pueden percibir las relaciones de concomitancia del individuo estudiado en su tránsito de un momento de proceso a otro.

-En este caso se ven los estados internos por los que transita el que está en un trabajo evolutivo. Sirve de mapa y el interior de uno (del que está en el trabajo) es el terreno.

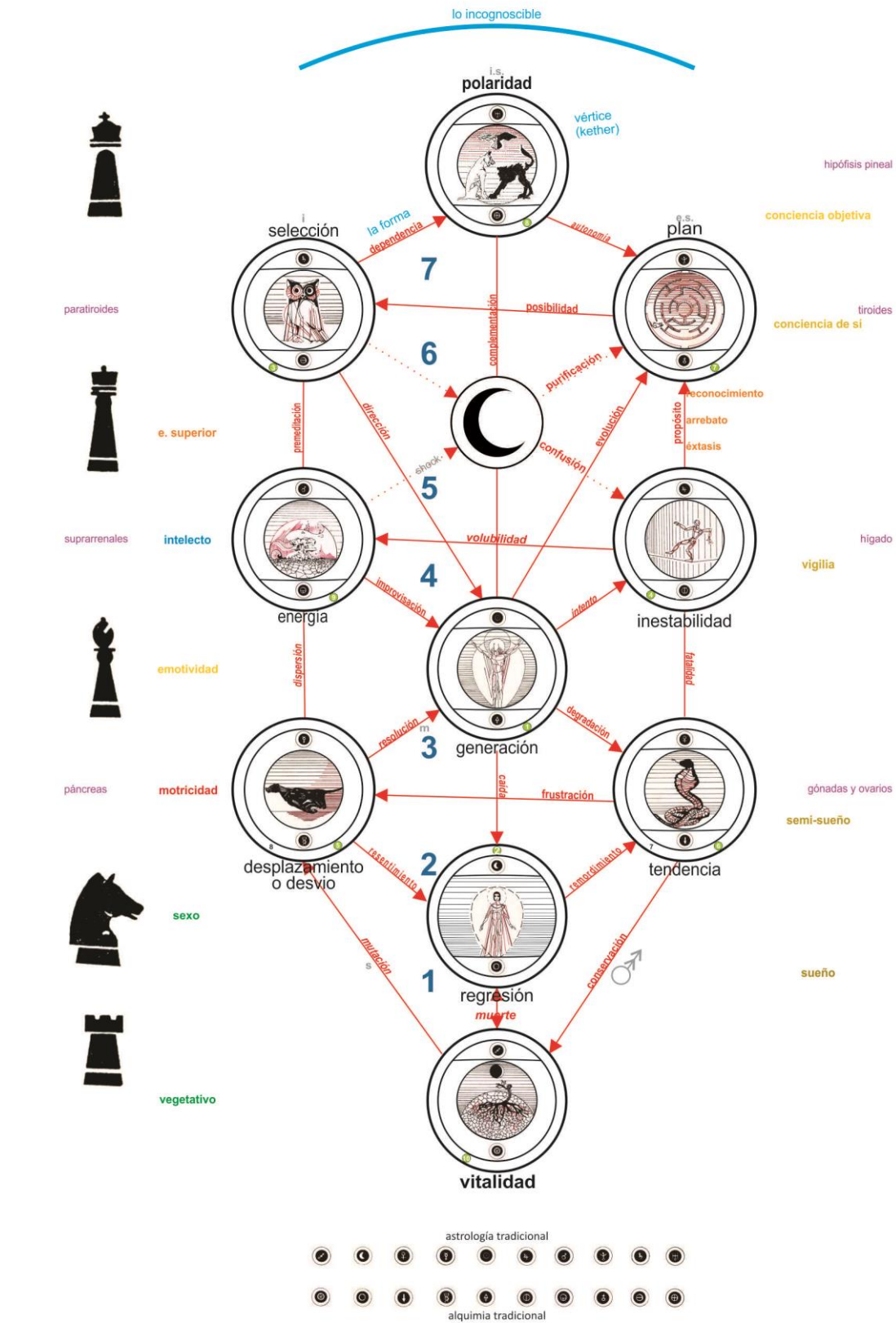
-En la imagen se ve la relación entre: niveles de conciencia, centros de respuesta, acción de glándulas, las moradas y caminos por los que se transita, alegoría de estados mentales, la vibratoriedad de la “materia” y los registros de Fe asociados a los niveles de conciencia. Si bien se observan estos temas, esta máquina también serviría para estudiar lo que uno quiera, por ejemplo una planta.

-Esta es una conjunción de datos que se pueden rescatar de dos libros: Cuadernos de Escuela, H Van Doren. Segunda edición 6 de Diciembre de 1973, Impreso en Chile por Impresora Camilo Henríquez Ltda.

Y el segundo libro se llama Poética Menor, también de H. Van Doren y misma editorial, de donde surgen las imágenes en las moradas (cartas T).

-En este caso, si algo no se entiende, es porque se va por buen camino. Esto no usa la lógica occidental.

³⁸ Zimmermann, Daniel, (2016), *Poética menor y cartas T comentarios de nuestro Atón*. Centro de Estudios de Parques de Estudio y Reflexión, Punta de Vacas, Mendoza.



Anexo VI: Fragmento del *Libro Tibetano de la Vida y la Muerte*³⁹: Traducción post muerte clínica de un paciente inglés.

Durante este proceso de tratar de comprender las experiencias del 2014 y el 2015 también llegué a leer este libro con la intención de encontrar alguna explicación para lo ocurrido entonces.

En vez de encontrar algo así me encontré con un libro escrito por un monje budista tibetano que migra a Inglaterra por la persecución política-religiosa en su país de origen. Instalado en la isla comienza a difundir el budismo tibetano y con el correr de los años comienza a trabajar con médicos occidentales que trabajaban con pacientes que tenían enfermedades terminales. En esas situaciones este monje trataba de ayudar a los enfermos con sus conocimientos budistas.

Entre muchas cosas que describe el libro, me sorprendió encontrar una anécdota de un paciente que tiene una muerte clínica por unos minutos y “vuelve de la muerte” contando las cosas que vio.

Lo sorprendente, para mí, es con qué imágenes tradujo el paciente inglés esa experiencia que aquí transcribo a fin de que quizás aporte un poco más a transmitir que quiero decir con identificarme con otras experiencias.

Quizás puedan reconocer en las palabras de dicho paciente imágenes ya descriptas por Silo en *“La Guía del Camino Interno”* (La Mirada Interna, Silo).

Contexto de la siguiente cita del *Capítulo veinte “La experiencia de proximidad a la muerte: ¿una escalera al cielo?”* (pag. 398).

El texto narra que un hombre devoto, cabeza de familia, en un momento de su vida enferma día a día hasta que luego de un tiempo, una noche, muere pero solo por un tiempo. Al recomponerse de esta situación el hombre le dijo a su mujer que de ahora en adelante cambiaría su estilo de vida y narró lo siguiente:

“...Un hombre apuesto con una túnica resplandeciente me hizo de guía; caminamos en silencio, siguiendo lo que parecía un rumbo al noreste. Más adelante en el trayecto llegamos a un valle anchísimo y profundo de longitud infinita (...) El guía no tardó en sacarme de la oscuridad a una atmósfera de luz clara, y mientras me conducía bajo una resplandeciente luz, vi ante nosotros un muro inmenso que parecía ser de longitud y altura infinitas en todas direcciones. Puesto que no podía ver ninguna puerta, ventana ni entrada alguna en ese muro, comencé a preguntarme por qué continuábamos caminando hacia allí. Pero cuando llegamos al muro, de inmediato, no sé por qué medios, nos encontramos en lo alto de él. Dentro se extendía un prado muy anchuroso y agradable. (...) Tal era la luz que inundaba todo este lugar que parecía mayor que el brillo de la luz del día o de los rayos del sol al medio día. (...)”

³⁹ Sogyal Rimpoché, (2012), *El Libro Tibetano de la Vida y la Muerte*, Buenos Aires: Ediciones Urano. Editado por P. Gaffney y A. Harvey.

El guía dijo: Ahora debes volver al cuerpo y vivir de nuevo entre los hombres; pero si sopesas tus actos con mayor cuidado y procuras que tus palabras y tus maneras sean siempre virtuosas y sencillas, cuando mueras tú también obtendrás un hogar entre estos espíritus felices que aquí ves. *Pues has de saber que, cuando te he dejado un rato lo he hecho a fin de descubrir cuál será tu futuro. Cuando me dijo esto me sentí muy renuente a volver a mi cuerpo, porque estaba cautivado por el agrado y belleza del lugar que estaba viendo y la compañía que allí veía. Pero no me atreví a contradecir al guía, y entre tanto, sin saber cómo, de pronto me encontré vivo otra vez entre los hombres...*

Fragmentos de “La guía del camino interno” (La Mirada Interna):

“... No temas la presión de la luz que te aleja de su centro cada vez más fuertemente. Absórbela como si fuera un líquido o un viento porque en ella, ciertamente, está la vida. Cuando en la gran cadena montañosa encuentres la ciudad escondida debes conocer la entrada. Pero esto lo sabrás en el momento que tu vida sea transformada. Sí, ¡los muros te son impenetrables! Toma la fuerza de la ciudad escondida. Vuelve al mundo de vida densa con tu frente y manos luminosas...”

En este caso, o en el caso de la ceremonia de asistencia del Mensaje de Silo, el guía es externo.

Anexo VII: Los sermones medios del Buda⁴⁰.

Sermón sobre los fundamentos de la atención (nº10).

Sermón sobre los fundamentos de la atención (nº 10)

Así lo he oído. En cierta ocasión, el Bienaventurado estaba viviendo con los Kuru, en una de sus ciudades llamada Kammāsadhamma. Allí el Bienaventurado se dirigió así a los monjes:

–Monjes.

–Sí, venerable señor –le contestaron.

El Bienaventurado les dijo así:

–Monjes, éste es el único camino¹⁷⁷ para la purificación de los seres, para la superación de la pena y de las lamentaciones, para la eliminación del sufrimiento y de la aflicción, para alcanzar el recto sendero, para realizar el *Nibbāna*; a saber: los cuatro fundamentos de la atención.

»¿Cuáles son esos cuatro? Aquí,¹⁷⁸ monjes, un monje¹⁷⁹ vive contemplando el cuerpo en el cuerpo¹⁸⁰, fervoroso, lúcido y atento, desechando la codicia y la aflicción¹⁸¹ de lo mundano.

»Vive contemplando las sensaciones en las sensaciones. contemplando la mente en la mente¹⁸². contemplando los objetos mentales en los objetos mentales,¹⁸³ fervoroso, lúcido y atento, desechando la codicia y la aflicción de lo mundano.

»Y, monjes, ¿cómo vive un monje contemplando el cuerpo en el cuerpo? He aquí, monjes, que un monje que se ha ido al bosque o al pie de un árbol o un lugar solitario, se sienta, cruza las piernas, yergue su cuerpo y fija la atención en torno a la boca:¹⁸⁴ inspira atento y atento expira. Al inspirar profundamente, sabe: “Inspiro profundamente”

»Al expirar profundamente, sabe: “Espiro profundamente”

»Al inspirar ligeramente, sabe: “Inspiro ligeramente”.

»Al expirar ligeramente, sabe: “Espiro ligeramente”

»Se ejercita así: “Consciente de todo el cuerpo,¹⁸⁵ inspiraré”

»Se ejercita así: “Consciente de todo el cuerpo, expiraré”

»Se ejercita así: “Calmando la actividad corporal,¹⁸⁶ inspiraré”

»Se ejercita así: “Calmando la actividad corporal, expiraré”

»Monjes, de la misma manera que un tornero experto o un aprendiz al labrar una voluta grande sabe: “Labro una voluta grande”, o al labrar una voluta pequeña sabe: “Labro una voluta pequeña”, así el monje:

»Al inspirar profundamente, sabe: “Inspiro profundamente”

»Al expirar profundamente, sabe: “Espiro profundamente”.

»Al inspirar ligeramente, sabe: “Inspiro ligeramente”

»Al expirar ligeramente, sabe: “Espiro ligeramente”

»Se ejercita así: “Consciente de todo el cuerpo, inspiraré”.

⁴⁰ Solé-Leris, Amadeo y Vélez de Cea, Abraham, (2008), *Majjhima Nikaya. Los Sermones Medios del Buddha*, Barcelona: Kairós.

»Se ejercita así: “Consciente de todo el cuerpo, espiraré”.

»Se ejercita así: “Calmando la actividad corporal, inspiraré”

»Se ejercita así: “Calmando la actividad corporal, espiraré”

»Así vive contemplando el cuerpo en el cuerpo por dentro o vive contemplando el cuerpo en el cuerpo por fuera o vive contemplando el cuerpo en el cuerpo por dentro y por fuera a la vez;¹⁸⁷ Vive contemplando en el cuerpo los factores de su origen¹⁸⁸ o vive contemplando en el cuerpo los factores de su disolución¹⁸⁹ o vive contemplando los factores de origen y los de disolución a la vez.¹⁹⁰ Tiene conciencia de que “hay un cuerpo”,¹⁹¹ en el grado necesario para el conocimiento y la atención pura.¹⁹²

»Vive sin estar condicionado¹⁹³ y sin apegarse a nada en el mundo.

»Así es como un monje vive contemplando el cuerpo en el cuerpo.

»Asimismo, monjes, cuando un monje camina sabe: “Estoy caminando”, cuando está de pie sabe: “Estoy de pie”, cuando está sentado sabe: “Estoy sentado”, cuando está tumbado sabe: “Estoy tumbado”, y así sucesivamente según sea la postura que su cuerpo adopte.

»Así vive contemplando el cuerpo en el cuerpo por dentro.. o por fuera.. o por dentro y por fuera a la vez. Vive sin estar condicionado y sin apegarse a nada en el mundo.

»Así es como un monje vive contemplando el cuerpo en el cuerpo.

»Asimismo, monjes, un monje actúa con plena lucidez en todo lo que hace, ya sea yendo o viniendo, mirando adelante o mirando a su alrededor, encogiéndose o estirándose, llevando la túnica, el cuenco y el manto, comiendo, bebiendo, masticando, saboreando, defecando u orinando, caminando, de pie, sentado, dormido, despierto, hablando o en silencio, actúa con plena lucidez.

»Así vive contemplando el cuerpo en el cuerpo por dentro o por fuera.. o por dentro y por fuera a la vez. Vive sin estar condicionado y sin apegarse a nada en el mundo.

»Así es como un monje vive contemplando el cuerpo en el cuerpo

»Asimismo, monjes, un monje examina su propio cuerpo, de la planta de los pies hacia arriba y de la coronilla hacia abajo, envuelto en la piel y lleno de impurezas, y piensa así: “En este cuerpo hay pelo en la cabeza, vello en el cuerpo, uñas, dientes, piel, carne, tendones, huesos, tuétano, riñones, corazón, hígado, pleura, bazo, pulmones, intestinos, mesenterio, estómago, heces, bilis, flemas, pus, sangre, sudor, grasa sólida, lágrimas, grasas líquidas, saliva, mocos, fluido sinovial, orina”¹⁹⁴ Es como tener un saco de provisiones de aquéllos con dos aberturas, lleno de diversas clases de grano, tales como arroz de montaña, arroz corriente, alubias, guisantes, sésamo y arroz perlado, y un hombre que tiene buenos ojos lo abre, lo examina y dice: “Esto es arroz de montaña, esto es arroz corriente, esto son alubias, esto son guisantes, esto es sésamo, esto es arroz perlado” De la misma manera, el monje examina su propio cuerpo de las plantas de los pies hacia arriba y de la coronilla hacia abajo, envuelto en la piel y lleno de impurezas y piensa así: “En este cuerpo hay pelo en la cabeza. etc”

»Así vive contemplando el cuerpo en el cuerpo. [como antes]

»Así es como un monje vive contemplando el cuerpo en el cuerpo.

»Asimismo, monjes, he aquí que un monje examina su propio cuerpo, en cualquier lugar o posición que se encuentre, considerando sus elementos primordiales. “En este cuerpo hay el elemento tierra, el elemento agua, el elemento fuego y el elemento aire”.¹⁹⁵

»Como un carnicero experto o un aprendiz que, tras sacrificar a una vaca y dividirla en partes, se pone a venderlas en una encrucijada, de la misma manera el monje examina su propio cuerpo en cualquier lugar o posición que se encuentre, considerando sus elementos primarios: “En este cuerpo hay el elemento tierra, el elemento agua, el elemento fuego y el elemento aire”.¹⁹⁶

»Así vive contemplando el cuerpo en el cuerpo. [como antes]

»Así es como un monje vive contemplando el cuerpo en el cuerpo.

Asimismo, monjes, cuando un monje ve un cuerpo que lleva un día muerto, o dos días muerto, o tres días muerto, hinchado, amoratado y putrefacto, tirado en el carnero,¹⁹⁷ aplica [esta percepción] a su propio cuerpo de esta manera. “En verdad que también mi cuerpo tiene la misma naturaleza, acabará del mismo modo y no escapará a este fin”

»Así vive contemplando el cuerpo en el cuerpo.. [como antes].

»Asimismo, monjes, cuando un monje ve un cuerpo tirado en el carnero, que está siendo devorado por los cuervos, los gavilanes, los buitres, los perros, los leopardos, los tigres, los chacales o por diversas clases de gusanos, aplica [esta percepción] a su propio cuerpo de esta manera. “En verdad que también mi cuerpo tiene la misma naturaleza, acabará del mismo modo y no escapará a este fin”

»Asimismo, monjes, cuando un monje ve un cuerpo tirado en el carnero, reducido a un esqueleto unido tan sólo por los tendones y con restos de carne sanguinolenta...

»Reducido a un esqueleto unido tan sólo por los tendones, sin carne pero aún embadurnado de sangre. Reducido a un esqueleto unido tan sólo por los tendones, sin carne y sin sangre...Reducido a huesos sueltos esparcidos en todas las direcciones: aquí los huesos de la mano, allí los de los pies, la tibia por acá, el fémur por allá, aquí la pelvis, allí las vértebras, el cráneo más allá. o bien reducido a huesos mondos blanqueados como una concha.. Reducido a un montón informe de huesos que llevan ahí más de un año... o reducido a unos huesos podridos, convertidos en polvo.

»En cada caso aplica [esta percepción] a su propio cuerpo de esta manera: “En verdad que también mi cuerpo tiene la misma naturaleza, acabará del mismo modo y no escapará a este fin”.

»Así vive contemplando el cuerpo en el cuerpo por dentro o por fuera o por dentro y por fuera a la vez. Vive contemplando en el cuerpo los factores de su origen o vive contemplando en el cuerpo los factores de su disolución o vive contemplando los factores de origen y de disolución a la vez. Tiene conciencia de que “hay un cuerpo”, en el grado necesario para el conocimiento y la atención pura.

»Vive sin estar condicionado y sin apegarse a nada en el mundo.
»Así es como un monje vive contemplando el cuerpo en el cuerpo.

»Y, monjes, ¿cómo vive un monje contemplando las sensaciones en las sensaciones?

»He aquí, monjes, que al experimentar una sensación agradable el monje sabe: “Experimento una sensación agradable”; cuando experimenta una sensación desagradable sabe: “Experimento una sensación desagradable”; cuando experimenta una sensación que no es ni agradable ni desagradable sabe: “Experimento una sensación neutra” Cuando experimenta una sensación mundana agradable sabe: “Experimento una sensación mundana agradable”; cuando experimenta una sensación no mundana agradable sabe: “Experimento una sensación no mundana agradable” Cuando experimenta una sensación mundana desagradable sabe: “Experimento una sensación mundana desagradable” Cuando experimenta una sensación no mundana desagradable sabe: “Experimento una sensación no mundana desagradable” Cuando experimenta una sensación mundana que no es ni agradable ni desagradable sabe: “Experimento una sensación mundana neutra” Cuando experimenta una sensación no mundana que no es ni agradable ni desagradable sabe: “Experimento una sensación no mundana neutra”.¹⁹⁸

»Así vive contemplando las sensaciones en las sensaciones por dentro, o por fuera, o por dentro y por fuera a la vez. Vive contemplando en las sensaciones los factores de su origen o vive contemplando en las sensaciones los factores de su disolución o vive contemplando los factores de origen y de disolución a la vez.¹⁹⁹ Tiene conciencia de que “hay una sensación”, en el grado necesario para el conocimiento y la atención pura.

»Vive sin estar condicionado y sin apegarse a nada en el mundo.

»Así es como un monje vive contemplando las sensaciones en las sensaciones.

»Y, monjes, ¿cómo vive un monje contemplando la mente en la mente?

»He aquí que un monje, cuando hay pasión en la mente sabe que hay pasión, y cuando no hay pasión en la mente sabe que no la hay; cuando hay odio en la mente sabe que hay odio, y cuando no hay odio en la mente sabe que no lo hay; cuando la mente está ofuscada sabe que está ofuscada, y cuando la mente no está ofuscada sabe que no lo está; cuando la mente está disminuida sabe que está disminuida;²⁰⁰ cuando está distraída sabe que está distraída; cuando la mente está desarrollada, sabe que está desarrollada;²⁰¹ cuando la mente no está desarrollada, sabe que no lo está;²⁰² cuando la mente está en estado superable, sabe que es superable;²⁰³ cuando está en estado no superable, sabe que no es superable;²⁰⁴ cuando la mente está concentrada sabe que está concentrada, y cuando la mente no está concentrada sabe que no lo está, cuando la mente está liberada sabe que está liberada;²⁰⁵ cuando la mente no está liberada sabe que no lo está.

»Así vive contemplando la mente en la mente por dentro o por fuera o por dentro y por fuera a la vez. Vive contemplando en la mente los factores de su origen o vive contemplando en la mente los factores de su disolución o vive contemplando los factores de su origen y de disolución a la vez.²⁰⁶

Tiene conciencia de que “hay una mente”, en el grado necesario para el conocimiento y la atención pura.

»Vive sin estar condicionado y sin apegarse a nada en el mundo.

»Así es como un monje vive contemplando la mente en la mente.

»Y, monjes, ¿cómo vive un monje contemplando los objetos de la mente en los objetos de la mente? He aquí que un monje vive contemplando los objetos de la mente constituidos por los cinco impedimentos²⁰⁷ He aquí, monjes, que cuando el deseo de los sentidos está presente en él, el monje sabe: “Hay deseo de los sentidos en mí” Sabe cómo surge el deseo de los sentidos que no existía previamente; sabe cómo renunciar al deseo de los sentidos que ha surgido y sabe cómo ya no vuelve a surgir en el futuro el deseo de los sentidos al que ha renunciado.

»Cuando la malevolencia está presente en él, el monje sabe: “Hay malevolencia en mí”, y cuando la malevolencia está ausente sabe: “No hay malevolencia en mí” Sabe cómo surge la malevolencia que no existía previamente; sabe cómo renunciar a la malevolencia que ha surgido y sabe cómo ya no vuelve a surgir en el futuro la malevolencia a la que ha renunciado.

»Cuando la pereza y la apatía están presentes en él, el monje sabe: “Hay pereza y apatía en mí”; cuando la pereza y la apatía están ausentes sabe: “No hay pereza ni apatía en mí” Sabe cómo surgen la pereza y la apatía que no existían previamente; sabe cómo renunciar a la pereza y a la apatía surgidas y sabe cómo ya no vuelven a surgir en el futuro la pereza y la apatía a las que ha renunciado.

»Cuando el desasosiego y la ansiedad están presentes en él sabe: “Hay desasosiego y ansiedad en mí”; cuando el desasosiego y la ansiedad están ausentes sabe: “No hay desasosiego ni ansiedad en mí” Sabe cómo surgen el desasosiego y la ansiedad que no existían previamente; sabe cómo renunciar al desasosiego y a la ansiedad surgidos, y sabe cómo ya no vuelven a surgir en el futuro el desasosiego y la ansiedad a los que ha renunciado.

»Cuando la duda está presente en él, el monje sabe: “Hay duda en mí”; cuando la duda está ausente sabe: “No hay duda en mí” Sabe cómo surge la duda que no existía previamente; sabe cómo renunciar a la duda surgida y sabe cómo ya no vuelve a surgir en el futuro la duda a la que ha renunciado.

»Así vive contemplando los objetos de la mente en los objetos de la mente por dentro, o por fuera, o por dentro y por fuera a la vez. Vive contemplando en los objetos de la mente los factores de su origen o vive contemplando en los objetos de la mente los factores de su disolución o vive contemplando los factores de origen y de disolución a la vez.²⁰⁸ Tiene conciencia de que: “Hay objetos mentales” en el grado necesario para el conocimiento y la atención pura.

»Vive sin estar condicionado y sin apegarse a nada en el mundo.

»Así es, como un monje vive contemplando los objetos de la mente en los objetos de la mente constituidos por los cinco impedimentos.

»Asimismo, monjes, un monje vive contemplando los objetos de la mente constituidos por los cinco agregados del apego. Y, monjes, ¿cómo vive un monje contemplando los objetos de la mente constituidos por los cinco agregados del apego?²⁰⁹

»He aquí, monjes, que un monje sabe: “Así es la forma material, así surge la forma material, así desaparece la forma material, así es la sensación, así surge la sensación, así desaparece la sensación; así es la percepción, así surge la percepción, así desaparece la percepción; así son las composiciones mentales; así surgen las composiciones mentales, así desaparecen las composiciones mentales; así es la conciencia, así surge la conciencia, así desaparece la conciencia”

»Así vive contemplando los objetos de la mente en los objetos de la mente por dentro o por fuera o por dentro y por fuera a la vez. Vive contemplando en los objetos de la mente los factores de su origen o vive contemplando en los objetos de la mente los factores de su disolución o vive contemplando los factores de origen y de disolución a la vez.²¹⁰ Tiene conciencia de que: “Hay objetos mentales”, en el grado necesario para el conocimiento y la atención pura.

»Vive sin estar condicionado y sin apegarse a nada en el mundo.

»Así es como un monje vive contemplando los objetos de la mente en los objetos de la mente constituidos por los cinco agregados del apego.

»Asimismo, monjes, un monje vive contemplando los objetos mentales constituidos por las seis esferas internas y las seis esferas externas de los sentidos.²¹¹ Y, monjes, ¿cómo vive un monje contemplando los objetos de la mente constituidos por las seis esferas internas y las seis esferas externas de los sentidos?

»He aquí, monjes, que un monje conoce el ojo, conoce las formas visibles y conoce la traba²¹² que surge como consecuencia de ambos [el ojo y las formas]; sabe cómo surge la traba que no existía previamente, sabe cómo renunciar a la traba que ha surgido y sabe cómo ya no vuelve a surgir en el futuro la traba a la que ha renunciado.

»Conoce el oído y los sonidos, la nariz y los olores, la lengua y los sabores, el cuerpo y los objetos táctiles, la mente y los objetos de la mente, y conoce las trabas que surgen como consecuencia de ellos. Sabe cómo surgen las trabas que no existían previamente, sabe cómo renunciar a las trabas que han surgido y sabe cómo ya no vuelven a surgir en el futuro las trabas a las que ha renunciado.

»Así vive contemplando los objetos de la mente en los objetos de la mente por dentro o por fuera o por dentro y por fuera a la vez [como antes]

»Así es como un monje vive contemplando los objetos de la mente en los objetos de la mente constituidos por las seis esferas internas y las seis esferas externas de los sentidos

»Asimismo, monjes, un monje vive contemplando los objetos de la mente en los objetos de la mente constituidos por los siete factores de la iluminación.²¹³ Y, monjes, ¿cómo vive un monje contemplando los objetos de la mente en los objetos de la mente constituidos por los siete factores de la iluminación?

»He aquí, monjes, que cuando la atención que es factor de iluminación está presente en él, el monje sabe: “Hay en mí la atención que es factor de iluminación”; cuando la atención que es factor de iluminación está ausente, sabe: “No hay en mí la atención que es factor de iluminación”. Sabe cómo surge la atención que es factor de iluminación que no existía previamente, y, una vez surgida, sabe cómo cultivarla hasta lograr su perfección.

»Igualmente, cuando la indagación de la realidad,²¹⁴ energía, gozo, sosiego, concentración y ecuanimidad que son factores de iluminación están presentes en él, el monje sabe: “Hay en mí la indagación de la realidad, energía, gozo, sosiego, concentración y ecuanimidad que son factores de iluminación”; y cuando están ausentes sabe: “No hay en mí la indagación de la realidad, energía, gozo, sosiego, concentración y ecuanimidad que son factores de iluminación” Sabe cómo surge cada factor de iluminación que no existía previamente, y, una vez surgido, sabe cómo cultivarlo hasta lograr su perfección.

»Así vive contemplando los objetos de la mente en los objetos de la mente por dentro o por fuera, o por dentro y por fuera a la vez. [como antes]

»Así es, monjes, como el monje vive contemplando los objetos de la mente en los objetos de la mente constituidos por los siete factores de iluminación.

»Asimismo, monjes, un monje vive contemplando los objetos de la mente en los objetos de la mente constituidos por las Cuatro Nobles Verdades. Y, monjes, ¿cómo vive un monje contemplando los objetos de la mente en los objetos de la mente constituidos por las Cuatro Nobles Verdades?

»He aquí, monjes, que un monje sabe tal y como es en realidad: “Esto es el sufrimiento”; sabe tal y como es en realidad: “Esto es el origen del sufrimiento”; sabe tal y como es en realidad: “Esto es la cesación del sufrimiento”; sabe tal y como es en realidad: “Éste es el sendero que conduce a la cesación del sufrimiento”.

»Así vive contemplando los objetos de la mente en los objetos de la mente por dentro o por fuera, o por dentro y por fuera a la vez. Vive contemplando en los objetos de la mente los factores de su origen o vive contemplando en los objetos de la mente los factores de su disolución o vive contemplando los factores de origen y de disolución a la vez.²¹⁵ Tiene conciencia de que: “Hay objetos mentales”, en el grado necesario para el conocimiento y la atención pura.

»Vive sin estar condicionado y sin apegarse a nada en el mundo.

»Así es como un monje vive contemplando los objetos de la mente en los objetos de la mente constituidos por las Cuatro Nobles Verdades.

»En verdad, monjes, que aquél que cultive estos cuatro fundamentos de la atención de esta manera, durante siete años, puede recoger uno de estos dos frutos: la sabiduría liberadora²¹⁶ en este mismo mundo o, si aún le queda un resto de apego, el estado sin regreso.²¹⁷

»Monjes, ni siquiera siete años. Si una persona cultiva estos cuatro fundamentos de la atención de esta manera durante seis años, cinco años, cuatro años, tres años, dos años..., durante un año, entonces puede recoger uno de estos dos frutos: la sabiduría liberadora en este mismo mundo, o, si aún le queda un resto de apego, el estado sin regreso.

»Monjes, ni siquiera un año. Si una persona cultiva estos cuatro fundamentos de la atención de esta manera durante siete meses, seis meses, cinco meses, cuatro meses, tres meses, dos meses, un mes, durante medio mes, puede recoger uno de estos dos frutos: la sabiduría liberadora en este mismo mundo o, si aún le queda un resto de apego, el estado sin regreso.

»Monjes, ni siquiera medio mes. Si una persona cultiva estos cuatro fundamentos de la atención de esta manera durante siete días, puede recoger uno de estos dos frutos: la sabiduría liberadora en este mismo mundo o, si aún le queda un resto de apego, el estado sin regreso.

»Por esto se ha dicho: “Monjes, este es el único camino para la purificación de los seres, para la superación de la pena y de las lamentaciones, para la eliminación del sufrimiento y de la aflicción, para alcanzar el recto sendero, para experimentar el *Nibbāna*, a saber: los cuatro fundamentos de la atención”.»

Así habló el Bienaventurado, y los monjes gozaron y se complacieron con sus palabras.